

**HUBUNGAN *SELF CARE MANAGEMENT* DENGAN
TINGKAT KECEMASAN PADA PENDERITA
HIPERTENSI**



SKRIPSI

NADYAH SRI DEWI RIZKI

04021182126018

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
BAGIAN KEPERAWATAN
FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS SRIWIJAYA
2025**

**HUBUNGAN *SELF CARE MANAGEMENT* DENGAN
TINGKAT KECEMASAN PADA PENDERITA
HIPERTENSI**



SKRIPSI

**Diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar
Sarjana Keperawatan pada Universitas Sriwijaya**

NADYAH SRI DEWI RIZKI

04021182126018

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
BAGIAN KEPERAWATAN
FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS SRIWIJAYA
2025**

**UNIVERSITAS SRIWIJAYA
FAKULTAS KEDOKTERAN
PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN**

LEMBAR PERSETUJUAN SKRIPSI

NAMA : NADYAH SRI DEWI RIZKI
NIM : 04021182126018
**JUDUL SKRIPSI : HUBUNGAN *SELF CARE MANAGEMENT* DENGAN
TINGKAT KECEMASAN PADA PENDERITA
HIPERTENSI**

PEMBIMBING SKRIPSI

1. Herliawati, S.Kp., M.Kes
NIP. 197402162001122002

()

2. Zulian Effendi, S.Kep, Ners, M.Kep
NIP. 198807072023211019

()

LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI

NAMA : NADYAH SRI DEWI RIZKI
NIM : 04021182126018
**JUDUL : HUBUNGAN *SELF CARE MANAGEMENT* DENGAN
TINGKAT KECEMASAN PADA PENDERITA HIPERTENSI**

Skripsi ini telah dipertahankan di hadapan Tim penguji Skripsi Program Studi Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya pada tanggal 14 April 2025 dan telah diterima guna memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana Keperawatan.

Indralaya, 14 April 2025

Pembimbing I

Herliawati, S.Kp., M.Kes
NIP. 197402162001122002


(.....)

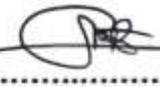
Pembimbing II

Zulian Effendi, S.Kep, Ners, M.Kep
NIP. 198807072023211019


(.....)

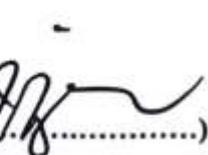
Penguji I

Sigit Purwanto, S.Kep., Ns., M.Kes
NIP. 197504112002121002


(.....)

Penguji II

Nurna Ningsih, S.Kp., M.Kes
NIP. 197307172001122002


(.....)

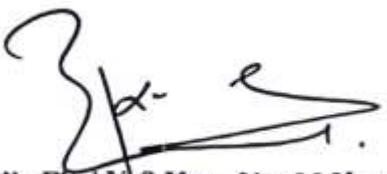
Mengetahui,

Ketua Bagian Keperawatan



UjKavati, S.Kep., Ns., M.Kep
NIP. 197602202002122001

Koordinator Program Studi Keperawatan


Eka Yulia Fitri Y. S.Kep., Ns., M.Kep
NIP. 198407012008122001

LEMBAR PERNYATAAN INTERGRITAS

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Nadyah Sri Dewi Rizki

NIM : 04021182126018

Judul Skripsi : Hubungan *Self Care Management* dengan Tingkat Kecemasan pada Penderita Hipertensi

Menyatakan bahwa skripsi saya merupakan hasil karya sendiri didampingi tim pembimbing dan bukan hasil penjiplakan/plagiat. Apabila ditemukan unsur pejiplakan/plagiat dalam skripsi ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik dari Universitas Sriwijaya sesuai aturan yang berlaku.

Demikian pernyataan ini saya buat dalam keadaan sadar tanpa ada paksaan dari siapapun.



Indralaya, April 2025



(Nadyah Sri Dewi Rizki)

04021182126018

**UNIVERSITAS SRIWIJAYA
FAKULTAS KEDOKTERAN
BAGIAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN**

**Skripsi, April 2025
Nadyah Sri Dewi Rizki**

Hubungan *Self Care Management* dengan Tingkat Kecemasan pada Penderita Hipertensi

xviii + 96 + 8 tabel + 2 skema+ 12 lampiran

ABSTRAK

Hipertensi yang tidak terkontrol, disertai dengan kecemasan pada penderita hipertensi, dapat memperburuk penyakit hipertensi yang dialami dan meningkatkan risiko komplikasi, sementara *self care management* yang buruk, seperti tidak rutin mengonsumsi obat dan memantau tekanan darah, dapat menghambat pengendalian hipertensi. *Self care management* yang tepat sangat penting untuk mengelola hipertensi, mencegah dan mengurangi kecemasan, serta mencegah komplikasi lebih lanjut. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan *self care management* dengan tingkat kecemasan pada penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Sako Kota Palembang. Jenis penelitian ini yaitu penelitian kuantitatif dengan desain *cross sectional*. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 60 responden yang dipilih dengan menggunakan metode *nonprobability sampling* dengan teknik *purposive sampling*. Analisis data dilakukan dengan uji statistik *Spearman's rank correlation*. Hasil penelitian didapatkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *self care management* dengan tingkat kecemasan $p\text{-value}=0,000$ ($p\text{-value} < 0,05$) & $r = -0,681$. Hal ini menunjukkan adanya arah hubungan negatif dan kekuatan hubungan yang kuat antara *self care management* dengan tingkat kecemasan di wilayah kerja Puskesmas Sako Kota Palembang. Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa *self care management* yang dilakukan dengan baik berhubungan dengan penurunan tingkat kecemasan pada penderita hipertensi.

**Kata Kunci: Hipertensi, Kecemasan, *Self Care Management*.
Kepustakaan: 68 (2010-2024).**

**SRIWIJAYA UNIVERSITY
FACULTY OF MEDICINE
NURSING DEPARTEMENT
NURSING STUDY PROGRAM**

Thesis, April 2025
Nadyah Sri Dewi Rizki

The Relationship between Self-Care Management and Anxiety Levels among Hypertension Patients

xviii + 96 pages + 8 tables + 2 schemes + 12 appendices

ABSTRACT

Uncontrolled hypertension, accompanied by anxiety among hypertensive patients, can worsen the hypertension and increase the risk of complications. While poor self-care management, such as not routinely taking medication and monitoring blood pressure, can hinder hypertension control. Proper self-care management is very important for managing hypertension, preventing and reducing anxiety, and preventing further complications. The objective of this study is to reveal the relationship between self-care management and anxiety levels among hypertensive patients in the working area of the Sako's Primary Health Center in Palembang City. This study is a quantitative study with a cross-sectional design. A sample size of 60 respondents was selected using the nonprobability sampling method with a purposive sampling technique. Data analysis was carried out using Spearman's rank correlation statistical test. The results of the study showed that there was a significant relationship between self-care management and anxiety levels with p-value of 0.000 ($p\text{-value} < 0.05$) and r value of -0.681. This indicated a negative and significant relationship between self-care management and anxiety levels in the work area of the Sako's Primary Health Center in Palembang City. Based on the results of the study, it can be concluded that proper self-care management is associated with a decrease in anxiety levels experienced by people with hypertension.

Keywords : Hypertension, Anxiety, Self-Care Management.

Bibliography : 68 (2010 - 2024).

HALAMAN PERSEMBAHAN



Dengan rasa syukur kepada Allah SWT dan terima kasih yang mendalam, penulis mempersembahkan skripsi ini kepada orang tua tercinta, yang telah mendidik dan menyayangi penulis seluas lautan dengan segala bentuk budi di dalamnya. Banyak hal yang ingin diungkapkan, tetapi tidak dapat diutarakan satu per satu. Penulis percaya bahwa dengan doa yang selalu kalian panjatkan, penulis dapat meraih satu per satu buah mimpi yang terlihat sangat manis itu. Untuk mama ija, terima kasih karena selalu mengajarkan penulis untuk bersabar dan menerima semua ujian dengan lapang dada. Semoga niat dan perbuatan penulis di masa depan dapat meyakinkan kalian bahwa penulis adalah anak yang mampu berbagi kebaikan kepada sesama makhluk-Nya.

Kepada mama atik yang telah membuka rumah dan hati, terima kasih telah menjadi sosok mama kedua yang menghadirkan kehangatan dan rasa aman. Kehadiranmu telah melengkapi perjalanan hidup penulis dengan kasih yang begitu tulus dan tak terduga. Begitu juga untuk keluarga besar penulis, yang selalu menyemangati dari jauh maupun dekat, doa dan dukungan kalian adalah penguat langkah penulis dalam menghadapi masa-masa tersulit.

Kepada Ibu Herliawati S.Kp., M.Kes dan Bapak Zulian Effendi S.Kep., Ns., M.Kep, terima kasih telah meluangkan waktu dan tenaganya untuk memberikan bimbingan kepada penulis, sehingga skripsi ini dapat diselesaikan dengan baik. Semoga senantiasa diberikan kemudahan dan perlindungan oleh-Nya.

Kepada Bapak Sigit Purwanto S.Kep., Ns., M.Kes dan Ibu Nurna Ningsih S.Kp., M.Kes, terima kasih telah memberikan evaluasi dan saran yang membangun kepada penulis, sehingga skripsi ini dapat menjadi karya yang lebih baik dari sebelumnya.

Kepada Kepala Puskesmas Sako dan tenaga kesehatan di Puskesmas Sako, terima kasih telah memberikan kesempatan dan fasilitas untuk saya dapat menyelesaikan penelitian ini. Tanpa bantuan dan izin dari pihak Puskesmas Sako,

penelitian ini tidak akan berjalan dengan lancar. Penulis juga mengucapkan terima kasih atas bantuan dan arahan dari Ibu Teti Hernita selaku pengelola program PTM pada tahun 2024 yang senantiasa meluangkan waktu membantu penulis semasa melakukan penelitian di wilayah kerja Puskesmas Sako, semoga kebaikan yang ibu lakukan membawa keberkahan dan dibalas dengan limpahan kebaikan.

Kepada teman-teman tersayang Arimbi, Ika, dan Ola, terima kasih dari hati yang paling dalam atas waktu, tenaga, dan perhatian yang tulus kalian berikan. Di tengah kesibukan kalian, kalian tetap hadir untuk membantu, mendengar, dan menguatkan penulis. Untuk Septi, teman seperjalanan yang setia dalam lelahnya pulang-pergi Indralaya–Palembang, terima kasih atas canda dan perhatian yang menjadi penyejuk di saat penat. Dan untuk seluruh teman penulis yang belum dapat disebutkan satu per satu, setiap doa, dukungan, dan kebaikan kalian tak pernah terlupa dari ingatan penulis. Terima kasih telah menjadi bagian dari perjalanan ini, semoga semua kebaikan kalian dibalas dengan kebahagiaan yang berlipat ganda.

Kepada teman-teman di dalam grup seperti cerita kita, col, dan among terima kasih atas setiap dukungan yang kalian berikan, semangat, dan kesediaan kalian menjadi tempatku berbagi cerita, baik tawa maupun air mata. Tidak lupa, teman-teman seperjuangan Trunfortis'21, angkatan penuh semangat, Di tengah jatuh bangun, kita tetap berdiri, saling menopang, dan bertumbuh. Semoga perjuangan ini menjadi batu pijakan menuju masa depan yang lebih cerah. Semangat selalu menyelesaikan apa yang telah kita mulai.

Kepada seorang lagi yang penulis sayangi yaitu MWY, terima kasih yang tulus atas cinta yang hangat dan dukungan yang selalu hadir di saat penulis membutuhkannya. Terima kasih telah meluangkan waktu di tengah kesibukanmu, untuk menemani dalam senyap maupun riuhnya hari-hari penuh perjuangan ini.

Untuk diriku sendiri, terima kasih telah melalui semua ini dengan keberanian dan kekuatan hati. Kamu mampu menghadapi rasa takut, menjalani setiap langkah dengan penuh kesungguhan dan ketulusan, serta memilih untuk tetap berjalan meski jalan terasa berat. Teruslah bertumbuh lebih baik dan gapailah cita-citamu.

- *"Janganlah engkau menyerah ketika perjalananmu terasa berat, karena Allah selalu memberikan jalan bagi hamba-Nya yang sabar."* –

KATA PENGANTAR

Bismillahirrahmanirrahim

Puji syukur kepada Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Hubungan *Self Care Management* dengan Tingkat Kecemasan pada Penderita Hipertensi”. Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan (S.Kep) di Program Studi Keperawatan, Fakultas Kedokteran, Universitas Sriwijaya. Penulis menyadari bahwa setiap lembaran skripsi ini tidak akan selesai tanpa adanya bimbingan, dukungan, dan bantuan dari berbagai pihak. Penulis mengucapkan terima kasih dengan tulus kepada:

1. Ibu Hikayati, S.Kep., Ns., M.Kep selaku ketua Bagian Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya.
2. Ibu Eka Yulia Fitri Y, S.Kep., Ns., M.Kep selaku Ketua Program Studi Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya
3. Ibu Herliawati, S.Kp., M.Kes selaku dosen pembimbing 1 yang telah memberikan banyak waktu kepada penulis untuk melakukan bimbingan, pengarahan dan saran-saran dalam penyusunan skripsi.
4. Bapak Zulian Effendi, S.Kep., Ns., M.Kep selaku dosen pembimbing 2 yang telah memberikan waktu untuk melakukan bimbingan, pengarahan, dan saran-saran dalam penyusunan skripsi.
5. Bapak Sigit Purwanto, S.Kep., Ns., M.Kes selaku dosen penguji 1 yang memberikan saran serta masukan yang membangun.
6. Ibu Nurna Ningsih, S.Kp., M.Kes selaku dosen penguji 2 yang memberikan saran serta masukan yang membangun.
7. Seluruh staff dosen pengajar dan staff administrasi Program Studi Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya yang telah membantu dan memberikan kemudahan dalam mengurus administrasi selama penyusunan skripsi ini.
8. Pimpinan Puskesmas Sako yang telah mengizinkan saya melakukan studi pendahuluan hingga penelitian guna menyelesaikan skripsi ini.
9. Keluarga, teman, sahabat, dan orang yang saya sayangi lainnya yang telah

banyak memberikan bantuan, dukungan dan semangat selama proses penyusunan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna dan masih banyak kesalahan dengan keterbatasan kemampuan dan pengetahuan peneliti. Peneliti mengharapkan saran dan kritik yang bersifat membangun sehingga skripsi ini dapat bermanfaat dalam pengembangan ilmu keperawatan dan kesehatan.

Indralaya, April 2025

Nadyah Sri Dewi Rizki
04021182126018

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Nadyah Sri Dewi Rizki

N I M : 04021182126018

Judul Skripsi : Hubungan *Self Care Management* dengan Tingkat Kecemasan pada Penderita Hipertensi

Memberikan izin kepada pembimbing dan Universitas Sriwijaya untuk mempublikasikan hasil penelitian saya untuk kepentingan akademik apabila dalam waktu 1 (satu) tahun tidak mempublikasikan karya penelitian saya, Terkait kasus ini saya setuju untuk menempatkan pembimbing sebagai penulis korespondensi (*corresponding author*).

Demikian pernyataan ini saya buat dalam keadaan sadar dan tanpa ada paksaan dari siapapun.

Indralaya, April 2025



(Nadyah Sri Dewi Rizki)
04021282126043

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	i
LEMBAR PERSETUJUAN SKRIPSI.....	ii
LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI	iii
HALAMAN PERNYATAAN INTEGRITAS.....	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vi
LEMBAR PERSEMBAHAN	vii
KATA PENGANTAR.....	ix
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	xi
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR SKEMA	xvi
DAFTAR LAMPIRAN	xvii
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	xviii
BAB 1 PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	5
1.3 Tujuan Penelitian.....	6
1.3.1 Tujuan Umum.....	6
1.3.2 Tujuan Khusus.....	6
1.4 Manfaat Penelitian.....	6
1.4.1 Manfaat Teoritis	6
1.4.2 Manfaat Prakris	6
1.5 Ruang Lingkup Penelitian.....	7
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA.....	8
2.1 Konsep Hipertensi	8
2.1.1 Definisi Hipertensi	8
2.1.2 Etiologi Hipertensi	8
2.1.3 Patofisiologi Hipertensi.....	9
2.1.4 Klasifikasi Hipertensi.....	9
2.1.5 Gejala Hipertensi.....	9
2.1.6 Faktor Risiko Hipertensi	10
2.1.7 Komplikasi Hipertensi.....	12

2.1.8	Penatalaksanaan Hipertensi.....	13
2.1.9	Pencegahan Hipertensi	16
2.2	Konsep <i>Self Care Management</i>	17
2.2.1	Definisi <i>Self Care Management</i>	17
2.2.2	Tujuan <i>Self Care Management</i>	17
2.2.3	Komponen <i>Self Care Management</i>	18
2.2.4	Faktor Yang Mempengaruhi <i>Self Care Management</i>	20
2.2.5	Kuesioner <i>Self Management Behavior Questionnaire (HSMBQ)</i>	21
2.3	Konsep Kecemasan	23
2.3.1	Definisi Kecemasan.....	23
2.3.2	Tingkat Kecemasan	23
2.3.3	Karakteristik Kecemasan.....	24
2.3.4	Kuesioner <i>Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS)</i>	25
2.4	Penelitian Terkait	27
2.5	Kerangka Teori.....	29
BAB 3	METODE PENELITIAN	30
3.1	Kerangka Konsep	30
3.2	Desain Penelitian.....	31
3.3	Hipotesis Penelitian.....	31
3.4	Definisi Operasional.....	32
3.5	Populasi dan Sampel	33
3.5.1	Populasi	33
3.5.2	Besar Sampel.....	33
3.6	Tempat Penelitian.....	34
3.7	Waktu Penelitian	34
3.8	Etika Penelitian	34
3.9	Alat Pengumpulan Data	37
3.10	Prosedur Pengumpulan Data	39
3.11	Rencana Analisa Data	41
3.11.1	Teknik Pengolahan Data	41
3.11.2	Analisis Data	43
BAB 4	HASIL DAN PEMBAHASAN	45
4.1	Hasil Penelitian	45
4.1.1	Hasil Analisis Univariat	45
4.1.2	Hasil Analisis Bivariat	47
4.2	Interpretasi dan Diskusi Hasil	48

4.2.1 Analisis Hasil Univariat.....	48
4.2.2 Analisis Hasil Bivariat	61
4.3 Keterbatasan Penelitian	64
BAB 5 KESIMPULAN DAN SARAN.....	65
5.1 Kesimpulan.....	65
5.2 Saran.....	66
DAFTAR PUSTAKA	67
LAMPIRAN.....	73

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Klasifikasi Tekanan Darah dan Derajat Hipertensi.....	9
Tabel 2.2 Respons perilaku, afektif, psikologis, simpatetik, parasimpatetik, kognitif terhadap kecemasan.....	24
Tabel 2.3 Penelitian Terkait	27
Tabel 3.1 Definisi Operasional	32
Tabel 4.1 Karakteristik Responden (n=60).....	45
Tabel 4.2 <i>Self Care Management</i> pada Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Sako Kota Palembang.....	46
Tabel 4.3 Tingkat Kecemasan pada Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Sako Kota Palembang.....	46
Tabel 4.4 Hubungan <i>Self Care Management</i> dengan Tingkat Kecemasan pada Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Sako Kota Palembang	47

DAFTAR SKEMA

Skema 2.1 Kerangka Teori.....	29
Skema 3.1_Kerangka Konsep	30

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Lembar Penjelasan Penelitian (<i>Informed</i>).....	74
Lampiran 2 Lembar Persetujuan menjadi Responden (Consent).....	75
Lampiran 3 Kuesioner HSMBQ (Hypertension Self Care Management Behaviour Questionnaire).....	76
Lampiran 4 Kuesioner HARS (Hamilton Anxiety Rating Scale).....	79
Lampiran 5 Surat Izin Studi Pendahuluan.....	82
Lampiran 6 Surat Izin Penelitian.....	84
Lampiran 7 Etik Penelitian.....	86
Lampiran 8 Surat Selesai Penelitian.....	87
Lampiran 9 Hasil Uji Statistik Penelitian.....	88
Lampiran 10 Dokumentasi Penelitian.....	91
Lampiran 11 Lembar Konsultasi.....	92
Lampiran 12 Report Plagiasi.....	96

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

IDENTITAS DIRI

Nama : Nadyah Sri Dewi Rizki
Tempat tanggal lahir : Palembang, 10 Agustus 2003
Jenis kelamin : Perempuan
Agama : Islam
Anak ke : 2 dari 2 bersaudara
Alamat : Jl. Rustini Rt.50 Rw.05, Kel. Sukamaju,
Kec. Sako, Kota Palembang, Sumsel
Nomor Telp/Hp : 0895640641436
Email : nadyahsdr@gmail.com
Institusi : Universitas Sriwijaya
Fakultas/Prodi : Kedokteran/Keperawatan

Nama orang tua

a. Ayah : Ahmad Syarifudin
b. Ibu : Faizah Sarnubi



Riwayat Pendidikan

1. SD Negeri 117 Palembang (2009-2015)
2. SMP Negeri 14 Palembang (2015-2018)
3. SMA YPI Tunas Bangsa Palembang (2018-2021)
4. Program Studi Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya (2021-2025)

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Hipertensi adalah kondisi yang terjadi pada sistem sirkulasi darah, ditandai dengan meningkatnya tekanan darah melebihi batas normal (Dunggio et al., 2024). Hipertensi merupakan suatu kondisi meningkatnya tekanan darah, ditandai dengan tekanan sistolik ≥ 140 mmHg dan tekanan diastolik ≥ 90 mmHg (Chobanian et al., 2003, dikutip Jayanti et al., 2022). Hipertensi tergolong dalam penyakit tidak menular dengan angka kejadian yang terus mengalami peningkatan dari tahun ke tahun (Ekarani, Wahyuni, & Sulistyowati, 2020).

World Health Organization (WHO) mencatat pada tahun 2018 bahwa sebanyak 972 juta orang di dunia mengalami hipertensi, atau sekitar 26,4% dari total populasi global. Sebanyak 333 juta kasus berasal dari negara maju, sedangkan 639 juta kasus lainnya ditemukan di negara berkembang, termasuk Indonesia. Riset Kesehatan Dasar atau Riskesdas tahun 2018 mencatat bahwa jumlah penderita hipertensi di Indonesia mencapai 63.309.620 orang. Prevalensi hipertensi meningkat menjadi 34,1%, naik dari angka 25,8% yang tercatat pada Riset Kesehatan Dasar tahun 2013 (Kemenkes RI, 2021).

Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Selatan melaporkan bahwa jumlah kasus hipertensi di wilayah tersebut mencapai 64.5104 kasus pada tahun 2020, meningkat menjadi 98.7295 kasus pada tahun 2021, lalu meningkat menjadi 14.97736 kasus pada tahun 2022 (Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Selatan, 2023). Dinas Kesehatan Kota Palembang melaporkan bahwa jumlah kasus hipertensi menunjukkan tren peningkatan setiap tahunnya. Tercatat sebanyak 146.220 kasus pada tahun 2020, meningkat menjadi 224.471 kasus pada tahun 2021, kemudian naik lagi menjadi 411.520 kasus pada tahun 2022, dan mencapai 435.336 kasus pada tahun 2023 (Dinas Kesehatan Kota Palembang, 2024).

Pemilihan Puskesmas Sako sebagai lokasi penelitian dilakukan berdasarkan hasil studi pendahuluan yang menunjukkan bahwa Puskesmas Sako termasuk dalam kategori puskesmas dengan jumlah kasus hipertensi tertinggi di Kota Palembang. Tingginya prevalensi hipertensi di Puskesmas Sako menjadikan lokasi

ini relevan sebagai tempat penelitian untuk penelitian yang berjudul hubungan antara *self care management* dengan tingkat kecemasan pada penderita hipertensi. Dari beberapa puskesmas yang memiliki angka kejadian hipertensi yang tinggi, Puskesmas Sako dipilih juga dengan mempertimbangkan keterbatasan sumber daya yang dimiliki peneliti, seperti waktu, tenaga, dan kemudahan akses. Dengan demikian, lokasi ini dinilai strategis dan representatif untuk memperoleh data yang dibutuhkan secara optimal.

Data Puskesmas Sako Kota Palembang, tingkat kejadian penderita hipertensi terus meningkat setiap tahunnya. Pada tahun 2020 terdapat 2627 penderita, pada tahun 2021 terdapat 4016 penderita, pada tahun 2022 terdapat 13.923 penderita, pada tahun 2023 terdapat 15.094 penderita. Penderita hipertensi di Puskesmas Sako terjadi mulai dari usia 15 tahun keatas (Puskesmas Sako Kota Palembang, 2024). Berdasarkan data penyakit hipertensi diatas terlihat bahwa pravelensi penyakit hipertensi terus meningkat setiap tahunnya. Adapun penyakit hipertensi dapat dibagi menjadi hipertensi terkontrol dan hipertensi tidak terkontrol (Indriyani, 2009, dikutip Mandala, Esfandiari, dan Anton, 2020).

Indriyani (2009) dikutip Mandala, Esfandiari, dan Anton (2020) menjelaskan bahwa individu dikatakan mengalami hipertensi terkontrol apabila menjalani pengobatan melalui perubahan pola hidup sehat atau terapi farmakologis, sehingga tekanan darahnya berada dalam batas normal, yaitu sistolik <140 mmHg dan diastolik <90 mmHg. Sebaliknya, seseorang dinyatakan mengalami hipertensi tidak terkontrol jika tidak mendapatkan penanganan yang tepat atau tekanan darahnya tetap tinggi, dengan nilai sistolik >140 mmHg dan diastolik >90 mmHg.

Hipertensi yang tidak terkontrol dapat menyebabkan munculnya komplikasi pada penderita hipertensi (Hendra, Virginia, & Setiawan, 2021). Hipertensi yang tidak terkontrol dapat menimbulkan berbagai komplikasi fisik, seperti penyakit jantung, stroke, gangguan ginjal, retinopati atau kerusakan pada retina, penyakit pembuluh darah perifer, serta gangguan pada sistem saraf (Ira, 2016, dikutip Kristianti, 2021). Kondisi ini bahkan berisiko menyebabkan kematian pada individu yang mengalaminya (Kurniawan, 2002, dikutip Khotimah, 2021).

Kecemasan digambarkan sebagai perasaan takut yang tidak memiliki objek jelas, dan biasanya disertai dengan ketidakpastian, rasa tidak berdaya, perasaan

terisolasi, serta ketidaknyamanan (Stuart, 2013, dikutip Faijurahman, 2022). Reaksi cemas tersebut dapat merangsang sistem saraf simpatis, yang kemudian meningkatkan denyut jantung, curah jantung, serta resistensi vaskular, sehingga menyebabkan peningkatan tekanan darah (Arifuddin & Nur, 2018). Oleh karena itu, pasien hipertensi yang mengalami kecemasan memerlukan penanganan yang tepat dalam upaya menurunkan kecemasannya agar tidak memperburuk kondisi hipertensi (Setyawan & Hasnah, 2020).

Self care management merupakan tindakan yang dilakukan secara mandiri oleh individu untuk menjaga kondisi kesehatan dan mempertahankan pola perilaku yang adaptif serta efektif (Meo et al., 2023). *Self care management* hipertensi mencakup beberapa tindakan mandiri seperti penggunaan obat antihipertensi secara tepat, pemantauan tekanan darah serta gejala yang berkaitan dengan hipertensi, penerapan pola makan sesuai dengan prinsip diet hipertensi, pelaksanaan aktivitas fisik yang dianjurkan untuk menurunkan tekanan darah, serta upaya pencegahan terhadap kemungkinan terjadinya komplikasi akibat hipertensi (Sihotang et al., 2020). Kemampuan pasien dalam menjalankan *self care management* berperan penting dalam mendorong pasien untuk memiliki kemauan dan kesiapan dalam mengatur kondisi kesehatan serta perawatannya secara mandiri (Purba, 2019).

Penelitian terkait oleh Nabila, Arnita, & Mulyati (2022), menunjukkan bahwa *self care management* pada individu dengan hipertensi umumnya berada pada tingkat yang cukup. Kondisi ini dipengaruhi oleh berbagai kendala dan tantangan, seperti kebiasaan sebagian penderita hipertensi yang belum rutin memeriksakan tekanan darah secara teratur, hal ini menjadi suatu hambatan dikarenakan rendahnya motivasi pasien untuk merubah menjadi pola hidup yang sehat (Rastogi et al., 2020). Penelitian Pahria et al. (2022) menyebutkan bahwa *self care management* hipertensi yang buruk dapat menimbulkan dampak bagi penurunan kualitas hidup, kualitas tidur menurun, dan mengalami kecemasan sehingga dapat meningkatkan risiko komplikasi.

Penelitian terkait oleh Seso, Simon, & Ndorang (2023), menyebutkan bahwa banyaknya penderita hipertensi yang mengalami kecemasan dan dikarenakan tidak menerapkan *self care management* dengan benar, hal inilah yang membuat tekanan darah dari penderita hipertensi tidak dapat terkontrol dengan baik dan sangat sulit

untuk menurunkan tekanan darah. Penderita hipertensi masih banyak yang mengalami kecemasan dan takut dengan dengan hipertensi yang mereka alami. Selain itu penderita hipertensi juga jarang sekali pergi ke Puskesmas atau Pustu untuk mengecek tekanan darah mereka.

Hasil penelitian oleh Rahmadiya & Kurnia (2024) menunjukkan tidak adanya hubungan antara kecemasan dan *self care management* dengan nilai *p-value* sebesar 1,000 ($p\text{-value} > 0,05$). Sebaliknya, penelitian oleh Seso, Simon, & Ndorang (2023) menemukan hubungan yang signifikan antara tingkat kecemasan dan *self care management* dengan nilai *p-value* 0,000 ($p\text{-value} < 0,05$). Perbedaan hasil ini menunjukkan bahwa hubungan antara tingkat kecemasan dan *self care management* belum sepenuhnya konsisten, kemungkinan disebabkan oleh perbedaan karakteristik responden atau latar belakang penelitian. Meskipun kedua penelitian tersebut mengkaji hubungan antara tingkat kecemasan dengan *self care management*, penelitian ini justru berfokus pada hubungan antara *self care management* dengan tingkat kecemasan, terutama pada penderita hipertensi. Hal ini penting untuk diteliti mengingat kondisi penderita hipertensi yang mungkin memengaruhi keduanya, baik dari sisi fisik maupun psikologis.

Pelaksanaan studi pendahuluan pada bulan Mei 2024 di wilayah kerja Puskesmas Sako Kota Palembang dilakukan melalui wawancara terhadap 20 responden untuk memperoleh informasi pendahuluan yang relevan dengan fokus penelitian. Hasil wawancara mengenai *self care management hipertensi*, didapatkan hasil yang menunjukkan sebanyak 17 responden mengatakan bahwa pasien tidak meminum obat secara teratur atau pasien hanya minum obat saat tekanan darah sedang tinggi, sebanyak 14 responden mengatakan bahwa pasien tidak rutin mengontrolkan kesehatan mereka ataupun mengambil obat ke pelayanan kesehatan, sebanyak 15 responden mengatakan bahwa pasien masih mengkonsumsi makanan natrium yang tinggi, berlemak, dan jarang mengkonsumsi buah dan sayur, sebanyak 15 responden mengatakan bahwa pasien melakukan olahraga setiap hari, sebanyak 12 pasien mengatakan bahwa pasien masih mengkonsumsi kafein seperti kopi, serta sebanyak 20 responden mengatakan bahwa mereka tidak merokok, dan sebanyak 3 responden memiliki perilaku hidup yang baik untuk menjaga kesehatannya.

Wawancara yang dilakukan terhadap 20 responden menunjukkan hasil bahwa

11 responden mengalami kecemasan ringan, 5 responden mengalami kecemasan sedang, 2 responden mengalami kecemasan berat, dan 2 responden berada pada kondisi tidak memiliki kecemasan. Dari wawancara juga didapatkan bahwa sebanyak 12 dari 20 responden mengatakan bahwa pasien mengalami kecemasan dikarenakan memikirkan kemungkinan komplikasi yang disebabkan oleh penyakit hipertensi, dan yang lainnya dikarenakan masalah dalam rumah tangga ataupun aktivitas sehari-hari.

Hasil wawancara pada petugas pelayanan kesehatan Puskesmas Sako Kota Palembang didapatkan hasil bahwa masih banyak pasien termasuk pasien hipertensi yang tidak rutin meminum obat, tidak rutin melakukan kontrol kesehatan ke pelayanan kesehatan, dan beberapa yang datang ke Puskesmas hanya pada saat sedang mengalami keluhan saja. Hal ini didukung dengan data rekam medis pasien yang menunjukkan bahwa pasien datang untuk kontrol kesehatan ataupun mengambil obat tidak sesuai jadwal. Peneliti bermaksud mengkaji hubungan antara *self care management* dengan tingkat kecemasan pada penderita hipertensi yang berada di wilayah kerja Puskesmas Sako Kota Palembang.

1.2 Rumusan Masalah

Hipertensi tergolong ke dalam jenis penyakit tidak menular yang membutuhkan perawatan jangka panjang yang apabila tidak terkontrol dapat menyebabkan komplikasi bagi penderitanya. Hipertensi juga berpotensi menimbulkan gangguan pada jantung, stroke, kerusakan ginjal, masalah pada retina (retinopati), hambatan aliran darah di pembuluh perifer, serta gangguan pada sistem saraf. Risiko lain yang muncul akibat penyakit hipertensi adalah timbulnya kecemasan. Kecemasan dapat terjadi ketika adanya risiko komplikasi yang terkait dengan penyakit hipertensi yang dapat menyebabkan kecacatan bahkan kematian bagi individu dengan tekanan darah tinggi. Salah satu langkah yang dapat dilakukan pencegahan komplikasi hipertensi dan menurunkan kecemasan dengan melakukan *self care management* dalam kehidupan sehari-hari. Merujuk pada penjabaran latar belakang sebelumnya, perumusan masalah dalam penelitian ini yaitu: "Apakah terdapat hubungan antara *self care management* dengan tingkat kecemasan pada penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Sako Kota Palembang?"

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Penelitian ini secara umum bertujuan untuk mengetahui adanya hubungan antara *self care management* dengan tingkat kecemasan pada penderita hipertensi yang berada di wilayah kerja Puskesmas Sako Kota Palembang.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Untuk mengidentifikasi karakteristik responden berdasarkan usia, jenis pekerjaan, tingkat pendidikan terakhir, dan lamanya menderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Sako Kota Palembang
2. Untuk mengetahui *self care management* pada penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Sako Kota Palembang.
3. Untuk mengetahui tingkat kecemasan yang dialami penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Sako Kota Palembang.
4. Untuk menganalisis hubungan antara *self care management* dengan tingkat kecemasan pada individu dengan hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Sako Kota Palembang.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan mampu memberikan kontribusi dalam memperluas pengetahuan dan wawasan di bidang keperawatan, khususnya tentang keterkaitan antara *self care management* dengan tingkat kecemasan pada individu dengan hipertensi, serta memperkaya konsep maupun teori yang berkaitan dengan topik tersebut.

1.4.2 Manfaat Praktis

1.4.2.1 Bagi Masyarakat

Penelitian ini diharapkan memberikan pemahaman kepada masyarakat mengenai pentingnya penerapan *self care management*, khususnya bagi individu yang hidup dengan hipertensi. Selain itu, hasil penelitian ini juga diharapkan mampu menjadi dorongan bagi penderita hipertensi untuk lebih peduli terhadap pengelolaan diri guna mencegah timbulnya komplikasi dan mengurangi risiko kejadian yang merugikan akibat kecemasan.

1.4.2.2 Bagi institusi pendidikan

Hasil dari penelitian ini diharapkan bisa menjadi referensi yang berguna dalam memperluas wawasan dan mendukung pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya terkait pengelolaan diri (*self care management*) pada individu dengan hipertensi.

1.4.2.3 Bagi peneliti selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan mampu memberikan acuan serta memperluas pengetahuan bagi peneliti lain yang tertarik mengkaji topik terkait pengelolaan diri (*self care management*) dan tingkat kecemasan pada individu dengan hipertensi.

1.5 Ruang Lingkup Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian dalam ruang lingkup ilmu keperawatan jiwa, keperawatan medikal bedah, dan komunitas yang bertujuan untuk mengetahui hubungan *self care management* dengan tingkat kecemasan yang dialami oleh individu dengan hipertensi menjadi fokus utama dalam penelitian yang dilaksanakan pada wilayah cakupan kerja Puskesmas Sako di Kota Palembang. Pendekatan yang digunakan dalam studi ini bersifat kuantitatif, dengan metode analisis korelasi yang bertujuan menelaah keterkaitan antara variabel bebas dan variabel terikat. Rancangan studi yang digunakan berupa pendekatan *cross sectional*, berarti pengumpulan data dilakukan secara serentak pada satu periode waktu. Subjek dalam studi ini mencakup individu perempuan dengan diagnosis hipertensi yang menjalani pengobatan selama April 2024 – Februari 2025 di area kerja Puskesmas Sako Palembang, dengan total populasi sebanyak 601 orang. Sampel yang terlibat terdiri dari 60 partisipan, dipilih melalui metode *Non-Probability Sampling* dengan teknik *Purposive Sampling*. Instrumen pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah HSMBQ (*Hypertension Self-Management Behavior Questionnaire*) untuk mengukur *self care management*, dan HARS (*Hamilton Anxiety Rating Scale*) untuk mengukur tingkat kecemasan. Untuk menganalisis hubungan antar variabel, digunakan uji statistik *Spearman's rank correlation*.

DAFTAR PUSTAKA

- Akhter, N. (2010). Self-management Among Patients with Hypertension in Bangladesh. Titutional Environment and Entrepreneurial Cognitions: A Comparative Business Systems Perspective. *Entrepreneurship Theory and Practice*, 564, 1-73.
- Aisyah. R. D., & Prafitri L. D. (2024). *Deteksi Kecemasan Ibu Hamil: Menyelami Penyebab Tiap Trimester*. Jawa Tengah: Penerbit NEM.
- Arifuddin, A., & Nur, A. F. (2018). Pengaruh Efek Psikologis Terhadap Tekanan Darah Penderita Hipertensi. *Healthy Tadulako Journal (Jurnal Kesehatan Tadulako)*, 4(3), 48-53.
- Andrianto. (2022). *Buku Ajar Menangani Hipertensi*. Jawa Timur: Airlangga University Press.
- Antari, L. P. J., & Kamaryati, N. P. (2024). Hubungan Dukungan Keluarga dengan Self Care Management Pada Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Sukawati I. *MAHESA: Malahayati Health Student Journal*, 4(12), 5381-5396..
- Avelina, Y., & Natalia, I. Y. (2021). Hubungan tingkat kecemasan dengan kualitas hidup pasien hipertensi yang sedang menjalani pengobatan hipertensi di desa lenandareta wilayah kerja puskesmas paga. *Jurnal Keperawatan dan Kesehatan Masyarakat*, 7(1).
- Bisnu, M., Kepel, B., & Mulyadi, N. (2017). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Derajat Hipertensi Pada Pasien Hipertensi Di Puskesmas Ranomuut Kota Manado. *Jurnal Keperawatan UNSRAT*, 5(1), 108807
- Budi S. Pikir et al. (2015). *Hipertensi: Manajemen Komprehensif*. Surabaya: Airlangga University Press.
- Cahyaningrum, E. D., Putri, N. R. I. A. T., & Dewi, P. (2022). Hubungan Usia dan Tingkat Pendidikan dengan Peningkatan Tekanan Darah Lansia. In *Seminar Nasional Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat (SNPPKM) ISSN* (Vol. 2809, p. 2767).
- Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Selatan. (2023). *Profil Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Selatan*.
- Dinas Kesehatan Kota Palembang. (2024). *Profil Dinas Kesehatan Kota Palembang*.

- Dharma, K. K. (2017). *Metodologi Penelitian Keperawatan (Pedoman Melaksanakan dan Menerapkan Hasil Penelitian)*. Jakarta Timur: CV. Trans Info Media
- Dunggio, A. R. S., Hardin, H., Pratiwi, C., Mesa, N. D. K., & Hoda, F. S. (2024). Senam Hipertensi Bagi Lanjut Usia (LANSIA) Di Posyandu Cekke Kabupaten Enrekang. *Sahabat Sosial: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 2(2), 304-314.
- Dewanti, N. P. Y. (2021). Gambaran self care management pada pasien hipertensi di wilayah puskesmas mengwi ii tahun 2021. *Paper Knowledge . Toward a Media History of Documents*. [Http://repository.poltekkes-denpasar.ac.id/7710/1/Halaman depan.pdf](http://repository.poltekkes-denpasar.ac.id/7710/1/Halaman%20depan.pdf)
- Ekarini, N. L. P., Wahyuni, J. D., & Sulistyowati, D. (2020). Faktor-faktor yang berhubungan dengan hipertensi pada usia dewasa. *Jkep*, 5(1), 61-73.
- Faijurahman, A. N. (2022). Gambaran Kecemasan Lansia yang Menderita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Sukaraja. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 3(3), 479-486.
- Fauzia, F. R., & Yuniartika, W. (2023). *Pengaruh Edukasi Kesehatan Terhadap Tingkat Penurunan Kecemasan pada Lanjut Usia Penderita Hipertensi di Wilayah Puskesmas Kartasura* (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Surakarta).
- Hendra, P., Virginia, D.M., Setiawan, C.H. (2021). *Teori Dan Kasus Manajemen Terapi Hipertensi*. Yogyakarta: Sanata Dharma University Press.
- Handriana, I., & Hijriani, H. (2020). Gambaran Self-Care Management pada Pasien Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Majalengka. *Prosiding Senantis 2020*, 1(1), 1189–1194. <http://openjournal.unpam.ac.id/index.php/Senan/article/view/8384>
- Indriana, N., Swandari, M. T. K., & Pertiwi, Y. (2020). Hubungan tingkat pengetahuan dengan kepatuhan minum obat pada pasien hipertensi di Rumah Sakit X Cilacap. *Jurnal Ilmiah JOPHUS: Journal Of Pharmacy UMUS*, 2(01), 1-10.
- Intanwati et al. (2022). *Penerapan Aromaterapi Lavender pada Masker untuk Memanajemen Nyeri Persalinan dan Kecemasan Ibu Bersalin Kala I*. Jawa Tengah: Penerbit Pustaka Rumah C1nta.
- Jayanti, T., Sulaeman, A., Rokayah, C., & Nurinda, J. (2022). Pencegahan dan Pengendalian Hipertensi pada Lansia di Kampung KB Desa Cibiru Wetan. *Jurnal Peduli Masyarakat*, 4(4), 793-798.

- Kemendes RI. (2021). Hipertensi Penyebab Utama Penyakit Jantung, Gagal Ginjal, dan Stroke. <https://sehatnegeriku.kemkes.go.id/baca/rilismedia/20210506/3137700/hipertensi-penyebab-utama-penyakit-jantung-gagal-ginjal-dan-stroke/>
- Kristianti, A. (2021, December). Gambaran manajemen perawatan diri pada penderita hipertensi di masa pandemi Covid-19. In *Prosiding Seminar Nasional Unimus* (Vol. 4).
- Kurnia, V., & Nataria, D. (2021). Manajemen Diri (Self Management) Perilaku Sehat pada Pasien Hipertensi. *Jurnal Riset Hesti Medan Akper Kesdam I/BB Medan*, 6(1), 1-9.
- Kautsar, F., Gustopo, D., & Achmadi, F. (2015). Uji validitas dan reliabilitas hamilton anxiety rating scale terhadap kecemasan dan produktivitas pekerja visual inspection PT. Widatra Bhakti. *Prosiding SENATEK 2015*, 1(A), 588-592.
- Khotimah, et al. (2021). *Terapi Masase Dan Terapi Nafas Dalam Pada Hipertensi*. Malang: Ahlimedia Book.
- Kurnia, A. (2021). *Self-Management Hipertensi*. Surabaya: Jakad Media Publishing.
- Kamariana, et al. (2024). *Isu Terkini Epidemiologi*. Rismedia Pustaka Indonesia.
- Lumintang, Y. F., & Mariana, D. (2023). Gambaran Aspek Psikologis pada Pasien Hipertensi di Puskesmas Ranomuut Kota Manado. *Mapalus Nursing Science Journal*, 1(1), 64-72.
- Meo, M. Y., Rangga, Y. P. P., & Ovi, F. (2023). Dukungan Keluarga dan Penerapan Self Care Management Lansia Penderita Hipertensi. *Jurnal Kesehatan*, 12(1), 34-40.
- Mandala, A. S., Esfandiari, F., & Anton, K. N. (2020). Hubungan tekanan darah terkontrol dan tidak terkontrol terhadap kadar high density lipoprotein pasien hipertensi. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 9(1), 379-386.
- Mancia et al. (2023). 2023 ESH Guidelines for the management of arterial hypertension The Task Force for the management of arterial hypertension of the European Society of Hypertension: Endorsed by the International Society of Hypertension (ISH) and the European Renal Association (ERA). *Journal of Hypertension* 41(12):p 1874-2071, December 2023. | DOI: 10.1097/HJH.0000000000003480
- Maulidah, K., Neni, N., & Maywati, S. (2022). Hubungan Pengetahuan, Sikap Dan Dukungan Keluarga Dengan Upaya Pengendalian Hipertensi Pada Lansia Di

- Wilayah Kerja Puskesmas Cikampek Kabupaten Karawang. *Jurnal Kesehatan Komunitas Indonesia*, 18(2), 484-494.
- Nabila, A., Arnita, Y., & Mulyati, D. (2022). Self Management Penderita Hipertensi. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Fakultas Keperawatan*, 5(4).
- Nurhayati. (2021). *Sistem Kardiovaskuler: Keperawatan Dewasa*. Aceh: Syiah Kuala University Press.
- Nursalam. (2015). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis Edisi 3*. Jakarta: Salemba Medika.
- Nekada, C. D. Y., Mahendra, I. G. B., Rahil, N. R., & Amigo, T. A. E. (2020). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Penatalaksanaan Non Farmakoterapi Hipertensi Terhadap Tingkat Pengetahuan Kader Di Desa Wedomartani, Ngemplak, Sleman, Yogyakarta. *Journal of Community Engagement in Health*, 3(2), 200-209.
- Nurfitasari, S., Handayani, L. T., & Asih, S. W. (2023). Hubungan Dukungan Keluarga dengan Self Care Management pada Lansia Hipertensi. *Jurnal Kesmas Asclepius*, 5(2), 115-122.
- Nurman, M. (2021). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kepatuhan Diet Rendah Garam Pada Penderita Hipertensi Di Desa Pulau Jambu Wilayah Kerja Puskesmas Kampar. *Jurnal Ners Pahlawan*, 5(2), 16–22.
- Puskesmas Sako Kota Palembang. (2024). *Profil Puskesmas Sako Kota Palembang*.
- Pahria, T., Nugroho, C., & Yani, D. I. (2022). Factors Influencing Self-Care Behaviors in Hypertension Patients With Complications. *Vascular Health and Risk Management*, 18(June), 463-471. <https://doi.org/10.2147/VHRM.S366811>
- Paramita et al. (2021). *Metode Penelitian Kuantitatif: Buku Ajar Perkuliahan Metodologi Penelitian Bagi Mahasiswa Akuntansi & Manajemen*. Jawa Timur: Widya Gama Press.
- Pratama, I. B. A., Fathnin, F. H., & Budiono, I. (2020). Analisis Faktor yang Mempengaruhi Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Kedungmundu. In *Prosiding Seminar Nasional Pascasarjana* (Vol. 3, No. 1, pp. 408-413).
- Purba, S. S. H. R. (2019). *Pengaruh Self-Management Support Terhadap Efikasi Diri dan Perilaku Perawatan Diri Pasien Hipertensi Di Puskesmas Dinoyo Malang* (Doctoral dissertation, Universitas Brawijaya).
- Rahmadiya, S., & Kurnia, D. A. (2024). Hubungan Kecemasan Dengan Manajemen Diri Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Nurse*, 7(1), 18-24.

- Rastogi, A., Gupta, S. K., Lakshmi, P. V. M., & Kaur, M. (2020). Role of self-care in COVID-19 pandemic for people living with comorbidities of diabetes and hypertension. *Journal of Family Medicine and Primary Care*, 9(11), 5495-5501. <https://doi.org/10.4103/jfmipc.jfmipc>
- Rantepadang, A., & Hadibrata, B. E. S. (2023). Self-Efficacy dan self-care management pada penderita hipertensi. *Klabat Journal of Nursing*, 5(1), 67-73.
- Riduwan. (2014). *Metode & Teknik Penyusunan Proposal Penelitian*. Bandung: Alfabeta
- Rudiansyah. (2024). *Buku Ajar Manajemen Data Penelitian Kesehatan Menggunakan Program SPSS*. Yogyakarta: Deepublish.
- Rohmah, M., Nurhusna, N., & Sari, P. I. (2023). Gambaran Self Care Manajemen Pada Pasien Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Putri Ayu Kota Jambi. *Jurnal Ners*, 7(2), 1894-1908.
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Suciana, F., Agustina, N. W., & Zakiatul, M. (2020). Korelasi lama menderita hipertensi dengan tingkat kecemasan penderita hipertensi. *Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan Masyarakat Cendekia Utama*, 9(2), 146-155.
- Setyawan, A., & Hasnah, K. (2020). Efektivitas Wet Cupping Therapy Terhadap Kecemasan Pada Pasien Hipertensi. *Jurnal Kesehatan Kusuma Husada*, 212-217.
- Sihotang, R., Utama, T. A., Aprilatutini, T., & Yustisia, N. (2020). Self Care Management Evaluation in Hypertension Patients. *Jurnal Vokasi Keperawatan (JVK)*, 3(2), 184–202. <https://doi.org/10.33369/jvk.v3i2.13935>
- Seso, Y. K., Ns Maria Getrida Simon, M. A. N., Ndong, T. A., Fil, S., & Th, M. (2023). Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Self Management Hipertensi Pada Lansia Di Pustu Perak. *Jurnal Ners Nainawa*, 1(1), 7-13.
- Sutejo. (2023). *Keperawatan jiwa konsep dan praktik asuhan keperawatan kesehatan jiwa dan psikososial*. Yogyakarta: pustaka baru press.
- Sonia, F. S., Subiyanto, P., & Noviati, B. E. (2023). Hubungan Antara Self Management Behaviour terhadap Pengendalian Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi di Rumah Sakit Panti Rini. *Jurnal Keperawatan Klinis dan Komunitas (Clinical and Community Nursing Journal)*, 7(3), 173-184.
- Sarfika, R., & Saifudin, Y. (2024). *Perawatan Diri Penderita Hipertensi Usia Dewasa: Berbasis Teori Dan Riset*. Yogyakarta: Deepublish Digital.

- Sagala, L. M. (2019). Pengaruh Hypertention Self Management Education (HSME) Terhadap Tekanan Darah Di Puskesmas Kabanjahe. *Indonesia Trust Health Journal*, 2(1).
- Tim Bumi Medika. (2018). *Berdamai dengan Hipertensi*. (2018). Editor: Sari Y. N. Indonesia: Bumi Medika.
- Tumundo, D. G., Wiyono, W. I., & Jayanti, M. (2021). Tingkat Kepatuhan Penggunaan Obat Antihipertensi Pada Pasien Hipertensi Di Puskesmas Kema Kabupaten Minahasa Utara. *Pharmacon*, 10(4), 1121-1128.
- 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. <https://doi.org/10.55644/jkc.v3i1.67>
- Veronica, et al. (2022). *Metodologi penelitian kuantitatif*. Sumatera Barat: PT. Global Eksekutif Teknologi
- Widiyono, Indriyati, & Astuti, T.B. (2022). *Aktivitas Fisik Untuk Mengatasi Hipertensi*. Kediri: Lembaga Chakra Brahma Lentera.
- World Health Organization WHO. (2018). *A Global Brief on Hypertension (World Healthy Day)*.
- World Health Organization (WHO). (2023). *Hypertension*.
- Yuniartika, W., & Bima Murti, T. (2020). Hubungan Jenis Kelamin dan Lama Sakit dengan Kejadian Depresi Pada Lansia Penderita Hipertensi. *Journal of Holistic Nursing Science*, 7(2), 99–105. <https://doi.org/10.31603/nursing.v7i2.3076>