JIK-MC Jurnal Ilmu Kesehatan Mandira Cendikia
Terbit Online: https://journal-mandiracendikia.com/index.php/JIK-MC
ISSN: 2964-2434

GAMBARAN *SELF MANAGEMENT* PASIEN BERESIKO STROKE DENGAN PENDEKATAN TEORI KONSERVASI MYRA ESTRIN LEVINE DI WILAYAH DUKUH TEMPURAN DUSUN CANGKRING KECAMATAN PARE KABUPATEN KEDIRI

Vela Purnamasari[1*], Nove Lestari[2], Dewi Retno Asmaul Nafita[3]

[1,2]Program Studi D3 Keperawatan STIKES Karya Husada Kediri, Email Korespondensi: velapurnama@gmail.com

ABSTRAK

Penyakit – penyakit seperti hiperkolesterol, hiperglikemi, hipertensi, asam urat tinggi, kebiasaan merokok, penyakit jantung dapat meningkatkan resiko terjadinya stroke. Apabila pasien mengeluh dengan kondisi tersebut mengakibatkan penurunan fungsi tubuh yang signifikan. Dengan kondisi tersebut perlunya *self management* pada penderita stroke untuk melakukan perawatan diri mandiri agar dapat mempertahankan kesehatan dan mencegah komplikasi pasien berisiko stroke. Kondisi ini sesuai dengan teori konservasi Myra Estrin Levine bertujuan menjaga konservasi energi, integritas struktural, pribadi, dan sosial. Penelitian bertujuan mengidentifikasi gambaran *self management* pasien berisiko stroke dengan pendekatan teori konservasi Myra Estrin Levine. Penelitian menggunakan desain deskriptif dengan populasi dan sampel seluruh pasien berisiko stroke di Posyandu Lansia Dukuh Tempuran Dusun Cangkring, Desa Pelem, Kecamatan Pare, Kabupaten Kediri, sebanyak 35 responden diambil menggunakan teknik *total sampling*. Penelitian dilaksanakan di wilayah Posyandu Lansia pada bulan april 2025. Variabel penelitian adalah self management pasien berisiko stroke dengan instrumen kuesioner. Data dianalisis menggunakan rumus persentase dan diinterpretasikan secara kuantitatif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 35 responden, sebagian besar yaitu 22 responden (63%) memiliki *self management* cukup, hampir setengah yaitu 12 responden (34%) memiliki *self management* baik, dan sebagian kecil yaitu 1 responden (3%) memiliki *self management* kurang. *Self management* pasien berisiko stroke dipengaruhi faktor usia, jenis kelamin, pekerjaan, status pernikahan, keberadaan orang terdekat di rumah, keaktifan dalam posyandu lansia, serta paparan informasi tentang manajemen diri. Hasil penelitian diharapkan menjadi informasi bagi pasien berisiko stroke dalam meningkatkan manajemen diri, serta referensi bagi tenaga kesehatan dan institusi pendidikan dalam penerapan teori konservasi Myra Estrin Levine. Responden diharapkan menerapkan pola hidup sehat seperti makan bergizi, rutin berolahraga, dan menghindari merokok untuk menurunkan risiko komplikasi stroke.

Kata kunci: *Self Management*, Pasien Berisiko Stroke, Teori Konservasi Myra Estrin Levine

ABSTRACT

Conditions like high cholesterol, high blood sugar, hypertension, high uric acid, smoking, and heart disease can significantly increase the risk of stroke. When patients experience these conditions, they can lead to substantial declines in physical function. Effective self-management is crucial for stroke patients to maintain their health and prevent further complications. This aligns with Myra Estrin Levine's Conservation Theory, which focuses on conserving energy, structural integrity, personal integrity, and social integrity. This study seeks to explore the self-management practices of patients at risk of stroke through the lens of Levine's theory. This descriptive study involved 35 patients at risk of stroke from the Elderly Posyandu in Dukuh Tempuran at April 2025, Dusun Cangkring, Pelem Village, Pare Subdistrict, Kediri Regency, selected through total sampling. The study measured self-management using a questionnaire. Data were analyzed using percentage formulas and interpreted quantitatively. The results showed that out of 35 respondents, 22 respondents (63%) had moderate self-management, 12 respondents (34%) had good self-management, and 1 respondent (3%) had poor self-management. Self-management among at-risk stroke patients was influenced by age, gender, occupation, marital status, presence of family at home, Posyandu participation, and exposure to relevant information. The findings are expected to inform at-risk stroke patients in improving self-management and guide healthcare professionals and educators in applying Levine's Conservation Theory. Respondents are encouraged to adopt healthy habits such as eating nutritious food, exercising regularly, and avoiding smoking to reduce stroke complications.

Keywords: *Self-Management, Patients at Risk of Stroke, Myra Estrin Levine Conservation Theory.*

PENDAHULUAN

Stroke suatu kondisi yang terjadi ketika pasokan darah ke otak terganggu karena sumbatan atau pecahnya pembuluh darah ke otak dengan gejala seperti hemiparesis, bicara pelo, kesulitan berjalan, kehilangan keseimbangan dan kekuatan otot menurun. Stroke memiliki kelainan syaraf mendadak yang disebabkan oleh gangguan pembuluh darah yang mengakibatkan kurangnya pasokan oksigen ke otak selama lebih dari 24 jam sehingga menyebabkan kerusakan atau nekrosis jaringan otak. Stroke hemoragik dan non-hemoragik dapat menimbulkan masalah atau kecacatan fisik dan psikis pada pasien stroke, tergantung dari lokasi cederanya. Pasien yang mempunyai kebiasan buruk seperti merokok, tidak mau berolahraga, stres, istirahat yang kurang, makan – makanan yang tidak sehat merupakan faktor terjadinya stroke (Krisnawati & Anggiat, 2021). Penyakit stroke ini dapat dikategorikan sebagai salah satu penyakit mematikan di dunia, penderita stroke tidak dapat disembuhkan secara total. Dengan efek yang ditimbulkan dari penyakit stroke maka pasien harus mampu untuk manajemen dirinya agar tidak terjadi komplikasi stroke yang lebih lanjut. Namun, apabila ditangani dengan baik maka dapat meminimalkan angka kecacatan dan mengurangi ketergantungan penderita dalam melakukan aktivitas (Maskuri et al., 2022).

Manajemen diri yang baik diperlukan pasien dengan beresiko stroke untuk mencegah komplikasi lebih lanjut. (*Self Management*) suatu perilaku perawatan yang dilakukan secara mandiri dimana penderita dapat memelihara keadaan diri sendiri tanpa tergantung dengan lingkungan sekitar serta mencegah terjadinya komplikasi penyakit. Beberapa perubahan fisik dapat muncul apabila manajemen diri pasien dalam pencegahan stroke tidak dilakukan dengan baik. *Self management* bisa berupa menerapkan perilaku hidup sehat dengan melakukan olahraga, makan-makanan yang sehat, tidak beraktivitas secara berlebihan dengan mengurangi

penggunaan energi, meningkatkan dan mencegah terjadinya kerusakan fisik dengan proses pemulihan intergritas struktur, membantu pasien untuk mengurangi tingkat kecemasan dengan memberikan dukungan emosional sehingga pasien dapat mengurangi tingkat stres, serta mendorong keluarga untuk meningkatkan hubungan individu dengan pasien beresiko stroke untuk mempertahankan integritas sosial pasien. Kondisi ini sesuai dengan penerapan teori konservasi Myra Estrin Levin (Luthfa & Fadhilah, 2019).

Menurut Levine, model konservasi bertujuan untuk meningkatkan adaptasi individu dan menjaga integritas melalui penerapan prinsip konservasi. Model ini membantu perawat fokus dalam mempengaruhi dan merespons pemeliharaan di tingkat individu. Perawat dapat mencapai tujuan model ini dengan berpegang pada empat prinsip konservasi yaitu konservasi energi, konservasi integritas struktural, konservasi integritas pribadi, dan integritas sosial (L. Maria & Oktarianti, 2024). Konsep konservasi menurut teori Levine ini mengupayakan individu untuk melestarikan, melindungi, dan memanfaatkan sumber daya yang ada pada dirinya dengan sebaik-baiknya (H. K. Siregar, 2020).

Prevalensi stroke menurut WHO (2023) berdasarkan data tahun 2021 ada lebih dari 12,2 juta stroke baru setiap tahun. Secara global, satu dari empat orang di atas usia 25 akan mengalami stroke. Kasus Kematian akibat stroke di Indonesia mencapai 252.473 kasus atau 14,83% dari total kematian (Sari & Ahmady, 2023).

Berdasarkan kasus stroke menurut jenis kelamin di Jawa Timur tahun 2019 hingga 2021, hasil menunjukkan bahwa pada tahun 2019, kasus stroke tertinggi pada jenis kelamin laki-laki sebanyak 25.687 kasus, sedangkan pada jenis kelamin perempuan sebanyak 18.940 kasus. Pada tahun 2020, kasus stroke tertinggi pada jenis kelamin perempuan sebanyak 15.969 kasus stroke, sedangkan jenis kelamin laki-laki sebanyak 15.514 kasus stroke. Pada tahun 2021, kasus stroke tertinggi pada jenis kelamin perempuan sebanyak 16.194 kasus stroke, sedangkan jenis kelamin laki-laki sebanyak 15.721 kasus stroke. Pada tahun 2019 hingga 2020 kasus stroke mengalami penurunan kasus, namun berbalik pada tahun 2020 hingga 2021 mengalami kenaikan kasus (Putri, 2023).

Data dari Dinas Kesehatan Kabupaten Kediri angka kejadian hipertensi tertinggi di wilayah Puskesmas Bendo dengan hasil data 214 jiwa, dan diantaranya 90 jiwa yang kontrol rutin di Puskesmas Bendo Kabupaten Kediri. Dengan adanya hasil penelitian "Peningkatan pengetahuan lansia dalam mengontrol regulasi tekanan darah pada pasien hipertensi di dusun cangkring desa pelem kecamatan pare kabupaten kediri" Dari 60 lansia yang hadir, ditemukan 40 orang lansia dengan tekanan darah diatas normal (140/90mmHg). Pasien yang memiliki tekanan darah tinggi menjadi salah satu faktor utama resiko terjadinya komplikasi awal stroke (E. Rahmawati et al., 2024).

Menurut penelitian yang dilakukan oleh (Nabila et al., 2021) Berdasarkan pembahasan dari hasil penelitian, mengenai gambaran *self management* pada pasien hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Ulee Kareng mayoritas responden berada pada kategori cukup yaitu sebanyak 117 responden (71,2%). Peneliti menemukan bahwa manajemen diri yang tidak memadai disebabkan oleh pasien hipertensi yang kurang melakukan aktifitas fisik, dan sebagian responden perempuan yang bekerja sebagai ibu rumah tangga memiliki sedikit waktu untuk berolahraga, sehingga menurut peneliti dapat menyebabkan obesitas. Pengobatan hipertensi sendiri dipengaruhi oleh dukungan keluarga. Dengan dukungan keluarga yang tepat, ia dapat mendorong penderita tekanan darah tinggi untuk mengobati dirinya sendiri.

Adapun penelitian lain yang dilakukan oleh (Kurniawan et al., 2020) "*Self Management* Pasien Diabetes Melitus dengan Komplikasi Kardiovaskular dan Implikasinya terhadap Indikator Klinik" hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar pasien memiliki *Self Management* yang rendah, terutama pada aspek pemantauan. Penelitian ini juga menemukan bahwa pasien yang memilki kadar GDS (>200 mg%) secara signifikan memiliki perilaku *self-management* yang lebih rendah dibanding mereka yang mencapai target GDS. Sekitar 80%

stroke non-hemoragik dan 20% stroke hemoragik, Stroke non-hemoragik lebih banyak terjadi pada penderita diabetes. Dengan ini, penting bagi perawat atau petugas kesehatan dan pihak rumah sakit untuk memperbaiki upaya peningkatan *Self Management* yang telah dijalankan pada pasien DM yang mengalami komplikasi kardiovaskular, terutama dalam aspek pemantaun. Selain itu, perlu adanya penelitian lanjutan tentang *Self Management* pada pasien yang beresiko stroke.

Teori Myra Estrin Levine memainkan peran penting dalam membimbing praktisi keperawatan untuk memberikan asuhan holistik kepada pasien, dengan penekanan pada pemahaman dan pemenuhan kebutuhan dasar manusia, sehingga memberikan landasan yang kuat untuk praktek keperawatan yang efektif, tantangan muncul dalam mengintegrasikan prinsip-prinsip teori ke dalam praktek sehari-hari, terutama dalam merespons kebutuhan individual pasien. Studi kasus dan implementasi teori dalam asuhan keperawatan menggambarkan upaya dalam merancang intervensi yang sesuai. Namun, keterbatasan model konservasi Levine, seperti fokus pada penyakit individu dan kurangnya dukungan terhadap promosi kesehatan, menunjukkan perlunya refleksi mendalam untuk meningkatkan relevansi dan keberlanjutan penerapan teori ini dalam berbagai konteks klinis dan lingkungan asuhan, sehingga diperlukan pengembangan lebih lanjut agar teori konservasi dapat diterapkan secara luas pada penderita stroke (Suhartini & Nursanti, 2024).

Diabetes melitus, hipertensi, penyakit jantung, kolesterol, obesitas merupakan kondisi yang saling terkait dan merupakan faktor ekstrinsik atau dapat diubah dari resiko stroke. Tidak hanya itu, pola hidup buruk seperti stres, diet yang salah dan mengkonsumsi alkohol dan penggunaan obat-obatan terlarang juga merupakan faktor ekstrinsik, sedangkan faktor intrinsik atau tidak dapat diubah yaitu umur, jenis kelamin, keturunan, dan ras (Krisnawati & Anggiat, 2021). Pasalnya, pola makan yang tidak sehat dan kurang olahraga dapat menyebabkan kadar gula darah tinggi sehingga menyulitkan tubuh memproduksi insulin. Seandainya tidak diobati dalam jangka waktu lama, dinding pembuluh darah di otak bisa menebal sehingga menghalangi aliran darah. Hal ini membuat otak kekurangan oksigen dan menyebabkan kerusakan atau nekrosis jaringan otak. Apabila penyumbatan tidak segera ditangani, penyumbatan yang berkepanjangan dapat menurunkan fungsi aktivitas fisik pasien bahkan dapat menurunkan fungsi psikologis pada otak. Dengan ini dapat terjadi kelumpuhan pada ekstremitas kanan maupun kiri hingga dapat mengalami kematian bagi penderitannya (D. Rahmawati et al., 2019).

Permasalahan yang sering dialami pada pasien stroke mengalami penurunnya fungsi fisik pada tubuh seperti kehilangan kendali otot, kesulitan berjalan, kesulitan berbicara, kesulitan menelan dan kehilangan penglihatan juga dapat mengalami penurunan fungsi psikologis seperti depresi, kecemasan, kesulitan mengontrol emosi dan kehilangan motivasi. Pasien yang mampu mengelola dirinya secara baik, dapat menjaga fisik dengan cara berolahraga, mengonsumsi makanan sehat, tidak minum alkohol, tidak merokok akan memberikan dampak baik untuk mencegah terjadinya komplikasi stroke. Dampak buruk yang terjadi jika pasien berisiko stroke tidak menjaga pola hidup sehat, makanan yang tidak sehat, minum alkohol, serta merokok dapat memicu terjadinya stroke, *Self Management* dapat dilakukan penderita untuk mengontrol dan mendeteksi secara dini penyakit stroke (Yuniarti et al., 2020).

Diperlukannya manajemen diri pada pasien beresiko stroke sebagai bentuk adaptasi terhadap kondisi baru. Intervensi manajemen diri membantu meningkatkan keterampilan dan perilaku manajemen diri pasien stroke untuk mengoptimalkan manajemen diri pada pasien beresiko stroke bisa diterapkan dengan teori konservasi Levine. Konservasi energi dapat diaplikasikan oleh pasien beresiko stroke dengan cara membatasi aktivitas yang dilakukan sehari-hari dengan tidak terlalu capek. Aspek yang kedua yaitu konservasi integritas struktur dapat diaplikasikan dengan menjaga kesehatan fisik tubuh, konservasi ini dapat diterapkan lewat pemeriksaan fisik secara teratur. Adapun aspek konservasi yang ketiga ialah konservasi

integritas pribadi dilakukan untuk menjaga mental, emosional pasien yang beresiko stoke, dapat dilakukan dengan cara menjaga harga diri, rasa aman dengan mengurangi tingkat kecemasan pada pasien beresiko stroke. Adapun konservasi Levine yang terakhir yaitu konservasi integritas sosial untuk menjaga hubungan sosial dan mendukung pasien beresiko stroke pada lingkungan masyarakat, dapat dilakukan dengan tidak membedakan atau membatasi pasien beresiko stroke dalam melakukan interaksi pada lingkungan masyarakat (dan Asiye Kartal, 2021).

Solusi yang bisa diterapkan berupa memberikan edukasi kepada pasien dan keluarga tentang pentingnya pengelolaan risiko stroke dengan pendekatan konservasi. Program edukasi yang menyeluruh tentang pengelolaan aktivitas yang sesuai dengan konservasi energi, gaya hidup sehat sesuai dengan teori konservasi integritas struktur, pengelolaan penyakit sesuai dengan teori konservasi integritas pribadi, serta cara-cara mengurangi stress sesuai dengan teori konservasi integritas sosial dapat membantu meningkatkan keterlibatan pasien dalam manajemen diri sebagai salah satu cara untuk mendeteksi stroke sejak dini.

Pelaksanaan manajemen diri dapat meningkatkan keterampilan dan perilaku pasien, membantu pasien mendeteksi tanda – tanda awal stroke dan mengelola kondisi pasien dengan lebih baik. Secara keseluruhan, pentingnya manajemen mandiri bagi pasien stroke tidak hanya untuk menjaga kesehatan fisik, tetapi juga untuk meningkatkan kualitas hidup dan mendukung proses pemulihan. Berdasarkan latar belakang yang dikemukakan diatas membuat peneliti terdorong untuk mengadakan penelitian berjudul "Gambaran *Self Management* Pasien Beresiko Stroke Dengan Pendekatan Teori Konservasi Myra Estrini Levine".

METODE PENELITIAN

Penelitian menggunakan desain deskriptif dengan populasi dan sampel seluruh pasien berisiko stroke di Posyandu Lansia Dukuh Tempuran Dusun Cangkring, Desa Pelem, Kecamatan Pare, Kabupaten Kediri, sebanyak 35 responden diambil menggunakan teknik *total sampling*. Penelitian dilaksanakan di wilayah Posyandu Lansia Dukuh Tempuran Dusun Cangring Desa Pelem pada bulan april 2025. Variabel penelitian adalah self management pasien berisiko stroke dengan instrumen kuesioner. Data dianalisis menggunakan rumus persentase dan diinterpretasikan secara kuantitatif.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Karakteristik responden berdasarkan diagram usia

Variabel	Frekuensi	%
Usia		
≤ 40 Tahun	0	0%
41-50 Tahun	0	0%
51-60 Tahun	10	29%
≥ 61 Tahun	25	71%

Karakteristik responden berdasarkan diagram usia menunjukkan bahwa sebagian besar responden berusia ≥ 61 tahun yakni 25 responden (71%) dan hampir setengah dari responden berusia 51-60 tahun yakni 10 responden (29%)

Tabel 2. Karakteristik responden Berdasarkan jenis kelamin

Variabel	Frekuensi	%
Jenis Kelamin		
Laki-laki	6	17%
Perempuan	29	83%

Karakteristik responden Berdasarkan jenis kelamin menunjukkan bahwa hampir seluruh responden yaitu 29 responden (83%) berjenis kelamin perempuan dan sebagian kecil responden yaitu 6 responden (17%) berjenis kelamin laki-laki

Tabel 3. Karakteristik responden Berdasarkan pendidikan terakhir

Variabel	Frekuensi	%
Pendidikan Terakhir		
Tidak Sekolah	4	12%
SD	20	57%
SMP	5	14%
SMA	5	14%
Diploma	0	0%
Sarjana	0	3%

Karakteristik responden Berdasarkan pendidikan terakhir sebagian besar dari responden berpendidikan terakhir SD yaitu 20 responden (57%) dan sebagian kecil dari responden berpendidikan Sarjana sebanyak 1 responden (3%).

Tabel 4. Karakteristik responden Berdasarkan pekerjaan

Variabel	Frekuensi	%
Pekerjaan		
Petani	11	31%
Wirausaha	1	3%
Guru	0	0%
Tidak Bekerja	17	49%
Lainnya	6	17%

Karakteristik responden Berdasarkan pekerjaan hampir setengah dari responden tidak memiliki pekerjaan yaitu 17 responden (49%) dan sebagian kecil dari responden memiliki pekerjaan wirausaha yaitu 1 responden (3%).

Tabel 5. Karakteristik responden Berdasarkan tinggal Bersama

Variabel	Frekuensi	%
Tinggal Bersama		
Keluarga Inti	6	17%
Keluarga Besar	11	32%
Suami/Istri	5	14%
Anak	6	17%
Sendiri	7	20%

Karakteristik responden Berdasarkan tinggal bersama didapatkan dari 35 responden, hampir setengah dari responden tinggal bersama keluarga besar yaitu 11 responden (32%) dan sebagian kecil dari responden yaitu sejumlah 6 responden (17%) tinggal bersama keluarga inti.

Tabel 6. Karakteristik responden Berdasarkan jabatan

Variabel	Frekuensi	%
Orang Terdekat Dirumah		
Orang Tua	0	0%
Suami/Istri	12	34%
Anak	16	46%
Lainnya	7	20%

Karakteristik responden Berdasarkan jabatan didapatkan dari 35 responden, hampir setengah dari responden orang terdekat anak yaitu sebanyak 16 responden (46%) dan sebagian kecil dari responden yaitu 7 responden (20%) tidak mempunyai orang terdekat.

Tabel 7. Karakteristik responden Berdasarkan lama menderita sakit

Variabel	Frekuensi	%
Lama Menderita Sakit Yang Dialami Sekarang		
≤ 5 Tahun	35	100%
5-10 Tahun	0	0%
≥ 10 Tahun	0	0%

Karakteristik responden Berdasarkan lama menderita sakit dari 35 responden, seluruh responden 35 responden (100%) lama menderita sakit ≤ 5 tahun.

Tabel 8. Karakteristik responden Berdasarkan status pernikahan

Variabel	Frekuensi	%
Status		
Belum Menikah	0	0%
Menikah	17	48%
Janda	15	43%
Duda	3	9%

Karakteristik responden Berdasarkan status pernikahan dari 35 responden, hampir setengah dari responden 17 responden (48%) memiliki status menikah dan sebagian kecil dari responden yaitu 3 responden (9%) memiliki status pernikahan duda.

Tabel 9. Karakteristik responden Berdasarkan pernah mendapatkan informasi tentang manajemen diri

Variabel	Frekuensi	%
Apakah pernah mendapatkan informasi tentang manajemen diri pada penderita berisiko stroke		
Pernah	0	0%
Belum pernah	35	100%

Karakteristik responden Berdasarkan pernah mendapatkan informasi tentang manajemen diri pada penderita berisiko stroke dari 35 responden, seluruh responden 35 responden (100%) belum pernah mendapatkan informasi.

Tabel 10. Karakteristik responden Berdasarkan apakah aktif mengikuti kegiatan posyandu lansia

Variabel	Frekuensi	%
Apakah aktif mengikuti posyandu lansia		
Rutin	28	80%
Kadang - kadang	4	11%
Tidak pernah	3	9%

Karakteristik responden Berdasarkan apakah aktif mengikuti kegiatan posyandu lansia dari 35 responden hapir seluruh responden 28 responden (80%) rutin mengikutikegiatan posyandu lansia dan sebagian kecil dari responden 3 responden (9%) tidak pernah mengikuti kegiatan posyandu lansia.

Tabel 11. Karakteristik responden berdasarkan riwayat penyakit

Variabel	Frekuensi	%
Riwayat Penyakit		
1 Penyakit	11	31%
≥ 1 Penyakit	24	69%

Karakteristik responden berdasarkan riwayat penyakit menunjukkan bahwa dari 35 responden sebagian besar dari responden 24 responden (69%) memiliki riwayat penyakit ≥ 1 penyakit dan hampir setengah dari responden 11 responden (31%) memiliki 1 riwayat penyakit.

Tabel 12. Karakteristik responden berdasarkan Jarak dari rumah ke fasilitas kesehatan

Variabel	Frekuensi	%
Jarak dari rumah ke fasilitas kesehatan		
≤ 500 Meter	33	94%
500 Meter	0	0%
1 KM	2	6%
≥ 1 KM	0	0%

Karakteristik responden menunjukkan bahwa dari 35 responden hampir seluruh responden 33 responden (94%) jarak dari rumah menuju ke fasilitas kesehatan berjarak ≤ 500 M dan sebagian kecil dari responden 2 responden (6%) jarak dari rumah menuju ke fasilitas kesehatan berjarak 1 Km.

PEMBAHASAN

Berdasarkan Hasil penelitian tentang*self management* pada pasien yang beresiko stroke dengan pendekatan teori konservasi Myra Estrin Levine yang dilaksanakan di wilayah Dukuh Tempuran Dusun Cangkring Desa Pelem Kecamatan Pare Kabupaten Kediri menunjukkan bahwa dari 35 responden sebagian besar dari responden yaitu 22 responden (63%) memiliki *self management* cukup, hampir setengah dari responden yaitu 12 responden (34%) memiliki *self management* baik, dan sebagian kecil dari responden yaitu 1 responden (3%) memiliki *self management* kurang.

Stroke merupakan gangguan fungsi otak yang terjadi akibat penyumbatan pada pembuluh darah arteri, sehingga aliran darah yang membawa oksigen dan glukosa ke otak terhenti, menyebabkan kematian sel-sel otak dan gangguan pada sistem saraf. Kondisi ini dapat menimbulkan komplikasi serius seperti pendarahan otak dan meningkatkan risiko terjadinya serangan stroke berulang (sekunder), yang sering kali lebih fatal karena kerusakan otak bisa lebih luas (Batu, 2023).

Faktor risiko stroke antara lain kebiasaan merokok, kurang aktivitas fisik, aktifitas berlebihan, pola makan tidak sehat, dan kurang istirahat. Untuk mencegah komplikasi dan memperbaiki kualitas hidup, penderita stroke sangat disarankan menerapkan *self management. Self Management* dapat berupa menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat dengan rutin melakukan olahraga, mengonsumsi makanan yang sehat, tidak beraktivitas berlebihan dengan mengurangi penggunaan energi, meningkatkan dan mencegah terjadinya kerusakan fisik dengan proses pemulihan integritas struktur, membantu pasien untuk mengurangi tingkat kecemasan dengan memberikan dukungan emosional sehingga dapat mengurangi tingkat stres pada pasien, serta memberikan dukungan pada keluarga untuk meningkatkan hubungan individu dengan pasien berisiko stroke untuk mempertahankan integritas sosial pasien (Puswati et al., 2021).

Faktor yang mempengaruhi gambaran *self management* pasien beresiko stroke dengan pendekatan teori konservasi Myra Estrin Levine dapat meminimalkan terjadinya komplikasi stroke lebih lanjut dengan menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat, seperti rutin berolahraga dan mengonsumsi makanan yang sehat.

Hasil penelitian tentang *self management* pasien beresiko stroke dengan pendekatan teori konservasi Myra Estrin Levine menunjukkan bahwa sebagian besar dari responden 22 responden (63%) memiliki *self management* cukup. *Self management* cukup dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu status pekerjaan, dan status pernikahan.

Faktor yang mempengaruhi *self management* cukup salah satunya yaitu status pekerjaan. Hal tersebut didukung oleh hasil penelitian yang menyebutkan dari 22 responden *self management* cukup, setengah dari responden 11 responden (50%) tidak bekerja.

Menurut penelitian (Farhana et al., 2020) Faktor penentu sosial kesehatan yang mempengaruhi *self management* adalah pendapatan, pendidikan, dan status pekerjaan. Pada pasien yang berstatus tidak bekerja lebih memiliki waktu luang dalam memanajemen dirinya. Pasien memiliki kesempatan untuk melakukan latihan fisik, mengatur pola makan, serta memantau kondisi kesehatannya dengan lebih baik. Waktu yang lebih banyak ini memungkinkan mereka membangun kebiasaan hidup sehat sehingga dapat meningkatkan kualitas manajemen dirinya.

Lingkungan pekerjaan berpengaruh dalam *self management* karena pasien yang tidak bekerja mungkin memiliki kelebihan waktu untuk melakukan aktivitas yang mendukung kesehatan, seperti olahraga dan meditasi, namun juga mungkin mengalami kesulitan dalam mengakses sumber daya ekonomi dan sosial yang dibutuhkan untuk *self management* yang efektif. Oleh karena itu, penting bagi tenaga kesehatan untuk memberikan dukungan yang komprehensif dan sesuai dengan kebutuhan pasien yang tidak bekerja.

Faktor yang mempengaruhi *self management* cukup yang kedua yaitu status pernikahan. Hal ini didukung oleh hasil penelitian yang menyebutkan dari 22 responden *self management* cukup, sebagian besar dari responden 12 responden (55%) memiliki status perkawinan menikah.

Menurut penelitian (Pratiwi, 2024) menyatakan bahwa Penderita yang memiliki pasangan atau sudah menikah mempunyai tingkat kepatuhan yang tinggi terkait pantangan makanan yang harus dihindari agar tidak dapat menjadi komplikasi yang lebih lanjut, dari pada individu yang sudah memiliki status janda ataupun duda.

Status perkawinan (menikah) sangatlah penting karena dapat mempengaruhi penilaian *self management* pada pasien beresiko stroke karena keberadaan pasangan sering menjadi faktor mendukung utama dalam pengolahan kondisi kesehatan secara mandiri serta membawa dukungan emosional seperti perhatian terhadap kesehatan pasangan, kasih sayang dari pasangan, tanggung jawab bersama dengan rutin melakukan kontrol ke fasilitas kesehatan dan saling menginggatkan untuk mengonsumsi obat setiap hari.

Hasil penelitian tentang *self management* pasien beresiko stroke dengan pendekatan teori konservasi Myra Estrin Levine menunjukkan bahwa hampir setengah dari responden 12 responden (34%) memiliki *self management* baik. *Self management* baik dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu jenis kelamin, jarak rumah dengan fasilitas kesehatan, dan apakah aktif mengikuti kegiatan posyandu.

Faktor yang mempengaruhi *self management* baik yang pertama yaitu jenis kelamin. Hal ini didukung oleh hasil penelitian yang menyebutkan dari 12 responden *self management* baik, hampir seluruh dari responden 11 responden (92%) berjenis kelamin perempuan.

Hal ini sejalan dengan penelitian (Agastiya et al., 2020) Penderita stroke dengan jenis kelamin perempuan mempunyai perilaku manajemen perawatan diri yang baik dari pada penderita laki – laki. Hal tersebut dapat terjadi karena perempuan memiliki perilaku kepatuhan yang tinggi dalam merubah gaya hidup seperti dapat memanajemen dirinya sehingga dapat mengonsumsi makanan yang sehat, tidak merokok dan melakukan aktivitas fisik sederhana. Sementara pada penderita laki-laki cenderung memiliki perilaku kepatuhan yang rendah dalam melakukan perubahan gaya hidup kearah yang positif karena cenderung kurang memperhatikan kesehatannya ditandai dengan jarangnya melakukan pemeriksaan kesehatan, merokok, dan kurangnya memanajemen pada dirinya sendiri.

Penderita perempuan cenderung lebih baik dalam mengelola dirinya dengan memiliki kemampuan mengatur emosi, waktu, serta mengelola kesehatan dari pada penderita laki – laki yang lebih dominan sering mengonsumsi sembarang makanan, kebiasaan meminum kopi, kebiasaan merokok dan lain sebagainya.

Faktor yang mempengaruhi *self management* baik yang kedua yaitu jarak rumah menuju fasilitas kesehatan. Hal ini didukung oleh hasil penelitian yang menyebutkan dari 12 responden *self management* cukup, hampir seluruh dari responden 10 responden (83%) jarak rumah menuju fasilitas kesehatan ≤ 500 M.

Menurut penelitian (Nurlaily, 2022) Penderita stroke yang berada di area kota atau daerah yang jauh dari wilayah terpencil lebih mudah mendapat perawatan diri yang lebih baik karena di kota terdapat banyak fasilitas kesehatan dan transportasi. Ini memudahkan mereka untuk menjalani pemeriksaan kesehatan yang berkaitan dengan stroke, serta akses terhadap berbagai obat-obatan cukup lengkap dan jarak ke pusat layanan kesehatan tidak terlalu jauh. Sementara

itu, penderita stroke yang berada di lingkungan desa sekarang dapat lebih mudah mengakses fasilitas kesehatan (ILP) integritas layanan primer yang dimana didalamnya termasuk kegiatan posyandu lansia, Puskesmas yang sudah memiliki fasilitas terbaru IGD 24 jam dan rawat inap, dan sudah banyak pembukaan klinik – klinik desa. Hal ini memudahkan mereka untuk melakukan pemeriksaan kesehatan secara teratur, dan ketersediaan obat-obatan di desa akan lebih mudah diperoleh bagi penderita yang sakit.

Dengan dekatnya fasilititas kesehatan memudahkan penderita untuk mengakses layanan kesehatan dan aktif mengikuti kegiatan kesehatan yang dapat membantu meningkatkan kualitas hidup penderita beresiko stroke dan memudahkan penderita beresiko stroke untuk selalu aktif mengikuti posyandu lansia sehingga mempermudah responden mendapatkan informasi serta memudahkan responden untuk memantau kesehatannya secara berkala.

Faktor yang mempengaruhi *self management* baik yang ketiga yaitu apakah rutin mengikuti kegiatan posyandu lansia. Hal ini didukung oleh hasil penelitian yang menyebutkan dari 12 responden *self management* baik, sebagian besar dari responden 9 responden (75%) rutin mengikuti kegiatan posyandu lansia.

Menurut penelitian (Kementrian Kesehatan RI, 2023) Sebelum adanya Integrasi Layanan Primer (ILP), Posyandu lansia biasanya dijalankan secara terpisah dari Posyandu balita dan lebih sering diintegrasikan dengan program Posbindu PTM. Namun, dengan implementasi ILP, Posyandu kini melayani semua kelompok usia, mulai dari ibu hamil hingga lanjut usia, sehingga memungkinkan keluarga untuk mengakses layanan kesehatan bersama-sama. Hal ini menjadi tantangan sekaligus bentuk pemberdayaan masyarakat. Di era ILP, Posyandu dijalankan oleh minimal 5 kader kesehatan yang didampingi petugas kesehatan, dengan layanan yang terintegrasi untuk semua usia. Sebelumnya, Posyandu lebih fokus pada pelayanan ibu hamil dan balita, namun kini telah berkembang untuk mencakup semua kelompok usia, termasuk lansia. Posyandu Lansia sendiri bertujuan untuk meningkatkan kesehatan dan kualitas hidup lansia, serta dapat disesuaikan dengan kebutuhan dan kondisi setempat. Mengingat Indonesia saat ini sudah memasuki era aging population dengan 11,75% penduduk berusia 60 tahun ke atas, maka penting untuk terus meningkatkan layanan kesehatan untuk lansia.

Dengan terlaksananya posyandu lansia di Dukuh Tempuran Dusun Cangkring Desa Pelem setiap 1 bulan sekali, memberikan akses mudah bagi masyarakat setempat untuk mengetahui keadaan fisik secara berkala, mempermudah masyarakat untuk mendapatkan pelayanan kesehatan secara dini, untuk menurunkan komplikasi penyakit yang diderita pasien dan dapat menurunkan angka peningkatan penderita stroke.

Hasil penelitian tentang *self management* pasien beresiko stroke dengan pendekatan teori konservasi Myra Estrin Levine menunjukkan bahwa sebagian kecil dari responden 1 responden (3%) memiliki *self management* kurang. *Self managemnet* kurang dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu tinggal bersama dan apakah pernah mendapatkan informasi tentang manajemen diri pasien beresiko stroke.

Faktor yang mempengaruhi *self management* kurang yang pertama yaitu tinggal bersama. Hal ini didukung oleh hasil penelitian yang menyebutkan sebagian besar dari responden yaitu 1 responden (100%) tinggal sendiri.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian (Nurlaily, 2022) menyatakan bahwa penderita yang didukung oleh orang terdekat dapat memiliki dampak positif yang signifikan, berbeda dengan penderita yang tinggal sendiri tidak mempunyai dukungan sosial atau orang terdekat dirumah yang dapat memberikan nilai positif bagi penderita stroke. Dengan tidak adanya dukungan tersebut sehingga seseorang tidak mempunyai orang yang berada dekat dan mengetahui kegiatan kehidupan sehari-hari dari penderita. Dukungan dari keluarga merupakan salah satu faktor yang dapat memotivasi penderita stroke dengan baik. Namun, berbeda dengan penderita yang tinggal sendiri cenderung tidak dapat mengontol kondisi kesehatannya dan

kurangnya tingkat pengetahuan tentang kesehatan penderita. Kondisi sosial mendukung terbentuknya *Self management*, dengan adanya hubungan yang baik melalui lingkungan sekitar akan menciptakan lingkungan sosial individu yang sehat sehingga *Self management* akan berkembang.

Penderita yang tinggal sendiri cenderung kurang dalam meningkatkan kesehatan dirinya dan lebih tertutup mengenai masalah kesehatannya karena penderita tidak memiliki teman berkeluh kesah tentang kondisinya sehingga penderita yang tinggal sendiri dapat mengurangi kepatuhan pengobatan serta penderita dapat memperburuk kondisinya.

Faktor yang mempengaruhi *self management* kurang yang kedua yaitu apakah pernah terpapar informasi tentang manajemen diri. Hal ini didukung oleh hasil penelitian yang menyebutkan seluruh responden yaitu 1 responden (100%) belum pernah mendapatkan informasi terkait manajemen diri bagi penderita beresiko stroke.

Menurut peneliti (Syahbilah & others, 2023) Kurangnya pengetahuan berpengaruh karena rendahnya tingkat pendidikan dapat mempengaruhi berbagai aspek perawatan dan pemulihan bagi penderita stroke. Semakin tinggi tingkat pendidikan penderita stroke mungkin memiliki pemahaman yang lebih baik tentang kondisi mereka, lebih aktif dalam pengobatan dan memiliki akses yang lebih baik terhadap sumber daya yang mendukung pemulihan penderita. Sebaliknya, meraka yang memiliki tingkat pendidikan rendah mungkin dalam menghadapi lebih banyak tantangan dalam hal pemahaman, akses keperawatan, dan dukungan sosial.

Bahwa kurangnya tingkat pengetahuan tentang *self management* merupakan salah satu faktor yang signifikan dalam meningkatkan risiko stroke, terutama pada individu dengan kondisi medis kronis seperti penderita lama hipertensi dan diabetes melitus. *Self management* mencangkup kemampuan penderita untuk mengenali gejala, mengendalikan faktor risiko, mematuhi pengobatan, serta menjalani gaya hidup sehat, sedangkan dengan mereka yang memiliki pemahaman yang kurang cenderung mengabaikan pengobatan, tidak menjaga tekanan darah atau kadar gula, kolesterol, asam urat secara rutin. Oleh karena itu, pentingnya pengetahuan dan peningkatan keterampilan untuk manajemen diri penderita beresiko stroke.

KESIMPULAN DAN SARAN

Hasil penelitian diharapkan menjadi informasi bagi pasien berisiko stroke dalam meningkatkan manajemen diri, serta referensi bagi tenaga kesehatan dan institusi pendidikan dalam penerapan teori konservasi Myra Estrin Levine. Responden diharapkan menerapkan pola hidup sehat seperti makan bergizi, rutin berolahraga, dan menghindari merokok untuk menurunkan risiko komplikasi stroke.

UCAPAN TERIMAKASIH

Terimakasih kami ucapkan kepada seluruh pihak yang membantu, khususnya kepada prodi D3 Keperawatan dan STIKES Karya Husada Kediri yang telah menfasilitasi dan memberikan dukungan. Kepada seluruh responden yang telah bersedia meluangkan waktunya untuk kami. tak lupa kami ucapkan terimakasih kepada pihak kepala dan staf Desa Pelem yang telah memfasillitasi dan memberikan izin kepada kami untuk melakukan penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

[1] Agastiya, I. M. C., Nurhesti, P. O. Y., & Manangkot, M. (2020). Hubungan Self-Efficacy Dengan Self-Management Behaviour Pada Pasien Hipertensi. *Community Of Publishing In Nursing (Coping)*, *8*(1), 65–72.

[2] Amila, N., Kep, M., Kep, S., Sulaiman, S. T., Km, M., Sembiring, E., & St, S. (2021). *Kenali Dan Lawan Afasia (Gangguan Wicara-Bahasa) Pada Stroke*. Insan Cendekia Mandiri.

[3] Anjani, W. S., Arumsari, C., & Imaddudin, A. (2020). Pelatihan Self Management Untuk Meningkatkan Disiplin Belajar Siswa. *Journal Of Innovative Counseling: Theory, Practice, And Research*, *4*(01), 41–56.

[4] Arini, N. A. (2023). *Pelaksanaan Konseling Individu Dengan Teknik Self Management Untuk Mengurangi Perilaku Membolos Peserta Didik Kelas Xi Di Man 1 Lampung Timur*. Uin Raden Intan Lampung.

[5] Batu, G. C. L. (2023). Asuhan Keperawatan Keluarga Dengan Stroke Di Wilayah Kerja Puskesmas Manggar Baru Kota Balik Papan Tahun 2023. *Politeknik Kementrian Kesehatan Samarinda*. Https://Repository.Poltekkes-Kaltim.Ac.Id/2008/1/25. Grace Carolyne Lumban Batu.Pdf

[6] Dan Asiye Kartal, D. Ç. (2021). Hubungan Antara Efikasi Diri Dalam Pengelolaan Diabetes Dan Kesejahteraan Pada Pasien Diabetes Tipe 2. *Nigerian Journal Of Clinical Practice*, *24*, 393–399. Https://Api.Semanticscholar.Org/Corpusid:232243996

[7] Djaali, H. (2021). *Metodologi Penelitian Kuantitatif*.

[8] Fajar Susilowati, F. (2024). *Pengaruh Mirror Therapy Terhadap Peningkatan Kekuatan Otot Pada Pasien Stroke Non Hemoragik Di Ruang Rawat Inap Lavender Rsud Dr. Soehadi Prijonegoro Sragen*. Universitas Kusuma Husada Surakarta.

[9] Fajira, R. N. (2023). *Pengetahuan Penderita Hipertensi Tentang Aktivits Fisik Yang Beresiko Stroke Di Desa Kampungbaru Kecamatan Kepung Kabupaten Kediri*. Stikes Karya Husada Kediri.

[10] Farhana, A. Y., Hudiyawati, D., & Others. (2020). *Gambaran Self Management Pada Pasien Gagal Jantung*. Universitas Muhammadiyah Surakarta.

[11] Ferawati, N., Kep, M., Ika Rita, S., Salma Amira, A., & Others. (2020). *Stroke: Bukan Akhir Segalanya (Cegah Dan Atasi Sejak Dini)*. Guepedia.

[12] Fitriani, A. (2019). Studi Literatur Dampak Obstructive Sleep Apnea Pada Pasien Stroke. *Journal Of Chemical Information And Modeling*, *53*(9), 1689–1699.

[13] Ghofir, A. (2021). *Tatalaksana Stroke Dan Penyakit Vaskuler Lainnya*. Ugm Press.

[14] Hariyati, N. R. (2019). *Modul Matakuliah Metodologi Penelitian*.

[15] Imran, N. A. (2020). Penerapan Teknik Self Management Untuk Mengurangi Kecanduan Media Sosial Pada Siswa Di Sma Negeri 1 Sinjai. *Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Makassar*. Https://Eprints.Unm.Ac.Id/19360/1/Jurnal Nur Azizah Imran.Pdf

[16] Kementrian Kesehatan Ri, R. R. W. (2023). *Lansia Sehat Dan Bardaya Untuk Indonesia*

Emas. Https://Rsjrw.Id/Artikel/Posyandu-Lansia-Di-Era-Ilp

[17] Khairunisa, K., Yusuf, A. M., & Firman, F. (2022). Implementasi Teknik Self Management Untuk Mereduksi Perilaku Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa S1. *Jurnal Mahasiswa Bk An-Nur: Berbeda, Bermakna, Mulia*, *8*(2), 85–96.

[18] Krisnawati, D., & Anggiat, L. (2021). Terapi Latihan Pada Kondisi Stroke: Kajian Literatur= Exercise Therapy In Stroke Condition: A Literature Review. *Jurnal Fisioterapi Terapan Indonesia*, *1*(1), 1–10.

[19] Kurniawan, T., Mambang Sari, C. W., & Aisyah, I. (2020). *Self Management Pasien Diabetes Melitus Dengan Komplikasi Kardiovaskular Dan Implikasinya Terhadap Indikator Klinik.*

[20] Kusyani, A., & Khayudin, B. A. (2022). Asuhan Keperawatan Stroke Untuk Mahasiswa Dan Perawat Profesional. *Jakarta: Guepedia*.

[21] Luthfa, I., & Fadhilah, N. (2019). Self Management Menentukan Kualitas Hidup Pasien Diabetes Mellitus. *Jurnal Endurance*, *4*(2), 402–410.

[22] Majid, A. S. (2022). *Pengaruh Bimbingan Orang Tua Terhadap Perilaku Sosial Remaja Madya Di Desa Tigajuru Kecamatan Mayong Kabupaten Jepara*. Iain Kudus.

[23] Malinda, H., Sandra, S., & Rasyid, T. A. (2022). Hubungan Penerimaan Diri Terhadap Self Management Pada Pasien Penyakit Ginjal Kronis Yang Menjalani Hemodialisis. *Jurnal Ners*, *6*(2), 209–221.

[24] Malkis, Y., & Kariasa, I. M. (2022). Penerapan Teori Roy Dalam Meningkatkan Asuhan Keperawatan Pada Pasien Stroke Iskemia Berulang. *Jurnal Endurance*, *7*(1), 176–183.

[25] Maria, I. (2021). *Asuhan Keperawatan Diabetes Mellitus Dan Asuhan Keperawatan Stroke*. Deepublish.

[26] Maria, L., & Oktarianti, D. (2024). Pengalaman Perempuan Menopause Dalam Masa Klimakterium Dengan Penerapan Konservasi Levine Di Rumah Sakit Pusri: Study Fenomenologi. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, *5*(2), 4025–4038.

[27] Maskuri, M. N., Harliana, H., Sukerti, K., & Bhakti, R. M. H. (2022). Penerapan Algoritma K-Nearest Neighbor (Knn) Untuk Prediksi Penyakit Stroke. *Jurnal Ilmiah Intech: Information Technology Journal Of Umus*, *4*(01), 130–140.

[28] Nabila, A., Arnita, Y., & Mulyati, D. (2021). Self Management Penderita Hipertensi. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Fakultas Keperawatan*, *5*(4).

[29] Nurlaily, L. N. (2022). *Hypertension Self Management Behavior Pada Penderita Hepertensi Di Wilayah Dusun Pugeran Desa Kaliboto Kecamatan Tarokan Kabupaten Kediri*. Stikes Karya Husada Kediri.

[30] Nursalam, I. I. (2017). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis*.

[31] Nursalam, N., & Hasinuddin, M. (2020). Uji Validitas Dan Reliabilitas Leadership Behavior Inventory, Personal Mastery Questionnaire Dan Kuesioner Kinerja Perawat Di Rumah Sakit. *Jurnal Penelitian Kesehatan" Suara Forikes"(Journal Of Health Research" Forikes Voice")*, *11*(3), 313–318.

[32] Nursanti, I., & Others. (2024). Teori Keperawatan Myra Estrin Levine Dan Aplikasinya. *Saintekes: Jurnal Sains, Teknologi Dan Kesehatan*, *3*(1), 50–56.

[33] Pratiwi, S. D. (2024). *Hubungan Self Efficacy Dengan Self Care Management Pada Penderita Hipertensi Di Desa Margapadang*. Universitas Bhamada Slawi.

[34] Puswati, D., Yanti, N., & Yusela, D. (2021). Analisis Self Management Dan Pengontrolan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Puskesmas Lima Puluh Kota Pekanbaru. *Health Care: Jurnal Kesehatan*, *10*(1), 138–143.

[35] Putri, A. A. N. (2023). Gambaran Epidemiologi Stroke Di Jawa Timur Tahun 2019-2021. *Prepotif: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, *7*(1), 1030–1037.

[36] Rahmawati, D., Kurniawan, T., Hartati, S., & Others. (2019). Gambaran Self-Management Pada Pasien Stroke Yang Menjalani Rawat Jalan. *Jurnal Keperawatan'aisyiyah*, *6*(1), 13–25.

[37] Rahmawati, E., Rahayu, D., Yunita, A., Atmojo, D. S., & Yektiningsih, E. (2024). Peningkatan Pengetahuan Kader Lansia Dalam Mengontrol Regulasi Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Dusun Cangkring Desa Pelem Kecamatan Pare Kabupaten Kediri: Increasing The Knowledge Of Elderly In Controlling Blood Pressure Regulation In Hypertension. *Jurnal Abdimas Pamenang*, *2*(1), 19–24.

[38] Ramadhani, L. P., Aini, D. N., & Rohana, N. (2020). Hubungan Self Efficacy Dengan Problem Focused Coping Pada Pasien Hipertensi. *Jurnal Ners Widya Husada*, *7*(1), 1–8.

[39] Ramadhani, R., Bina, N. S., & Others. (2021). *Statistika Penelitian Pendidikan: Analisis Perhitungan Matematis Dan Aplikasi Spss*. Prenada Media.

[40] Risnah, D., & Irwan, M. (2021). *Falsafah Dan Teori Keperawatan Dalam Integrasi Keilmuan* (M. K. Musdalifah, S.Kep., Ns., M.Kes. (Ed.)). Alauddin University Press.

[41] Rofii, M. (2021). *Teori Dan Falsafah Kepetrawatan*. Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro.

[42] Sari, M., & Ahmady, D. (2023). Hubungan Diet Dan Obesitas Dengan Kejadian Stroke Berulang Pada Pasien Post Stroke Di Rumah Sakit Umum Daerah Aceh Utara. *Jurnal Kesehatan Akimal*, *2*(2), 28–34.

[43] Sarie, F., Sutaguna, I. N. T., Par, S. S. T., Par, M., Suiraoka, I. P., St, S., Darwin Damanik, S. E., Se, M., Efrina, G., Sari, R., & Others. (2023). *Metodelogi Penelitian*. Cendikia Mulia Mandiri.

[44] Siregar, E. (2022). *Riset Dan Seminar Sumber Daya Manusia*. Penerbit Widina.

[45] Siregar, H. K. (2020). Pengaruh Program Intervensi Keperawatan Berbasis Model Konseptual Levine Terhadap Pemulihan Pasien Fraktur Di Rsup H. Adam Malik Medan [Universitas Sumatera Utara Medan]. In *Nusantara Hasana Journal*. Https://Www.Researchgate.Net/Profile/Henrianto-Siregar-2/Publication/342467832_Tesis_Henrianto_Karolus_Siregar_Mkep/Links/5ef5e34c92851c52d6fde2b1/Tesis-Henrianto-Karolus-Siregar-Mkep.Pdf

[46] Suhartini, E., & Nursanti, I. (2024). Aplikasi Teori Myra Estrin Levine Dalam Praktek Keperawatan. *Zahra: Journal Of Health And Medical Research*, *4*(1), 51–58.

[47] Suriani, N., Jailani, M. S., & Others. (2023). Konsep Populasi Dan Sampling Serta Pemilihan Partisipan Ditinjau Dari Penelitian Ilmiah Pendidikan. *Ihsan: Jurnal Pendidikan Islam*, *1*(2), 24–36.

[48] Syahbilah, D., & Others. (2023). *Pengaruh Self Management Terhadap Efikasi Diri Peserta Didik (Survei Pada Peserta Didik Kelas X Ips Tahun Ajaran 2022/2023 Di Sma Kartika Xix 1 Bandung*. Fkip Unpas.

[49] Utami, A. P., & Hudiyawati, D. (2020). Gambaran Dukungan Keluarga Terhadap Self-Management Penderita Hipertensi. *Prosiding University Research Colloquium*, 9–15.

[50] Vivi Barokah, M., & Choirriyah, Z. (2021). *Gambaran Koping Individu Para Pekerja Korban Phk Pada Masa Covid-19 Di Kabupaten Semarang*. Universitas Ngudi Waluyo.

[51] Wibowo, A. E. (2021). *Metodologi Penelitian Pegangan Untuk Menulis Karya Ilmiah*. Penerbit Insania.

[52] Yuniarti, I. I., Kariasa, I. M., & Waluyo, A. (2020). Efektifitas Intervensi Self-Management Pada Pasien Stroke. *(Jkg) Jurnal Keperawatan Global*, *5*(1), 6–17.

[53] Zakariah, M. A., Afriani, V., & Zakariah, K. H. M. (2020). *Metodologi Penelitian Kualitatif, Kuantitatif, Action Research, Research And Development (R N D).* Yayasan Pondok Pesantren Al Mawaddah Warrahmah Kolaka.