



GAMBARAN PENGETAHUAN TENTANG *SELF-CARE MANAGEMENT* PADA PASIEN HIPERTENSI DI PUSKESMAS SRAGEN

Retno Widayanti¹, Sitti Rahma Soleman²

^{1,2}Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas 'Aisyiyah Surakarta

*Email: retnowidayanti.students@aiska-university.ac.id

ABSTRAK

Hipertensi termasuk penyakit yang menjadi penyebab kematian nomor satu di dunia setiap tahunnya. Hipertensi yang tidak terkontrol dapat menyebabkan beberapa komplikasi. Maka sangat penting bagi penderita dalam meningkatkan pengetahuan tentang *self-care management* hipertensi untuk mencegah dan mengurangi terjadinya komplikasi. Tujuan: Mengetahui gambaran pengetahuan tentang *self-care management* pada pasien hipertensi di Puskesmas Sragen. Metode: Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kuantitatif dengan jumlah sampel 93 responden dan menggunakan teknik *accidental sampling*. Hasil: Hasil penelitian didapatkan karakteristik responden berdasarkan usia mayoritas >35 tahun sebesar (83,9%), jenis kelamin mayoritas perempuan sebesar (80,6%), pendidikan mayoritas SMA sebesar (40,9%), status perkawinan mayoritas kawin sebesar (84,9%), pekerjaan mayoritas ibu rumah tangga sebesar (35,5%), lama menderita hipertensi mayoritas <5 tahun sebesar (62,4%), lama menjalani pengobatan mayoritas <2 tahun sebesar (51,6%), derajat hipertensi mayoritas hipertensi derajat 1 sebesar (45,2%) dan tingkat pengetahuan *self-care management* hipertensi mayoritas kategori cukup sebesar (41,9%). Kesimpulan: Tingkat pengetahuan tentang *self-care management* pada pasien hipertensi di Puskesmas Sragen dalam kategori cukup.

Kata Kunci: Pengetahuan, *Self-care management*, Hipertensi

ABSTRACT

Hypertension is a disease that is the number one cause of death in the world every year. Uncontrolled hypertension can cause several complications. So it is very important for sufferers to increase knowledge about *self-care management* of hypertension to prevent and reduce the occurrence of complications. Purpose: Aims to describe the knowledge of *self-care management* in hypertensive patients at the Sragen Health Center. Methods: This study used a quantitative descriptive method with a total sample of 93 respondents and used an *accidental sampling* technique. Results: The results showed that the characteristics of respondents based on the age of majority >35 years were (83.9%), the sex of the majority was female (80.6%), the majority were high school education (40.9%), the majority were married by (84.9%), the majority were housewives (35.5%), the majority suffered from hypertension for <5 years (62.4%), the majority underwent treatment for <2 years (51.6%), degree the majority of hypertension is grade 1 hypertension (45.2%), and the level of knowledge *Self-care management* of hypertension in the majority category is sufficient (41.9%). Conclusion: The

level of knowledge about self-care management in hypertensive patients at the Sragen Health Center is in the sufficient category.

Keywords: *Knowledge, Self-care Management, Hypertension*

PENDAHULUAN

Penyakit hipertensi merupakan masalah kesehatan utama di negara maju maupun negara berkembang, hipertensi merupakan penyakit yang tidak menular dan menjadi salah satu komplikasi penyebab kematian nomor satu di dunia setiap tahunnya (Mahfud *et al.*, 2019). Hipertensi atau tekanan darah tinggi merupakan peningkatan tekanan darah dalam arteri, arteri merupakan pembuluh darah yang mengangkut darah dari jantung kemudian dialirkan ke semua jaringan ataupun organ yang ada di tubuh, hipertensi bukan merupakan emosi terkadang stress yang dapat meningkatkan tekanan darah (Susanti & Rasima, 2020). Hipertensi sering sekali disebut *silent killer*, kebanyakan dari pasien yang terdiagnosis hipertensi tidak merasakan tanda dan gejala pada saat tekanan darah meningkat (Diatmika *et al.*, 2018). Hipertensi adalah faktor resiko utama penyakit kardiovaskuler seperti serangan jantung, stroke, gagal jantung dan penyakit gagal ginjal (Arum, 2019). Menurut WHO (*World Health Organization*) menyatakan hipertensi merupakan tekanan darah sistolik yang sama dengan atau di atas 140 mmHg dan atau tekanan darah diastolik sama dengan atau di atas 90 mmHg (Sakinah *et al.*, 2020).

Berdasarkan data WHO (*World Health Organization*) 2020, prevalensi pada tahun 2025 diperkirakan sebanyak 1,5 miliar orang dan 9,4 juta orang meninggal setiap tahunnya akibat hipertensi dan komplikasinya. Hipertensi paling banyak terjadi pada penduduk negara berpenghasilan rendah hingga menengah. Afrika merupakan wilayah yang saat ini memiliki prevalensi hipertensi tertinggi di dunia sebesar 27% dan Amerika terendah sebesar 18%, sedangkan prevalensi hipertensi di Asia Tenggara berada diposisi ke-3 tertinggi sebesar 25% (WHO, 2021).

Menurut data Riskesdas (2018) menunjukkan prevalensi hipertensi di Indonesia sebesar 34,1%. Prevalensi tertinggi ditempati oleh Kalimantan Selatan sebanyak 44,1% dan prevalensi terendah terdapat di Papua dengan prevalensi sebanyak 22,2%. Prevalensi hipertensi Sulawesi Selatan sebanyak 31,68%. Prevalensi hipertensi Jawa Tengah sendiri dengan presentase sebanyak 37,57%. Berdasarkan jenis kelamin prevalensi hipertensi di Indonesia pada wanita sebesar 36,9% lebih tinggi dibanding dengan pria sebesar 31,3%. Berdasarkan jenis wilayah prevalensi di perkotaan sebesar 34,4% sedikit lebih tinggi dibanding dengan pedesaan sebesar 33,7%. Prevalensi ini akan terus meningkat seiring bertambahnya usia (Riskesdas, 2018).

Berdasarkan Profil Dinas Kesehatan Jawa Tengah (2021), jumlah estimasi penderita hipertensi berusia ≥ 15 tahun sebanyak 8.070.378 orang atau sebesar 30,4% dari seluruh penduduk berusia ≥ 15 tahun. Dari jumlah estimasi tersebut, sebanyak 4.431.538 orang atau 50,9% sudah mendapatkan pelayanan kesehatan. Kabupaten Semarang merupakan kota yang memiliki prevalensi tertinggi penderita hipertensi di Jawa Tengah sebesar 99,6% dan Kabupaten Grobogan terendah sebesar 8,6% sedangkan Kabupaten Sragen berada di urutan ke-5 tertinggi sebesar 95,1% (Dinas Kesehatan Jawa Tengah, 2021). Berdasarkan data Dinas Kesehatan Sragen (2022), angka kejadian hipertensi sebanyak 111.819 orang dengan presentase sebesar 40,6%. Puskesmas Sragen memiliki data kunjungan penderita hipertensi tertinggi hingga mencapai 11.431 orang, Puskesmas Tanon II tertinggi ke-2 mencapai 8.473 orang, dan Puskesmas Gemolong tertinggi ke-3 mencapai 8.172 orang, sedangkan Puskesmas Jenar terendah sebanyak 1.012 orang. Dari uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa angka morbiditas dan mortalitas hipertensi mengalami peningkatan secara global, nasional, dan lokal (Dinas Kesehatan Kota Sragen, 2022).

Penderita hipertensi biasanya tidak mengalami gejala yang dirasakan, sehingga banyak yang tidak menyadari bahwa dirinya mengalami hipertensi. Gejalanya antara lain seperti sakit kepala, nyeri dada, sesak napas, jantung berdebar, edema perifer, penglihatan kabur, nokturia, pusing dan telinga berdengung. Bentuk yang lebih parah mungkin menunjukkan kelelahan, mual, muntah, kebingungan, kecemasan, nyeri dada, dan tremor otot (Cita *et al.*, 2022). Hipertensi dapat dipicu oleh faktor yang tidak dapat dikontrol dan faktor yang tidak dapat dikontrol. Faktor yang tidak dapat dikontrol diantaranya seperti keturunan, jenis kelamin, dan usia. Sedangkan faktor yang dapat dikontrol diantaranya seperti obesitas, diet hipertensi, stres, aktivitas fisik, dan merokok (Puspita & Rismawan, 2019). Hipertensi dapat dicegah dengan mengendalikan perilaku berisiko seperti merokok, diet yang tidak sehat, obesitas, kurang aktivitas fisik, konsumsi alkohol berlebihan dan stress dengan *self-care management* (Sihotang *et al.*, 2020).

Penatalaksanaan hipertensi dapat dilakukan secara farmakologis dan non farmakologis. Secara farmakologis dapat dilakukan dengan mengonsumsi obat-obatan seperti diuretik, secara non farmakologis dapat dilakukan dengan memodifikasi gaya hidup seperti monitoring tekanan darah, melakukan aktivitas fisik/olahraga, modifikasi diet/nutrisi, manajemen stress, dan minum obat secara teratur (Pikir, 2015). Selain itu, untuk meningkatkan kualitas hidup para penderita hipertensi pemerintah juga memiliki Program Pengelolaan Penyakit Kronis (Prolanis) bagi yang menyandang penyakit kronis seperti hipertensi atau tekanan darah tinggi agar dapat mencapai kualitas hidup optimal dan dapat mencegah timbulnya komplikasi penyakit. Prolanis menggunakan sistem pelayanan kesehatan dan pendekatan proaktif yang dilaksanakan secara terintegrasi. Kegiatan Prolanis meliputi konsultasi medis atau edukasi kesehatan, *home visit* atau kunjungan tenaga kesehatan ke rumah, *reminder* atau pengingat kepada peserta Prolanis untuk melakukan kunjungan kesehatan secara rutin, pemantauan status kesehatan, dan membentuk grup prolanis (Mukti, 2020).

Meskipun pemerintah telah melakukan upaya-upaya strategis dalam pengelolaan hipertensi, tapi kunci penting pengelolaan penyakit tetaplah penderita itu sendiri. Penderita harus dilibatkan dalam perawatan mandiri yang dikenal dengan *self-care management*. *Self-care management* juga merupakan penatalaksanaan hipertensi yang menjelaskan tentang perilaku pencegahan keparahan dan melibatkan proses pengambilan keputusan dimana pasien mampu mengevaluasi dan mengatasi gejala penyakit ketika terjadi. *Self-care management* meliputi evaluasi gejala, penatalaksanaan gejala dan evaluasi perilaku penatalaksanaan. *Self-care management* yang efektif berarti bahwa individu memiliki rasa tanggung jawab terhadap kesehatan mereka sendiri dan memiliki peran yang penting terhadap perawatan kesehatan mereka sendiri. Aktivitas *self-care management* pada pasien meliputi kegiatan manajemen pasien dengan pemantauan kesehatan, obat yang didapat, pengaturan makanan dan olahraga sesuai petunjuk serta kegiatan untuk mencegah komplikasi. Dari definisi tersebut maka didapat disimpulkan bahwa *self-care management* merupakan segala sesuatu yang berkaitan dengan upaya pasien dalam mengatur diri sendiri mempertahankan perilaku efektif dalam menghadapi penyakit hipertensi yang dialami. Kegiatan *self-care management* meliputi penggunaan obat anti hipertensi secara benar, memantau tekanan darah dan serta gejala yang muncul, pengaturan diet yaitu pola makan yang benar, melakukan olahraga sesuai anjuran untuk menurunkan tekanan darah dan kegiatan untuk mencegah komplikasi yang berhubungan dengan hipertensi (Sihotang *et al.*, 2020).

Fenomena yang terjadi sekitar 40% kematian diakibatkan hipertensi yang tidak dapat dikendalikan, penderita tidak mengetahui bahwa dirinya sebagai penderita hipertensi harus mengonsumsi obat anti hipertensi tanpa terputus dan melakukan *self-care management* untuk menghindari risiko kejadian hipertensi. Kurangnya pengetahuan tentang *self-care management* perlu adanya kerjasama yang erat antara tenaga kesehatan dan pasien. Pengetahuan merupakan domain yang sangat penting untuk terbentuknya perilaku seseorang. Pengetahuan yang harus

dimiliki oleh pasien hipertensi meliputi arti penyakit hipertensi, penyebab hipertensi, gejala yang sering menyertai, pentingnya melakukan *self-care management* serta melakukan pengobatan yang teratur dan mengetahui bahaya yang ditimbulkan jika tidak minum obat. Selanjutnya, pengetahuan tersebut bisa didapatkan melalui sarana informasi yang tersedia di layanan kesehatan serta dapat mengikuti berbagai penyuluhan kesehatan yang terkait (Wulandari *et al.*, 2021).

Apabila penderita hipertensi mengabaikan *self-care management* tersebut maka akan menimbulkan berbagai macam komplikasi. Tekanan darah yang tinggi terus menerus dan cenderung dibiarkan tidak terkontrol dapat menimbulkan komplikasi seperti retinopati diabetik, penebalan dinding jantung, jantung koroner, kerusakan ginjal, pecahnya pembuluh darah, stroke, bahkan dapat menyebabkan kematian mendadak. Sehingga individu perlu melakukan *self-care management* dan mendapatkan edukasi terkait hipertensi supaya memiliki pengetahuan tentang hipertensi, komplikasi hipertensi, dan menimbulkan kepatuhan dalam menjalani terapi hipertensi sehingga memperlambat munculnya komplikasi hipertensi (Susanti *et al.*, 2021).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (Fernalia *et al.*, 2021) dengan judul “Faktor-faktor yang Berhubungan dengan *Self-Care Management* pada Pasien Hipertensi”. Didapatkan hasil bahwa terdapat adanya hubungan yang signifikan antara pengetahuan, nilai individu dan efikasi diri dengan *self-care management* pasien hipertensi di Puskesmas Kebawetan. Penelitian ini menunjukkan bahwa pengetahuan berperan penting dalam meningkatkan kemampuan seseorang untuk melakukan *self-care management*. Dimana semakin tinggi pengetahuan seseorang maka semakin tinggi pemahamannya, serta dapat meningkatkan rasa percaya diri dan menumbuhkan keyakinan pasien terhadap efektivitas pengobatan.

Penelitian selanjutnya dilakukan oleh (Maharini *et al.*, 2022) dengan judul “Gambaran Pengetahuan Keluarga dengan Hipertensi tentang Perawatan Mandiri Hipertensi pada Masa Pandemi Covid-19”. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian keluarga dengan penderita hipertensi memiliki pengetahuan yang baik tentang perawatan mandiri hipertensi, namun masih ditemukan ada keluarga yang memiliki pengetahuan buruk sehingga tenaga kesehatan perlu melakukan kunjungan rumah guna meningkatkan pengetahuan keluarga tentang perawatan mandiri hipertensi. Penelitian ini menunjukkan bahwa pengetahuan dan dukungan keluarga yang baik akan membantu penderita hipertensi dalam mengontrol tekanan darahnya.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan peneliti pada pasien hipertensi di Puskesmas Sragen dengan data kunjungan tertinggi pada tanggal 1 Februari 2023, didapatkan data pada 3 bulan terakhir dari bulan Januari sampai Maret sebesar 1.239 orang penderita hipertensi yang melakukan pengobatan. Kemudian peneliti melakukan wawancara kepada 10 orang, ditemukan bahwa 6 pasien diantaranya mengatakan belum mengetahui secara mendalam terkait perawatan mandiri hipertensi, pasien hanya mengetahui jika mengalami hipertensi maka harus mengurangi konsumsi garam dan mengonsumsi obat hipertensi. Sedangkan 4 pasien diantaranya mempunyai pengetahuan yang sudah cukup baik terkait perawatan mandiri hipertensi seperti melakukan aktivitas fisik berupa olahraga setiap hari, manajemen diet dengan cara membatasi asupan garam, manajemen stress seperti berusaha berdoa dan berpikir positif saat ada masalah, dan terakhir penggunaan obat hipertensi dengan melakukan kontrol rutin setiap bulan setidaknya ke puskesmas untuk mengecek tekanan darah. Berdasarkan uraian latar belakang tersebut, dan didukung dari penelitian sebelumnya bahwa pengetahuan dapat mempengaruhi manajemen perawatan mandiri bagi penderita hipertensi, maka penelitian tertarik untuk melakukan penelitian dengan berjudul “Gambaran pengetahuan tentang *Self-care Management* pada Pasien Hipertensi di puskesmas Sragen”.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian deskriptif dengan menggunakan metode kuantitatif. Penelitian deskriptif adalah suatu metode penelitian yang dilakukan dengan tujuan utama untuk mengetahui gambaran atau deskriptif tentang suatu keadaan secara objek. Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan instrumen berupa kuesioner self care management hipertensi. Kuesioner merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawabnya. Populasi dalam penelitian ini adalah semua penderita hipertensi 3 bulan terakhir sebanyak 1.239 pada bulan januari sampai maret tahun 2023 di Puskesmas Sragen. Teknik pengambilan sampel menggunakan metode accidental sampling, mendapatkan sampel sebanyak 93 responden. Dalam penelitian ini variabel yang diteliti adalah gambaran pengetahuan tentang *self-care management* pada pasien hipertensi di Puskesmas Sragen.

HASIL PENELITIAN

Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden berdasarkan Usia

Tabel 4. 1 Distribusi Frekuensi berdasarkan Usia

No	Usia	Frekuensi (f)	Presentase (%)
1.	<20 tahun	2	2,2
2.	30-35 tahun	13	14,0
3.	>35 tahun	78	83,9
Jumlah		93	100

Sumber: Data Primer 2023

Berdasarkan tabel 4.1 hasil distribusi frekuensi diatas menunjukkan bahwa usia responden yang paling banyak pada usia >35 tahun yaitu 78 responden (83,9%), sedangkan usia paling sedikit pada usia <20 tahun yaitu 2 responden (2,2%).

Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden berdasarkan Jenis Kelamin

Tabel 4. 2 Distribusi Frekuensi berdasarkan Jenis Kelamin

No	Jenis Kelamin	Frekuensi (f)	Presentase (%)
1.	Laki-laki	18	19,4
2.	Perempuan	75	80,6
3.	Jumlah	93	100

Sumber: Data Primer 2023

Berdasarkan tabel 4.2 hasil distribusi frekuensi diatas menunjukkan bahwa jenis kelamin responden yang paling banyak pada perempuan yaitu 75 responden (80,6%), sedangkan jenis kelamin paling sedikit pada laki-laki yaitu 18 responden (19,4%).

Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden berdasarkan Pendidikan

Tabel 4. 3 Distribusi Frekuensi berdasarkan Pendidikan

No	Pendidikan	Frekuensi (f)	Presentase (%)
1.	Tidak Sekolah	2	2,2
2.	SD	26	28,0
3.	SMP	11	11,8
4.	SMA	38	40,9
5.	Perguruan Tinggi	16	17,2

Jumlah	93	100
--------	----	-----

Sumber: Data Primer 2023

Berdasarkan tabel 4.3 hasil distribusi frekuensi diatas menunjukkan bahwa tingkat pendidikan responden yang paling banyak pada tingkat SMA yaitu 38 responden (40,9%), sedangkan tingkat pendidikan paling sedikit tidak sekolah yaitu 2 responden (2,2%).

Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden berdasarkan Status Perkawinan

Tabel 4. 4 Distribusi Frekuensi berdasarkan Status Perkawinan

No	Status Perkawinan	Frekuensi (f)	Presentase (%)
1.	Belum Kawin	4	4,3
2.	Kawin	79	84,9
3.	Janda/Duda	10	10,8
Jumlah		93	100

Sumber: Data Primer 2023

Berdasarkan tabel 4.4 hasil distribusi frekuensi diatas menunjukkan bahwa status perkawinan responden yang paling banyak sudah kawin yaitu 79 responden (84,9%), sedangkan status perkawinan paling sedikit belum kawin yaitu 4 responden (4,3%).

Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden berdasarkan Pekerjaan

Tabel 4. 5 Distribusi Frekuensi berdasarkan Pekerjaan

No	Pekerjaan	Frekuensi (f)	Presentase (%)
1.	Ibu Rumah Tangga	33	35,5
2.	Wiraswasta	22	23,7
3.	Petani	11	11,8
4.	PNS	9	9,7
5.	Tidak Bekerja	18	19,4
Jumlah		93	100

Sumber: Data Primer 2023

Berdasarkan tabel 4.5 hasil distribusi frekuensi diatas menunjukkan bahwa pekerjaan responden yang paling banyak ibu rumah tangga yaitu 33 responden (35,5%), sedangkan pekerjaan paling yang sedikit PNS yaitu 9 responden (9,7%).

Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden berdasarkan Lama Menderita Hipertensi

Tabel 4. 6 Distribusi Frekuensi berdasarkan Lama Menderita

No	Lama Menderita	Frekuensi (f)	Presentase (%)
1.	<5 tahun	58	62,4
2.	≥5 tahun	35	37,6
Jumlah		93	100

Sumber: Data Primer 2023

Berdasarkan tabel 4.6 hasil distribusi frekuensi diatas menunjukkan bahwa lama menderita hipertensi pada responden yang paling banyak <5 tahun yaitu 58 responden (62,4%), sedangkan lama menderita hipertensi paling sedikit pada ≥5 tahun yaitu 35 responden (37,6%).

Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden berdasarkan Lama Menjalani Pengobatan

Tabel 4. 7 Distribusi Frekuensi berdasarkan Lama Menjalani Pengobatan

No	Lama Menjalani Pengobatan	Frekuensi (f)	Presentase (%)
----	---------------------------	---------------	----------------

1.	<2 tahun	48	51,6
2.	2-4 tahun	17	18,3
3.	>4 tahun	28	30,1
Jumlah		93	100

Sumber: Data Primer 2023

Berdasarkan tabel 4.7 hasil distribusi frekuensi diatas menunjukkan bahwa lama menjalani pengobatan pada responden yang paling banyak <2 tahun yaitu 48 responden (51,6%), sedangkan lama menjalani pengobatan yang paling sedikit 2-4 tahun yaitu 17 responden (18,3%).

Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden berdasarkan Derajat Hipertensi

Tabel 4. 8 Distribusi Frekuensi berdasarkan Derajat Hipertensi

Variabel	Kategori	Frekuensi (f)	Presentase (%)
Derajat Hipertensi	Ht Derajat 1	42	45,2
	Ht Derajat 2	29	31,2
	Ht Derajat 3	22	23,7
Total		93	100

Sumber: Data Primer 2023

Berdasarkan tabel 4.8 hasil distribusi frekuensi diatas menunjukkan bahwa derajat hipertensi pada responden yang paling banyak hipertensi derajat 1 yaitu 42 responden (45,2%), sedangkan derajat hipertensi yang paling sedikit hipertensi derajat 3 yaitu 22 responden (23,7%).

Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden berdasarkan Tingkat Pengetahuan

Tabel 4. 9 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Tingkat Pengetahuan

Variabel	Kategori	Frekuensi (f)	Presentase (%)
Tingkat Pengetahuan	Baik	33	35,5
	Cukup	39	41,9
	Kurang	21	22,6
Total		93	100

Sumber: Data Primer 2023

Berdasarkan tabel 4.9 hasil distribusi frekuensi diatas menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan pada responden yang paling tinggi pada kategori cukup yaitu 39 responden (41,9%), kategori baik yaitu 33 responden (35,5%), sedangkan tingkat pengetahuan yang paling rendah kategori kurang yaitu 21 responden (22,6%).

PEMBAHASAN

Karakteristik Responden berdasarkan Usia

Berdasarkan tabel 4.1 diatas distribusi frekuensi menunjukkan bahwa usia responden yang paling banyak pada usia >35 tahun yaitu 78 responden (83,9%). Semakin bertambahnya usia maka semakin banyak pengalaman dan pengetahuan yang diperoleh oleh seseorang. Usia seseorang yang lebih dewasa mempengaruhi tingkat kemampuan dan kematangan dalam berfikir dan menerima informasi akan lebih baik jika dibandingkan dengan umur yang lebih muda (Tantri *et al.*, 2022). Hal ini sejalan dengan penelitian (Rachmawati *et al.*, 2021) bahwa usia sangat mempengaruhi kemampuan seseorang dalam menerima informasi dan cara berpikir

seseorang tentang informasi yang diperoleh, sehingga pola pikir seseorang menjadi berkembang.

Pengaruh usia pada pasien hipertensi berhubungan dengan pengetahuan yang dimiliki dan ketangkasan dalam menyerap pengetahuan yang didapatkan. Bertambahnya usia juga menjadi faktor penyakit lainnya, dan usia seseorang berpengaruh pada penurunan kesehatan dimana penurunan imun yang tentunya mempengaruhi terhadap sistem tubuh dalam menanggapi penyakit termasuk hipertensi (Marbun & Hutapea, 2022). Penyakit hipertensi selain disebabkan karena faktor genetik, juga disebabkan karena kurangnya pengetahuan mengenai *self-care management* seperti pola makan yang tidak baik, sering mengonsumsi makanan yang tinggi lemak, kegemukan, stress dan pola hidup yang tidak baik bagi kesehatan seperti jarang berolahraga juga bisa menjadi penyebab terjadinya hipertensi (Aristo, 2019).

Peneliti dapat menyimpulkan bahwa usia menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi pengetahuan dan pengalaman seseorang, dimana semakin bertambahnya usia semakin berkembang pula daya tangkap, pola pikir, dan ketangkasan dalam menyerap pengetahuan yang didapatkan menjadi lebih baik, terutama mengenai pengetahuan *self-care management* guna mengendalikan tekanan darah pada penderita hipertensi agar dapat berada dalam rentang yang normal. Bertambahnya usia dalam hal ini menjadi faktor yang berpengaruh terhadap kesehatan seseorang, dan dengan bertambahnya umur maka semakin tinggi pula seseorang mendapatkan resiko hipertensi.

Karakteristik Responden berdasarkan Jenis Kelamin

Berdasarkan tabel 4.2 diatas distribusi frekuensi menunjukkan bahwa jenis kelamin responden yang paling banyak pada perempuan yaitu 75 responden (80,6%). Hal ini sejalan dengan penelitian (Efriani *et al.*, 2023) bahwa paling banyak responden berjenis kelamin perempuan sejumlah 59 orang (74%). Jenis kelamin berhubungan dengan pengetahuan dan motivasi pencegahan hipertensi, dikarenakan perempuan lebih memiliki banyak waktu untuk mencari informasi tentang penyakitnya dibandingkan dengan laki-laki yang cenderung sibuk bekerja daripada mencari informasi tentang penyakitnya. Sehingga jika pengetahuannya baik maka motivasi seseorang untuk mencegah terjadinya komplikasi juga baik, dan pengetahuan yang cukup juga akan mempengaruhi seseorang dalam bertindak (Safitri *et al.*, 2020).

Hal ini juga sejalan dengan penelitian (Simanjutak *et al.*, 2021) bahwa dibandingkan dengan tingkat pengetahuan responden perempuan, responden laki-laki memiliki pengetahuan yang kurang terkait dengan pencegahan hipertensi. Hal ini disebabkan karena peran dan tanggung jawab laki-laki dan perempuan berbeda, yang dapat mempengaruhi resiko yang akan diambil dan dihadapi, serta upaya dalam meningkatkan kesehatan. Tingkat pengetahuan juga dapat dipengaruhi oleh faktor informasi yang diterima responden. Semakin baik informasi yang diterima maka semakin baik pula pemahaman responden tentang pencegahan hipertensi.

Berdasarkan jenis kelamin, dimana secara psikologis perempuan juga dinilai lebih termotivasi dan lebih rajin dalam hal belajar dan bekerja daripada laki-laki (Shariff *et al.*, 2021). Hal ini sesuai data yang diperoleh melalui survey, bahwa responden yang memiliki pengetahuan baik adalah responden dengan jenis kelamin perempuan. Perempuan biasanya lebih memiliki banyak waktu dalam mencari informasi untuk menambah pengetahuannya, sehingga lebih memahami sesuatu yang diperolehnya tersebut dan mengaplikasikannya dalam kehidupan sehari-hari (Hadiyati & Sari, 2022).

Peneliti dapat menyimpulkan bahwa responden laki-laki memiliki pengetahuan yang kurang terkait dengan pencegahan hipertensi dibandingkan perempuan karena peran dan tanggung jawab laki-laki dan perempuan berbeda, yang dapat mempengaruhi resiko yang akan diambil dan dihadapi, serta upaya dalam meningkatkan kesehatan. Perempuan juga lebih

memiliki banyak waktu untuk mencari informasi tentang penyakitnya dibandingkan dengan laki-laki yang cenderung sibuk bekerja daripada mencari informasi tentang penyakitnya.

Karakteristik Responden berdasarkan Pendidikan

Berdasarkan tabel 4.3 diatas distribusi frekuensi menunjukkan bahwa tingkat pendidikan responden yang paling banyak pada tingkat SMA yaitu 38 responden (40,9%). Pendidikan adalah bimbingan yang diberikan seseorang terhadap perkembangan orang lain menuju ke arah cita-cita tertentu yang menentukan manusia untuk berbuat untuk mencapai keselamatan dan kebahagiaan. Pendidikan diperlukan untuk mendapatkan informasi yang akhirnya dapat mempengaruhi seseorang. Pada umumnya makin tinggi pendidikan seseorang makin mudah menerima informasi (Setiyawan *et al.*, 2019). Sehingga tingkat pendidikan menentukan seseorang dalam memperoleh dan menyerap serta mengaplikasikan informasi yang diperoleh, terutama dalam perilaku hidup bersih dan sehat. Faktor eksternal yang mempengaruhi perilaku yaitu pengetahuan dan pendidikan, karena pendidikan berfokus pada proses belajar mengajar dengan tujuan agar terjadi perubahan perilaku (Notoatmojo, 2014) dalam (Yuliyanti & Dayaningsih, 2022).

Pada umumnya semakin tinggi pendidikan seseorang maka semakin mudah menerima informasi, serta tingkat pendidikan yang tinggi cenderung memiliki literasi kesehatan tentang penyakit yang lebih baik (Putri *et al.*, 2022). Sehingga pendidikan yang rendah dapat mempengaruhi tingkat pengetahuan tentang penyakit hipertensi ini dengan baik. Adanya perbedaan tingkat pengetahuan dari masing-masing individu juga dapat menimbulkan persepsi yang berbeda. Semakin tinggi tingkat pengetahuan seseorang, maka orang tersebut akan semakin jeli dalam menentukan sesuatu hal. Terdapat hubungan antara tingkat pengetahuan pasien hipertensi dengan terkontrolnya tekanan darah. Peningkatan pengetahuan dari penderita hipertensi tentang penyakitnya akan menyebabkan kemajuan cara berpikir pasien tentang perilaku kesehatan yang lebih baik sehingga akan berpengaruh pada terkontrolnya tekanan darah (Qodir, 2022).

Peneliti dapat menyimpulkan bahwa tingkat pendidikan merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi pola pengetahuan seseorang. Semakin tinggi pendidikan seseorang makin mudah menerima informasi, sehingga semakin tinggi tingkat pengetahuan seseorang maka akan meningkatkan kemajuan dalam cara berpikir dan semakin jeli menentukan sesuatu hal dalam membuat keputusan yang lebih baik terutama mengenai kesehatannya.

Karakteristik Responden berdasarkan Status Perkawinan

Berdasarkan tabel 4.4 diatas distribusi frekuensi menunjukkan bahwa status perkawinan responden yang paling banyak sudah kawin yaitu 79 responden (84,9%), walaupun status perkawinan secara langsung tidak mempengaruhi pengetahuan tetapi status perkawinan berpengaruh terhadap gaya hidup dan tekanan sosial yang dialami seseorang. Hal ini sejalan dengan penelitian (Apriliyani *et al.*, 2019) bahwa pasien hipertensi lebih banyak ditemukan pada kelompok yang sudah menikah yaitu sebanyak 44 orang (77,2%) dibanding kelompok yang belum menikah. Menurut peneliti, hal ini terjadi karena orang yang sudah menikah memiliki resiko lebih tinggi untuk mengalami stress dikarenakan rasa keterikatan dan kepedulian terhadap pasangan dan anggota keluarganya. Sehingga mengharuskannya untuk ikut berperan dalam menjaga pola hidup, pola makan, dan kesehatan mereka dan bukan hanya dirinya sendiri. Responden yang sudah menikah juga lebih sering dilibatkan dalam kegiatan pengasuhan dibandingkan yang belum menikah, sehingga responden yang sudah menikah lebih cenderung memiliki tanggung jawab yang lebih banyak dalam mengasuh orang dicintai.

Sehingga status perkawinan secara tidak langsung berhubungan dengan tingkat pengetahuan dan kondisi kesehatan seseorang mengenai hipertensi melalui faktor risiko perilaku (pola hidup) dan stress (Pramitasari *et al.*, 2022). Maka perlu adanya upaya tersendiri

dalam meningkatkan pengetahuan mengenai *self-care management* terhadap pencegahan dan pengelolaan hipertensi, guna menumbuhkan motivasi untuk mencegah terjadinya komplikasi penyakit dan melakukan gaya hidup yang baik dalam kehidupan sehari-hari (Suprayitno & Huzaimah, 2020).

Peneliti dapat menyimpulkan bahwa status perkawinan secara langsung tidak berhubungan dengan tingkat pengetahuan dan kondisi kesehatan seseorang mengenai hipertensi melalui faktor resiko perilaku pola hidup dan stress. Sehingga hipertensi dapat dikendalikan dengan melakukan pencegahan hipertensi dan meningkatkan pengetahuan mengenai *self-care management* hipertensi dengan baik.

Karakteristik Responden berdasarkan Pekerjaan

Berdasarkan tabel 4.5 diatas distribusi frekuensi menunjukkan bahwa pekerjaan responden yang paling banyak ibu rumah tangga yaitu 33 responden (35,5%). Hal ini sejalan dengan penelitian (Cahyani *et al.*, 2021) bahwa paling banyak responden menjadi ibu rumah tangga sejumlah 24 orang (51,1%). Ibu rumah tangga yang aktivitasnya sehari-hari mengurus berbagai kegiatan dirumah seperti memasak, menyapu, mengepel dan mencuci tentunya menyebabkan lupa untuk melakukan aktivitas olahraga yang dapat menimbulkan stress, sehingga memicu terjadinya naiknya tekanan darah. Pengosongan sementara pikiran terhadap masalah psikososial memungkinkan terjadinya penurunan rangsang terhadap stressor. Sehingga perlu adanya kesadaran dalam meningkatkan pengetahuan mengenai faktor resiko hipertensi yang akan membuat mereka dengan sadar merubah gaya hidupnya.

Pengetahuan responden dalam kontrol hipertensi dipengaruhi oleh pekerjaan, karena pekerjaan atau profesi seseorang akan mempengaruhi pendapatan yang diterimanya, semakin baik tingkat pekerjaan responden maka semakin baik dalam memenuhi kebutuhan dalam kontrol hipertensi (Madarina *et al.*, 2022). Pekerjaan juga berpengaruh besar terhadap sosial ekonomi, dan pola pikir seseorang. Sehingga perlu adanya edukasi terhadap pengetahuan ibu atau responden agar menjadi lebih baik tentang pentingnya pemberian edukasi mengenai hipertensi. Tingkat pengetahuan juga berkaitan dengan sumber informasi yang diperoleh seseorang. Sumber informasi bisa didapatkan berupa teks, gambar, suara, dan berbasis data yang dapat memberikan pengaruh jangka pendek. Oleh karena itu, sumber informasi dapat mempengaruhi pengetahuan seseorang berupa perubahan atau peningkatan pengetahuan (Ambarita *et al.*, 2022).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan (Mara *et al.*, 2019) bahwa lingkungan pekerjaan juga dapat menjadikan seseorang memperoleh pengalaman dan pengetahuan baik secara langsung maupun tidak langsung. Jenis pekerjaan yang sering berinteraksi dengan orang lain dapat menambah pengetahuan bila dibandingkan dengan pekerjaan tanpa interaksi dengan orang lain. Pengalaman belajar dalam bekerja akan memberikan pengetahuan dan keterampilan profesional serta pengalaman belajar dalam bekerja akan dapat mengembangkan kemampuan dalam mengambil keputusan yang merupakan keterpaduan menalar secara ilmiah dan etik.

Peneliti dapat menyimpulkan bahwa pekerjaan dapat mempengaruhi pengetahuan dan pengalaman seseorang, karena dengan bekerja orang tersebut akan lebih sering berinteraksi dengan orang lain sehingga akan memiliki pengetahuan yang baik. Sehingga bagi ibu rumah tangga perlu adanya kesadaran dalam meningkatkan pengetahuan mengenai faktor resiko hipertensi, pencegahan, serta pengendaliannya seperti menerapkan *self-care management* hipertensi dengan baik. Pengetahuan tersebut bisa diperoleh dari berbagai sumber informasi yang tersedia.

Karakteristik Responden berdasarkan Lama Menderita Hipertensi

Berdasarkan tabel 4.6 diatas distribusi frekuensi menunjukkan bahwa lama menderita hipertensi pada responden yang paling banyak <5 tahun yaitu 58 responden (62,4%). Hal ini

sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Tursina et al., 2022) berdasarkan hasil penelitiannya lama menderita hipertensi <5 tahun yang paling banyak sejumlah 33 responden (51,57%). Lama menderita hipertensi merupakan faktor yang berhubungan dengan *self-care management*. Hal tersebut didukung oleh penelitian sebelumnya yang menandakan bahwa *self-care management* merupakan sebuah kemampuan yang merupakan hasil integrasi dari penggabungan tujuan pasien, keluarga, komunitas, dan dokter dengan semua orang yang bekerja dalam kemitraan untuk mengelola penyakit individu dengan sebaik-baiknya sambil memfasilitasi perawatan komprehensif. Kematangan perawatan dalam sebuah penyakit juga didasarkan karena pengalaman individu dan lingkungan sekitar. Semakin lama seseorang memiliki pengalaman dengan sebuah penyakit dalam hal ini hipertensi, maka ia makin memahami poin-poin penting pengelolaan penyakit mulai dari pengetahuan penyakit, penggunaan obat, dan hal-hal yang perlu ditingkatkan dalam merubah gaya hidup yang lebih baik. Sehingga semakin lama seseorang menderita suatu penyakit maka ia akan paham terhadap penyakit yang dideritanya. Penderita memiliki pengetahuan dan pemahaman lebih banyak dibandingkan dengan penderita yang baru menderita hipertensi. Selain itu, penderita yang sudah lama menderita hipertensi memiliki kekhawatiran yang lebih besar dibandingkan dengan penderita baru. Hal ini memungkinkan seseorang memiliki kesadaran untuk menjaga kesehatan menjadi lebih baik dan mematuhi pengobatan yang dijalani (Ihwatun et al., 2020).

Lama menderita suatu penyakit juga berhubungan pada pengalaman seseorang dalam mengatasi masalah penyakit yang dialami. Jika pengalaman seseorang baik, maka akan meningkatkan motivasi untuk meningkatkan pengetahuan mengenai penatalaksanaan penurunan tekanan darah, misalnya penatalaksanaan program diet rendah garam dan sebagainya. Namun jika pengalamannya kurang baik, maka akan menyebabkan penurunan motivasi perawatan diri. Hipertensi yang terjadi dalam jangka waktu yang lama juga dapat menyebabkan peningkatan ketegangan dalam dinding pembuluh darah yang berdampak pada peningkatan beban kerja jantung dan mempermudah timbulnya arterosclerosis (Rusminingsih et al., 2021).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan (Indriana et al., 2021) bahwa lama menderita pasien hipertensi juga sangat mendukung terhadap pengetahuan dalam penggunaan obat. Faktor yang mempengaruhi pengetahuan seseorang adalah pengalaman dan tingkat pendidikan. Semakin lama seseorang menderita hipertensi maka pengalamannya terhadap penyakit tersebut akan bertambah pula. Pengalaman akan turut memperluas pengetahuan seseorang. Semakin banyak pengalaman seseorang, maka semakin tinggi juga pengetahuannya. Tingkat pengetahuan dan pemahaman pasien hipertensi terkait penyakitnya dapat menunjang keberhasilan terapi sehingga tekanan darah pasien dapat terkontrol dengan baik. Semakin pasien memahami penyakitnya, maka pasien akan semakin *aware* dalam menjaga pola hidup, teratur minum obat, dan tingkat kepatuhan pasien juga akan semakin meningkat.

Peneliti dapat menyimpulkan bahwa semakin lama menderita hipertensi menjalani pengobatan dan semakin tinggi tingkat pengetahuannya, maka akan semakin patuh terhadap pengobatan. Hal tersebut juga berhubungan dengan pengalaman penderita dalam mengatasi masalah penyakit yang dialami. Pengalaman dan pengetahuan yang baik akan meningkatkan motivasi dalam melakukan *self-care management* hipertensi.

Karakteristik Responden berdasarkan Lama Menjalani Pengobatan

Berdasarkan tabel 4.7 diatas distribusi frekuensi menunjukkan bahwa lama menjalani pengobatan pada responden yang paling banyak <2 tahun yaitu 48 responden (51,6%). Seseorang yang sudah lama menjalani pengobatan memiliki pengalaman lebih banyak sehingga lebih baik dalam manajemen pengobatan. Lamanya pengobatan juga dapat membentuk hubungan yang baik antara penderita dengan dokter sehingga penderita hipertensi menjadi terbiasa melakukan pengobatan secara rutin. Selain itu, penderita hipertensi juga memiliki

pengetahuan lebih banyak mengenai kondisi kesehatan mereka dan manajemen pengendalian penyakit yang tepat. Sehingga semakin tinggi tingkat pengetahuan maka semakin patuh terhadap pengobatan. Seseorang yang memiliki pengetahuan tentang hipertensi, seperti gejala yang timbul, pengelolaan, dan pencegahan hipertensi serta pengetahuan tentang pengobatan hipertensi tentu akan lebih memilih untuk mengontrol dirinya agar mematuhi pengobatan. Karena ketika penderita tidak mampu mengontrol dirinya maka terdapat kemungkinan lebih besar untuk melalaikan pengobatan yang dijalani (Ihwatun *et al.*, 2020).

Hal ini juga sejalan dengan penelitian (Dhrik *et al.*, 2023) bahwa dengan adanya pengetahuan yang dimiliki oleh pasien tentang hipertensi, seperti gejala yang ditimbulkan, perkembangan, dan pengendaliannya, serta pengetahuan proses pengobatan hipertensi tentu akan membantu seseorang untuk mengontrol dirinya dan meningkatkan kesadarannya untuk lebih patuh pada pengobatan yang sedang dijalani. Adanya kepatuhan tersebut sangat penting dalam pengobatan penyakit kronis seperti hipertensi karena penggunaan obat antihipertensi yang patuh sangat diperlukan untuk menghasilkan efek pengontrolan tekanan darah jangka panjang dan pencegahan terhadap berbagai komplikasi yang dapat ditimbulkan.

Keberhasilan pengobatan pada pasien hipertensi ini dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu peran aktif pasien dan kesediaannya untuk memeriksakan ke dokter sesuai dengan jadwal yang ditentukan serta kepatuhan dalam meminum obat antihipertensi. Faktor-faktor yang mempengaruhi kepatuhan terdiri dari usia, jenis kelamin, suku bangsa, status pekerjaan dan pendidikan (Listiana *et al.*, 2020). Selain itu, faktor yang mempengaruhi kepatuhan klien hipertensi dalam menjalani pengobatan hipertensi yaitu pendidikan, pengetahuan, dan tingkat motivasi. Sehingga dapat disimpulkan bahwa semakin lama seseorang menderita hipertensi mempengaruhi keteraturan dalam menjalankan pengobatan anti hipertensi (Sekunda *et al.*, 2021).

Peneliti dapat menyimpulkan bahwa seseorang yang sudah lama menjalani pengobatan memiliki pengalaman lebih banyak sehingga lebih baik dalam manajemen pengobatan. Sehingga penderita memiliki pengetahuan yang lebih banyak mengenai kondisi kesehatan mereka dan dapat memanajemen pengendalian penyakit dengan tepat. Semakin lama seseorang menderita hipertensi maka, juga akan mempengaruhi keteraturan dalam menjalankan pengobatan anti hipertensi.

Karakteristik Responden berdasarkan Derajat Hipertensi

Berdasarkan tabel 4.8 diatas distribusi frekuensi derajat hipertensi pada pasien hipertensi di Puskesmas Sragen menunjukkan bahwa responden dengan derajat hipertensi paling banyak hipertensi derajat 1 yaitu 42 responden (45,2%). Tekanan darah responden mayoritas hipertensi derajat 1 yang cenderung tinggi sehingga perlu melakukan pemeriksaan secara rutin sehingga dapat diketahui secara dini dan lebih cepat dalam pencegahan terjadinya peningkatan tekanan darah. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Suprayitno & Damayanti, 2020) bahwa paling banyak responden mengalami hipertensi derajat 1 sejumlah 34 responden (51,5%). Pengetahuan yang memadai tentang hipertensi dan pencegahannya telah diidentifikasi sebagai persyaratan untuk memodifikasi gaya hidup, kepatuhan pengobatan dan kontrol tekanan darah yang efektif bagi penderita hipertensi.

Pengetahuan tentang *self-care management* yang dimiliki oleh responden merupakan faktor yang dapat membantu penderita hipertensi dalam merubah gaya hidupnya seperti aktifitas fisik, mengurangi konsumsi garam, dan patuh mengkonsumsi obat hipertensi sehingga sangat efektif untuk menurunkan tekanan darah dan komplikasi hipertensi (Calisane *et al.*, 2021). Pengetahuan yang kurang mengenai perawatan diri untuk mengontrol tekanan darah maka diperlukan motivasi untuk meningkatkan *self-care management* pada pasien hipertensi. Hal tersebut dilakukan guna untuk menghindari komplikasi dari hipertensi sehingga perlu melakukan kontrol dalam jangka waktu lama sehingga dapat mencegah terjadinya komplikasi

seperti stoke, penyakit ginjal, serangan jantung, dan penyakit kardiovaskuler lainnya (Utama, 2023).

Peneliti dapat menyimpulkan bahwa penderita hipertensi dengan derajat hipertensi yang cenderung tinggi perlu melakukan pemeriksaan secara rutin untuk mengetahui secara dini dan lebih cepat mendapatkan penanganan serta mengurangi resiko komplikasi seperti stroke, penyakit ginjal, serangan jantung, dan penyakit kardiovaskuler lainnya. Hal tersebut dapat dicegah dengan meningkatkan pengetahuan mengenai *self-care management* supaya tekanan darah menjadi normal atau tetap stabil dengan cara menjaga pola gaya hidup yang sehat seperti aktifitas fisik, mengurangi konsumsi garam, berhenti merokok, patuh mengkonsumsi obat hipertensi dan lain-lainnya.

Karakteristik Responden berdasarkan Tingkat Pengetahuan tentang *Self-care Management* pada Pasien Hipertensi

Berdasarkan tabel 4.9 diatas distribusi frekuensi tingkat pengetahuan tentang *self-care management* pada pasien hipertensi di Puskesmas Sragen menunjukkan bahwa responden dengan tingkat pengetahuan yang paling tinggi pada kategori cukup yaitu 39 responden (41,9%). *Self-care management* merupakan aktivitas perawatan diri pasien untuk meningkatkan kualitas hidup. Pengetahuan hipertensi sangat penting untuk mengontrol pengobatan dan menghindari komplikasi. Semakin banyak tahu tentang hipertensi, semakin baik dalam mengontrol penyakitnya. (Erfiani *et al.*, 2023).

Pengetahuan menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi *self-care management* pada penderita hipertensi, karena pengetahuan yang dimiliki oleh pasien akan meningkatkan rasa percaya diri dan menumbuhkan keyakinan pasien terhadap efektivitas pengobatan hipertensi. Oleh karena itu, pemahaman terhadap penyakit harus dilakukan secara menyeluruh, baik itu faktor resiko, diagnosa, penanganan dan komplikasinya. *Self-care management* pada penderita yang dilakukan secara efektif bermanfaat untuk meningkatkan kepuasan hidup, mengurangi biaya pengobatan, meningkatkan kepercayaan diri, kemandirian pasien, serta meningkatkan kualitas hidup pasien (Ratu *et al.*, 2020).

Pengetahuan merupakan suatu hal yang mempunyai peran yang sangat penting dalam manajemen tekanan darah, pasien yang sudah memiliki pengetahuan yang baik akan dapat lebih patuh dalam manajemen diri. Hal ini sejalan dengan penelitian (Pramadaningati *et al.*, 2021) yang menunjukkan bahwa paling dominan mempunyai pengetahuan cukup yaitu sebanyak 39 reponden (60,0%). Dalam penelitian ini didapatkan hasil bahwa pengetahuan lebih berpengaruh terhadap *self-care management* pada penderita hipertensi. Pengetahuan tentang *self-care management* hipertensi dapat berpengaruh terhadap kepatuhan mengonsumsi garam, aktivitas fisik, penurunan berat badan, konsumsi buah dan sayuran pada penderita hipertensi. Pengetahuan tersebut didapatkan dari pengalaman, dan hal tersebut akan mempengaruhi sikap seseorang. Jika mempunyai pengetahuan tinggi, maka secara otomatis seseorang akan bersikap dan berperilaku yang sesuai dengan pengetahuannya.

Pengetahuan seseorang biasanya diperoleh dari pengalaman yang berasal dari berbagai macam sumber seperti media poster, kerabat terdekat, media massa, media elektronik, buku petunjuk, petugas kesehatan, dan sebagainya. Pengetahuan yang baik akan meningkatkan *self-care management* hipertensi, begitu pula sebaliknya pengetahuan yang rendah akan berdampak pada rendahnya *self-care management* hipertensi pada masyarakat. Pengetahuan akan meningkatkan kasadaran dalam melakukan kontrol terhadap tekanan darah tinggi, oleh karena itu perlu edukasi untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap penderita hipertensi (Idu *et al.*, 2022).

Peneliti dapat menyimpulkan bahwa penyebab kurangnya pengetahuan tentang *self-care management* pada penderita hipertensi selain dari faktor usia yaitu dari pengalaman yang didapatkan. Pengetahuan yang baik akan meningkatkan *self-care management* hipertensi, dan

sebaliknya pengetahuan yang rendah akan berdampak pada rendahnya *self-care management* hipertensi. Sehingga, jika seseorang memiliki pengetahuan yang baik maka akan dapat lebih paham dan patuh dalam manajemen dirinya.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil analisa data dan pembahasan, maka kesimpulan yang dapat peneliti uraikan adalah sebagai berikut : Karakteristik responden pada pasien hipertensi di Puskesmas Sragen berdasarkan usia paling banyak usia >35 tahun. Karakteristik responden pada pasien hipertensi di Puskesmas Sragen berdasarkan jenis kelamin paling banyak perempuan yaitu 75 orang. Karakteristik responden pada pasien hipertensi di Puskesmas Sragen berdasarkan tingkat pendidikan paling banyak SMA yaitu 38 orang. Karakteristik responden pada pasien hipertensi di Puskesmas Sragen berdasarkan status perkawinan paling banyak kawin yaitu 79 orang. Karakteristik responden pada pasien hipertensi di Puskesmas Sragen berdasarkan pekerjaan paling banyak ibu rumah tangga yaitu 33 orang. Karakteristik responden pada pasien hipertensi di Puskesmas Sragen berdasarkan lama menderita hipertensi paling banyak <5 tahun yaitu 58 orang. Karakteristik responden pada pasien hipertensi di Puskesmas Sragen berdasarkan lama menjalani pengobatan paling banyak <2 tahun yaitu 48 orang. Karakteristik responden pada pasien hipertensi di Puskesmas Sragen berdasarkan derajat hipertensi paling banyak hipertensi derajat 1 yaitu 42 orang. Karakteristik responden pada pasien hipertensi di Puskesmas Sragen berdasarkan tingkat pengetahuan tentang *self-care management* pada pasien hipertensi paling banyak kategori cukup yaitu 39 orang.

Berdasarkan hasil dari penelitian ini, maka peneliti memberikan saran sebagai berikut ini : Bagi Responden : Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti, peneliti mengharapkan agar pasien hipertensi dapat meningkatkan pengetahuannya tentang *self-care management* hipertensi. Bagi Institusi pendidikan : Penelitian ini dapat dijadikan tambahan kepustakaan dalam pengembangan ilmu keperawatan, khususnya mengenai gambaran pengetahuan tentang *self-care management* hipertensi. Bagi Instansi Puskesmas : Penelitian ini dapat digunakan sebagai referensi tambahan dan bahan untuk memberikan informasi khususnya tentang *self-care management* pada pasien hipertensi. Bagi peneliti selanjutnya : Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai referensi atau bahan pustaka.

DAFTAR PUSTAKA

- Ainurrafiq, A., Risnah, R., & Azhar, M. U. (2019). Terapi Non Farmakologi dalam Pengendalian Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi: Systematic Review. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI)*, 2(3), 192–199. <https://doi.org/10.31934/mppki.v2i3>
- Aisyah, W. R. (2022). *Hubungan Self Efficacy dengan Tingkat Kepatuhan Minum Obat dan Self Care Managament pada Penderita Hipertensi di Rw 006 Kelurahan Darmo Surabaya* [Tesis]. Stikes Hang Tuah Surabaya.
- Albunsyary, A., Muninghar, & Riswati, F. (2020). Pengaruh Pengetahuan, Pengalaman Kerja, Kompetensi SDM dan Pengembangan Karier terhadap Prestasi Kerja Personel Polsek Pamekasan. *Jurnal Manajemen Dan Administrasi Publik*, 3(01), 19–37.
- Amalia, I., Anggraini, R. S., & Nuzula, F. (2022). Tingkat Pengetahuan Self-Management Hipertensi dengan Perilaku Mengontrol Tekanan Darah Warga. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Rustida*, 9(2), 98–104.
- Ambarita, B., Sinaga, D., & Manalu, L. N. (2022). Gambaran Pengetahuan Ibu Premenopause tentang Hipertensi. *Jurnal Prima Medika Sains*, 4(1), 1–4.
- Anshari, Z. (2019). Komplikasi Hipertensi dalam Kaitannya dengan Pengetahuan Pasien

- terhadap Hipertensi dan Upaya Pencegahannya. *Jurnal Penelitian Keperawatan Medik*, 2(2), 54–61. <http://ejournal.delihusada.ac.id/index.php/JPKM>
- Apriliyani, W., & Ramatillah, D. L. (2019). Evaluasi Tingkat Kepatuhan Penggunaan Antihipertensi pada Pasien Hipertensi menggunakan Kuesioner MMAS-8 di Penang Malaysia. *Social Clinical Pharmacy Indonesia Journal*, 4(3), 23–33.
- Arum, Y. T. G. (2019). Hipertensi pada Penduduk Usia Produktif (15-64 Tahun). *HIGEIA (Journal of Public Health Research and Development)*, 3(3), 345–356. <https://doi.org/10.15294/higeia/v3i3/30235>
- Bachudin, M., & Najib, M. (2016). *Modul Bahan Ajar Cetak Keperawatan: Keperawatan Medikal Bedah I*. Jakarta Selatan: Kemenkes RI: Pusat Pendidikan SDM Kesehatan.
- Cahyani, A. D., Tanujiarso, B. A., & Felicia, R. R. (2021). Hubungan Tingkat Pengetahuan dengan Self-care Management Pasien Hipertensi Selama Masa Pandemi COVID-19. *Prosiding Seminar Nasional Unimus*, 4.
- Cita, E. E., Supriyadi, & Ka'arayeno A. J. (2022). Pemberdayaan Masyarakat dengan Akupresur Mandiri untuk Mengatasi Nyeri Kepala pada Pasien Hipertensi: Community Empowerment with Self Acupressur to Teat Head Pain in Hypertension Patients. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat: Kesehatan*, 2(4), 7–14.
- Darsini, D., Fahrurrozi, F., & Cahyono, E. A. (2019). Pengetahuan; Artikel Review. *Jurnal Keperawatan*, 12(1), 13–13.
- Dhrik, M., Prasetya, A. A., & Ratnasari, P. M. D. (2023). Analisis Hubungan Pengetahuan Terkait Hipertensi dengan Kepatuhan Minum Obat dan Kontrol Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi. *Jurnal Ilmiah Medicamento*, 9(1), 70–77.
- Diatmika, I. K. D. P., Artini, G. A., & Ernawati, D. (2018). Profil Efek Samping Kaptopril pada Pasien Hipertensi di Puskesmas Denpasar Timur I periode Oktober 2017. *E-Jurnal Medika Udayana*, 7(5), 221–225.
- Dinas Kesehatan Jawa Tengah. (2021). *Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah*.
- Efriani, L., Hadi, I., & Aisyah, N. (2023). Hubungan Tingkat Pengetahuan dan Kualitas Hidup terhadap Self-Care Management pada Pasien Hipertensi di Puskesmas Cangkol Kota Cirebon Tahun 2022. *Borneo Journal of Pharmascientech*, 7(1), 1–5.
- Erfiani, L., Hadi, I., & Aisyah, N. (2023). Hubungan Tingkat Pengetahuan dan Kualitas Hidup terhadap Self-care Management pada Pasien Hipertensi di Puskesmas Cangkol Kota Cirebon Tahun 2022. *Borneo Jurnal of Pharmascientech*, 7(1), 1–5.
- Fauzia, W., & Rerung, R. R. (2023). *Edukasi Manajemen Diri Hipertensi*. Jakarta: Media Sains Indonesia.
- Fernalia, F., Keraman, B., & Putra, R. S. (2021). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Self-Care Management Pada Pasien Hipertensi di Puskesmas Kabawetan. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 5(1), 246–254. <https://doi.org/10.31539/jks.v5i1.2906>
- Hadiyati, L., & Sari, F. P. (2022). Tingkat Pengetahuan Masyarakat Kelurahan Antapani Kidul Mengenai Pencegahan dan Komplikasi Hipertensi. *Jurnal Sehat Masada*, 16(1), 137–142.
- Hasnawati, S. (2021). *Hipertensi*. Jogjakarta: Penerbit KBM Indonesia.
- Hastuti, A. P. (2020). *Hipertensi*. Klaten: Penerbit Lakeisha.
- Idu, D. M. B., Ningsih, O. S., & Ndorang, T. A. (2022). Faktor-faktor yang Mempengaruhi Perilaku Self-care pada Pasien Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Lalang Tahun 2022. *Wawasan Kesehatan*, 7(1), 30–38.
- Ifalahma, D., & Hikmah, N. (2020). Pengetahuan Ibu Tentang Perkembangan Motorik Kasar pada Balita usia 3-4 Tahun. *Jurnal Ilmiah Rekam Medis Dan Informatika Kesehatan*, 10(2), 20–27.
- Ihwatun, S., Ginandjar, P., Saraswati, L. D., & Udiyono, A. (2020). Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Kepatuhan Pengobatan pada Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja

- Puskesmas Pudukpayung Kota Semarang Tahun 2019. *Jurnal Kesehatan Masyarakat (Undip)*, 8(3), 352–359.
- Imelda, I., Sjaaf, F., & PAF, T. P. (2020). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Hipertensi pada Lansia di Puskesmas Air Dingin Lubul Minturun. *Health and Medical Journal*, 2(2), 68–77.
- Indriana, N., Swandari, M. T. K., & Pertiwi, Y. (2021). Hubungan Tingkat Pengetahuan dengan Kepatuhan Minum Obat pada Pasien Hipertensi di Rumah Sakit X Cilacap. *Jurnal Ilmiah JOPHUSI: Journal Of Pharmacy UMUS*, 1(01), 1–10.
- Isnaini, N., & Lestari, I. G. (2018). Pengaruh Self Management terhadap Tekanan Darah Lansia yang Mengalami Hipertensi. *Indonesian Journal for Health Sciences*, 02(01), 7–18. <http://journal.umpo.ac.id/index.php/IJHS/>,
- Kartika, M., Subakir, S., & Mirsiyanto, E. (2021). Faktor-Faktor Resiko yang Berhubungan dengan Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Rawang Kota Sungai Penuh Tahun 2020. *Jurnal Kesmas Jambi*, 5(1), 1–9.
- Katimenta, K. Y., Ibrahim, D. A. F., & Herawaty, M. L. (2023). Hubungan Tingkat Pengetahuan dan Sikap dengan Kepatuhan Minum Obat Penderita Hipertensi di Poliklinik Pemerintah Kota Palangka Raya . *Jurnal Inovasi Riset Ilmu Kesehatan*, 1(2), 62–74.
- Kurnia, A. (2021). *Self-management Hipertensi*. Surabaya: Jakad Media Publishing.
- Listiana, D., Effendi, S., & Saputra, Y. E. (2020). Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Kepatuhan Penderita Hipertensi dalam Menjalani Pengobatan di Puskesmas Karang Dapo Kabupaten Murutara. *Journal of Nursing and Public Health*, 8(1), 11–22.
- Madarina, Hanum, F., & Noviyanti, R. (2022). Faktro yang Berhubungan dengan Ketidakepatuhan Kontrol Penderita Hipertensi. *Jurnal Assyifa Ilmu Keperawatan Islami*, 7(1), 103–113.
- Maharini, K. A. A., Antari, N. W. S., & Suyasa, I. G. P. D. (2022). Gambaran Pengetahuan Keluarga dengan Hipertensi tentang perawatan Mandiri Hipertensi pada Masa Pandemi Covid-19. *JURNAL MEDIKA USADA*, 5(2), 55–63.
- Mahtud, Barasila, B., & Indrayani, S. (2019). Dukungan Sosial Berhubungan Dengan Self-care Management Pada Lansia Hipertensi Di Puskesmas Sedayu II. *Dinamika Kesehatan: Jurnal Kebidanan Dan Keperawatan*, 10(2), 700–712. <https://doi.org/10.33859/dksm.v10i2>
- Manuntung, A. (2019). *Terapi Perilaku Kognitif Pada Pasien Hipertensi*. Malang: In Wineka Media.
- Mara, D. S., Sri, Y. O., & Suhatri, S. (2019). Hubungan Pengetahuan dengan Clinical Outcome Pasien Hipertensi di Poli Penyakit Dalam RSUP DR. M Djamil Padang. *Jurnal Sains Farmasi & Klinis*, 6(2), 134–140.
- Marbun, W. S., & Hutapea, L. M. (2022). Penyuluhan Kesehatan pada Penderita Hipertensi Dewasa terhadap Tingkat Pengetahuan Hipertensi. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 6(1), 89–99.
- Martini, N. S., Maria, I., & Mawaddah, N. S. (2019). Hubungan Tingkat Pengetahuan dengan Kepatuhan Diet Hipertensi di Puskesmas Astambul. *Jurnal Keperawatan Suaka Insan*, 4(2), 114–119.
- Masparyadi, Indrawati, M., & Hidayat. (2019). Pengaruh Kepemimpinan, Pengetahuan, Keterampilan dan Motivasi terhadap Kinerja Pegawai Badan Perencanaan Pembangunan Daerah Kabupaten Bojonegoro. *MAP (Jurnal Manajemen Dan Administrasi Publik)* , 2(01), 73–87.
- Mukti, A. G. (2020). *Implementasi Prolanis Di Masa Pandemi Covid-19*.
- Novianti, I., Salman, S., & Hilmi, I. L. (2022). Hubungan Tingkat Pengetahuan, Sikap, dan Dukungan Keluarga terhadap Kepatuhan Minum Obat Penderita Hipertensi di Puskesmas

- Batujaya. *Jurnal Ilmu Kefarmasian*, 3(2), 349–353.
- Pikir, B. S. (2015). *Hipertensi Manajemen Komprehensif*. Airlangga University Press.
- Prabasari, N. A. (2021). Self Efficacy, Self-Care Management, dan Kepatuhan pada Lansia Hipertensi (Studi Fenomenologi). *Jurnal Keperawatan Malang*, 6(1), 1–10. <https://jurnal.stikespantiwaluya.ac.id/>
- Pramadaningati, I., Nurbadriyah, W. D., & Fikriana, R. (2021). Pengaruh Pengetahuan dan Dukungan Keluarga terhadap Self-Care Manajemen pada Penderita Hipertensi dengan Pendekatan Teori Doreothea E Orem. *Viva Medika: Jurnal Kesehatan, Kebidanan Dan Keperawatan*, 15(01), 21–23. <http://ejournal.uhb.ac.id/index.php/VM/issue/archive>
- Pramitasari, A., & Cahyati, W. H. (2022). Kejadian Hipertensi pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Banyudono 1 Kabupaten Boyolali. *Journal of Public Health Research and Development*, 6(4), 204–215.
- Purnamasari, I., & Rahayani, A. E. (2020). Tingkat Pengetahuan dan Perilaku Masyarakat Kabupaten Wonosobo tentang Covid-19. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 10(1), 33–42.
- Puspita, T., & Rismawan, D. (2019). Hubungan Efikasi Diri dengan Kepatuhan Diet pada Penderita Hipertensi. *Jurnal Kesehatan Indra Husada*, 7(1), 32–32.
- Putri, C. S., Purwanto, H., & Rofi'i A. Y. A. B. (2022). Tingkat pengetahuan Manajemen Pengontrolan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi di Puskesmas Sumurgung. *Jurnal Keperawatan Widya Gantari Indonesia*, 6(3), 192–202.
- Qodir, A. (2022). Pengaruh Edukasi Suportif terhadap Tingkat Pengetahuan Pasien Hipertensi Literatur Review. *Media Husada Journal of Nursing Science*, 3(2), 101–111.
- Rachmawati, E., Rahmadhani, F., Ananda, M. R., Salsabillah, S., & Pradana, A. A. (2021). Faktor-faktor yang Mempengaruhi Pengetahuan Keluarga terhadap Penyakit Hipertensi: Telaah Naratif. *Jurnal Mitra Kesehatan*, 4(1), 14–19.
- Rahayu, E. S., Wahyuni, K. I., & Anindita, P. R. (2020). Hubungan Tingkat Pengetahuan dengan Kepatuhan Pasien Hipertensi di Rumah Sakit Anwar Medika Sidoarjo. *Jurnal Ilmiah Farmasi Farmasyifa Volume*, 4(1), 87–97.
- Ratu, J., Sakinah, S., & Weraman, P. (2020). Hubungan antara Karakteristik Demografi dan Pengetahuan dengan Self Management Hipertensi pada Masyarakat Suku Timor: Penelitian Cross Sectional. *Jurnal Penelitian Kesehatan 'Suara Forikes' (Journal of Health Research Forikes Voice)*, 11(3), 245–252.
- Riskesdas. (2018). *Hasil Utama Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS)*.
- RISKESDAS Karanganyar. (2021). *Profil Dinas Kesehatan Karanganyar*. Pemerintah Kota Karanganyar.
- Rohmawati, N. D. L. K. M., & K. S. (2021). *Terapi Komplementer untuk Menurunkan Tekanan Darah (Evidence Based Practice)*. Media Sains Indonesia.
- Rozani, M. (2019). Perawatan Diri dan Faktor-faktor Terkait pada Pasien Hipertensi: Tinjauan Literatur. *Jurnal Kebidanan Dan Keperawatan*, 10(1), 266–278. <https://doi.org/10.33859/dksm.v10i1>
- Rusminingsih, E., Mubarak, S. M., & Purnomo, R. T. (2021). Hubungan Efikasi Diri dengan Self-care Management pada Penderita Hipertensi di Desa Karanglo, Klaten Selatan. *Prosiding Semnar Nasional Unimus*, 4, 1481–1489.
- Safitri, W., Agustin, W. R., & Murharyati, A. (2020). Pengetahuan dengan Motivasi Pencegahan Stroke pada Penderita Hipertensi. *Adi Husada Nursing Journal*, 6(1), 45–51.
- Sakinah, S., Ratu, J. M., & Weraman, P. (2020). Hubungan antara Karakteristik Demografi dan Pengetahuan dengan Self Management Hipertensi Pada Masyarakat Suku Timor: Penelitian Cross sectional. *Jurnal Penelitian Kesehatan 'SUARA FORIKES' (Journal of Health Research 'Forikes Voice')*, 11(3), 245–252. <https://doi.org/10.33846/sf11305>
- Sari, N. N., Yuliana, D., Agata, A., & Febriawati, H. (2023). Faktor Karakteristik Responden yang Berhubungan dengan Manajemen Pengendalian Hipertensi. *Jurnal Keperawatan*,

- 15(1), 69–76.
- Sekunda, M. S., Tokan, P. K., & Owa, K. (2021). Hubungan Faktor Predisposisi dengan Kepatuhan Pengobatan bagi Penderita Hipertensi. *Jurnal Kesehatan Primer*, 6(1), 43–51.
- Setiyawan, S., & Rizqie, N. (2019). Hubungan Tingkat Pengetahuan tentang Hipertensi dengan Sikap dalam Pencegahan Komplikasi Hipertensi pada Lansia Peserta Prolanis Upt Puskesmas Jenawi Karanganyar. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Dan Aplikasinya*, 7(2), 34–41.
- Sihotang, R., Anggraini Utama, T., Aprilatutini, T., & Yustisia, N. (2020). Self-Care Management Evaluation in Hypertension Patients. *Jurnal Vokasi Keperawatan*, 3(3), 184–202.
- Simanjutak, A. A., Adi, M. S., Hestningsih, R., & Saraswati, L. D. (2021). Gambaran Tingkat Pengetahuan dan Sikap terhadap Pencegahan Hipertensi pada Mahasiswa (Studi pada Mahasiswa Universitas Diponegoro Semarang). *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 9(4), 504–509.
- Suprayitno, E., & Damayanti, C. N. (2020). Intervensi Supportive Educative Berbasis Caring Meningkatkan Self Care Management Penderita Hipertensi. *Dunia Keperawatan: Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan*, 8(3), 460–467.
- Suprayitno, E., & Huzaimah, N. (2020). Pendampingan Lansia dalam Pencegahan Komplikasi Hipertensi. *Selaparang: Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*, 4(1), 518–521.
- Susanti, M., & Nurwiye, N. (2021). Edukasi Hipertensi dan Pencegahan Komplikasi Hipertensi pada Pasien Puskesmas Dadok Tunggul Hitam. *Jurnal Abdimas Saintika*, 3(2), 153–157. <https://jurnal.syedzasaintika.ac.id>
- Susanti, S., & Rasima, R. (2020). Hubungan Tingkat Kecemasan dengan Kualitas Tidur pada Penderita Hipertensi di UPT Puskesmas Cot Seumeureung Kecamatan Samatiga Kabupaten Aceh Barat Tahun 2019. *Jurnal Serambi Akademika*, 8(3), 387–396.
- Susetyowati, D. (2019). *Peranan Gizi dalam Upaya Pencegahan Penyakit Tidak Menular*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.
- Tantri, T. P., Susan, S. S., & Santi, S. Y. (2022). Hubungan Pengetahuan Diet Hipertensi dengan Self Efficacy pada Penderita Hipertensi di Desa Cikajang Kabupaten Garut. *Jurnal Ilmu Kesehatan Prima Insan Cendikia*, 1(01), 92–104.
- Tursina, H. M., Nastiti, E. M., & Sya'id, A. (2022). Faktor-faktor yang Mempengaruhi Self Management (Manajemen Diri) pada Pasien Hipertensi. *Jurnal Keperawatan Cikini*, 3(1), 20–25.
- Utama, Y. A. (2023). Pengaruh Self Management pada Pasien Hipertensi: Sebuah Tinjauan Sistematis. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 23(1), 422–429.
- WHO. (2021). *Hypertension*. World Health Organization. <https://www.who.int/health-topics/hypertension/>
- Wulandari, S., Herliawati, H., & Rahmawati, F. (2021). Hubungan Pengetahuan dan Self-Care Management dengan Kepatuhan Minum Obat pada Pasien Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Indralaya. In *Proceeding Seminar Nasional Keperawatan*, 7(1), 140–148.
- Yuliyanti, T., & Dayaningsih, S. (2022). Pengaruh Pengetahuan dan Sikap Pencegahan Covid-19 terhadap Perilaku Self Management Hipertensi di Desa Sukoharjo. *Indonesian Journal on Medical Science*, 9(2), 140–147.
- Yunita, N. I. S. (2022). *Berdamai dengan Hipertensi*. Jakarta: Bumi Medika.
- Yusransyah, Y., Lutfiyah, F., Safitri, E., & Udin, B. (2023). Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kepatuhan Berobat Responden Rawat Jalan di RSUD Banten Tahun 2022. *Medical Sains: Jurnal Ilmiah Kefarmasian*, 971–980.
- Zakiah, S. R., & Wahyu, A. (2023). Hubungan Perilaku dengan Tingkat Kepatuhan Minum Obat Anti Hipertensi pada Pasien Rawat Jalan di Rumah Sakit Aminah Kota Tangerang. *Indonesian Trust Nursing Journal*, 1(2), 71–77.

