

# HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN DENGAN SELF CARE MANAGEMENT PADA PENDERITA HIPERTENSI

Shifa Muhibah<sup>1</sup>, Mey Lys Cerya<sup>2</sup>, Suzanna Fabella Putri<sup>3</sup>

Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Ichsan Satya, Jl. Jombang Raya No.41, Jombang, Kec. Ciputat, Kota Tangerang Selatan Banten 15414 Indonesia

Corresponding Editor: meysoit@gmail.com

---

## ABSTRAK

**Pendahuluan :** Self Care Management adalah 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. Hipertensi dapat mempengaruhi kualitas hidup karena memerlukan pengobatan jangka panjang dan menyebabkan penyakit penyerta yang berujung pada kualitas hidup yang buruk. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan tingkat pengetahuan dan kualitas hidup terhadap self care management pada pasien hipertensi. **Tujuan penelitian :** Untuk mengetahui hubungan tingkat pengetahuan dengan *self care management* pada penderita hipertensi di RW 05 Kelurahan Bojongsari Kota Depok. **Metode :** Menggunakan desain penelitian kuantitatif observasional dengan pendekatan *Cross Sectional*. Sampel pada penelitian berjumlah 40 responden dengan teknik pengambilan sampel secara *simple random sampling*. **Hasil Penelitian :** Berdasarkan hasil uji alternatif *chi-square* yakni uji *Fisher's Exact* didapatkan hasil sebagian besar responden yang merupakan penderita hipertensi memiliki tingkat pengetahuan yang baik dengan perilaku *self care management* baik sebesar (64,0%). Analisa hubungan menggunakan uji *Fisher's Exact* didapatkan nilai signifikan *p value* = 0,005 (<0,05), maka hipotesis dalam penelitian ini  $H_a$  diterima dan  $H_0$  ditolak, dan didapatkan OR (CI: 95%) 11,556 (2,115-63,127). **Kesimpulan :** Adanya hubungan tingkat pengetahuan dengan *self care management* pada penderita hipertensi di RW 05 Kelurahan Bojongsari Kota Depok. disimpulkan semakin baik pengetahuan seseorang maka akan semakin baik juga *self care management* yang dilakukan. **Saran :** Diharapkan hasil penelitian ini dapat dijadikan masukan untuk bahan pertimbangan puskesmas, rumah sakit, dan pelayanan kesehatan lainnya yang digunakan untuk meningkatkan pelayanan kesehatan dan merancang kebijakan pelayanan keperawatan dalam menentukan standar operasional prosedur dengan cara melakukan pendidikan atau pelatihan berkelanjutan sehingga tingkat kepatuhan dan tindakan keperawatan menjadi lebih baik.

**Kata Kunci:** Tingkat Pengetahuan, *Self Care Management*, Hipertensi

## ABSTRACT

**Introduction:** *Self Care Management* is a patient's self-care activity to improve quality of life. Knowledge of hypertension is essential to control treatment and avoid complications. The more one knows about hypertension, the better one can control the disease. Hypertension can affect quality of life because it requires long-term treatment and causes comorbidities that lead to poor quality of life. This study aims to determine the relationship between the level of knowledge and quality of life towards self-care management in hypertensive patients. **Research objectives:** To determine the relationship between knowledge level and self-care management in patients with hypertension in RW 05 Bojongsari Village, Depok City. **Methods:** Using an observational quantitative research design with a *Cross Sectional* approach. The sample in the study amounted to 40 respondents with simple random sampling **technique:** Based on the results of the alternative *chi-square* test, namely the *Fisher's Exact* test, it was found that most respondents who were hypertensive patients had a good level of knowledge with good self-care management behavior (64.0%). Analysis of the relationship using the *Fisher's Exact* test obtained a significant value of *p value* = 0.005 (<0.05), so the hypothesis in this study  $H_a$  is accepted and  $H_0$  is rejected, and obtained OR (CI: 95%) 11.556 (2.115-63.127). **Conclusion:** There is a relationship between the level of knowledge and self-care

*management in hypertensive patients in RW 05 Bojongsari Village, Depok City. It is concluded that the better a person's knowledge, the better the self-care management will be. **Suggestion:** It is hoped that the results of this study can be used as input for consideration of health centers, hospitals, and other health services used to improve health services and design nursing service policies in determining standard operating procedures by conducting continuous education or training so that the level of compliance and nursing actions becomes better.*

**Keywords:** *Knowledge Level, Self Care Management, Hypertension*

## PENDAHULUAN

Hipertensi, atau yang lebih dikenal sebagai tekanan darah tinggi, Sudah Diperkirakan 1,28 miliar orang dewasa berusia 30-70 tahun diseluruh dunia menderita hipertensi, dan 46% orang dewasa dengan hipertensi tidak menyadari / memahami bahwa mereka memiliki kondisi tersebut (WHO, 2023). Meskipun sebagian besar penderita hipertensi tidak menunjukkan gejala yang jelas, penting bagi mereka untuk rutin memantau tekanan darah dan menjalani pengobatan yang diresepkan oleh dokter untuk mengendalikan kondisi mereka (Hermansyah, 2013)

Self Care Management adalah aktivitas perawatan diri pasien untuk meningkatkan kualitas hidup. (Efriani et al., 2023) Pasien hipertensi harus memiliki kemampuan untuk merawat diri sendiri, termasuk mengikuti resep obat, memantau tekanan darah secara teratur, mengubah pola makan, mengurangi berat badan, dan meningkatkan aktivitas fisik. (Rozani, 2020).

Meskipun sebagian besar penderita hipertensi tidak menunjukkan gejala yang jelas, penting bagi mereka untuk rutin memantau tekanan darah dan menjalani pengobatan yang diresepkan oleh dokter untuk mengendalikan kondisi mereka (Hermansyah, 2013). Dari besarnya angka kasus kematian yang diakibatkan hipertensi tidak dapat dikendalikan, penderita tidak mengetahui bahwa dirinya harus mengkonsumsi obat anti hipertensi secara regular dan melakukan *self care management* untuk menghindari risiko kejadian hipertensi (Depkes RI, 2006).

*Self care management* pada pasien hipertensi mencakup semua usaha pasien untuk mengatur diri dan menjaga perilaku yang efektif. (Sihotang, 2020). Namun meskipun *self care management* ini sangat membantu dalam menimalisir resiko komplikasi, faktanya saat ini masih banyak penderita hipertensi yang tidak mampu untuk melakukan *self care management*. Banyak dari masyarakat yang belum rutin untuk mengontrol tekanan darah, patuh minum obat secara teratur, dan belum menerapkan perilaku hidup sehat dalam kehidupan sehari-harinya. (Salami, 2018).

Hal ini didukung oleh penelitian (Anisa Dwi Cahyani, 2020) dalam judul “Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan *Self Care Management* Pasien Hipertensi Selama Masa Pandemi *COVID-19*” berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh peneliti, didapatkan bahwa paling banyak responden memiliki tingkat pengetahuan rendah sebanyak 37 orang (78,7%). Dan didapatkan sejumlah 21 orang (44,7%) memiliki *self care management* sedang.

## METODE PENELITIAN

Menggunakan desain penelitian kuantitatif observasional dengan pendekatan *Cross Sectional*. Sampel pada penelitian berjumlah 40 responden dengan teknik pengambilan sampel secara *simple random sampling*.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### A. Hasil penelitian

#### 1. Analisa Univariat

##### a. Distribusi Frekuensi berdasarkan Usia

**Tabel 1**  
**Distribusi Frekuensi karakteristik Berdasarkan Usia Responden Di RW 05 Kelurahan Bojongsari Baru**

Kategori	Frekuensi (n)	Presentase (%)
Dewasa Akhir 36 – 45 Tahun	12	30,0
Lansia Awal 46 – 55 Tahun	28	70,0
<b>Total</b>	<b>40</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel 1 diatas menunjukkan bahwa dari 40 responden penderita hipertensi pada penelitian ini sebagian besar masuk dalam kategori lansia awal berusia 46 – 55 tahun sebanyak 28 responden (70,0%) dan kategori dewasa awal yang berusia 36 – 45 tahun berjumlah 12 responden (30,0%).

##### b. Distribusi Frekuensi berdasarkan Jenis Kelamin

**Tabel 2**  
**Distribusi Frekuensi karakteristik Berdasarkan Jenis Kelamin Responden Di RW 05 Kelurahan Bojongsari Baru**

Kategori	Frekuensi (n)	Presentase (%)
Laki – Laki	11	27,5
Perempuan	29	72,5
<b>Total</b>	<b>40</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel 2 diatas menunjukkan bahwa dari 40 responden penderita hipertensi pada penelitian ini sebagian besar berjenis kelamin perempuan sebanyak 29 responden (72,2%) dan berjenis kelamin Laki- laki berjumlah 11 responden (27,5%).

##### c. Distribusi Frekuensi berdasarkan Pendidikan Terakhir

**Tabel 3**  
**Distribusi Frekuensi karakteristik Berdasarkan Pendidikan Terakhir Responden Di RW 05 Kelurahan Bojongsari Baru**

Kategori	Frekuensi (n)	Presentase (%)
SD	18	45,0
SMP	11	27,5
SMA	8	20,5
Perguruan Tinggi	3	7,5
<b>Total</b>	<b>40</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa dari 40 responden penderita hipertensi pada penelitian ini memiliki riwayat pendidikan rendah yaitu SD sebanyak 18 responden (45,0%), yang memiliki riwayat pendidikan SMP berjumlah 11 responden (27,5%), yang memiliki riwayat pendidikan SMA dengan jumlah 8 responden (20,5%), dan yang memiliki riwayat pendidikan Perguruan Tinggi berjumlah 3 responden (7,5%).

**d. Distribusi Frekuensi berdasarkan Tingkat Pengetahuan**

**Tabel 4.**  
**Distribusi Frekuensi Berdasarkan Pendidikan Tingkat pengetahuan responden Di RW 05 Kelurahan Bojongsari Baru**

<b>Kategori</b>	<b>Frekuensi (n)</b>	<b>Presentase (%)</b>
Baik	25	62,5
Cukup	12	30,0
Kurang	3	7,5
<b>Total</b>	<b>40</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel 4 diatas dapat dilihat bahwa dari 40 responden penderita hipertensi pada penelitian ini memiliki pengetahuan baik sebanyak 25 responden (62,5%), diikuti dengan pengetahuan cukup sebanyak 12 responden (30,0%), dan pengetahuan kurang sebanyak 3 responden (7,5%).

**e. Self care Management**

**Tabel 5**  
**Distribusi Frekuensi Berdasarkan perilaku *Self care management* responden Di RW 05 Kelurahan Bojongsari Baru**

<b>Kategori</b>	<b>Frekuensi (n)</b>	<b>Presentase (%)</b>
Baik	18	45,0
Cukup	8	20,0
Kurang	14	35,0
<b>Total</b>	<b>40</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel diatas dapat dilihat bahwa dari 40 responden penderita hipertensi pada penelitian ini memiliki perilaku *self care management* baik sebanyak 18 responden (45,0%), yang memiliki perilaku *self care management* cukup berjumlah 8 responden (20,0%), dan yang memiliki perilaku *self care management* kurang yakni sebanyak 14 responden (35,0%).

## 2. Analisa Bivariat

- a. Hubungan tingkat pengetahuan dengan *self care management* pada penderita hipertensi.

**Tabel 6**  
Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan *Self Care Management* Pada Penderita Hipertensi Di RW 05 Kelurahan Bojongsari Baru

Tingkat Pengetahuan	Self Care Management			<i>P</i> value	CI (95%)
	Baik	Kurang Baik	Total		
Baik	16 (64,0%)	9 (36,0%)	25 (100%)	0,005	11,556 (2,115-63,127)
Kurang Baik	2 (13,3%)	13 (86,7%)	15 (100%)		
<b>Total</b>	18 (45,0%)	22 (55,0%)	40 (100%)		

Berdasarkan Analisa bivariat hubungan tingkat pengetahuan dengan *self care management* pada penderita hipertensi di RW 05 Kelurahan Bojongsari Kota Depok, dapat diketahui bahwa dari 40 responden penderita hipertensi yang memiliki tingkat pengetahuan baik sebanyak 25 responden, dengan 16 responden (64,0%) menunjukkan perilaku *self care management* yang baik, dan penderita hipertensi yang memiliki pengetahuan baik dengan perilaku *self care management* kurang baik sebanyak 9 responden (36,0%). Sedangkan penderita hipertensi yang memiliki pengetahuan kurang baik sebanyak 15 responden, dengan perilaku *self care management* baik sebanyak 2 responden (13,3%), dan yang memiliki pengetahuan kurang baik dengan perilaku *self care management* kurang baik sebanyak 13 responden (86,7%). Hasil uji *CrossSectional* dengan uji *Continuity Correction* di dapatkan hasil *p-value* = 0,005 (<0,005) maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima, artinya terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan dengan *self care management* pada penderita hipertensi Di RW 05 Kelurahan Bojongsari Baru. Dengan hasil *Odds Ratio* (OR) menunjukkan bahwa penderita hipertensi yang memiliki kemampuan *self care management* yang baik memiliki peluang 11,556, dibandingkan penderita hipertensi yang memiliki tingkat pengetahuan yang kurang baik.

## B. Pembahasan

### 1. Analisa Univariat

- a. Usia

Berdasarkan hasil Distribusi Frekuensi Karakteristik Usia Responden Di RW 05 Kelurahan Bojongsari Baru dengan jumlah sampel sebanyak 40 penderita *hipertensi*. Menunjukkan bahwa usia responden pada penelitian ini sebagian besar penderita hipertensi berusia 46–55 tahun yang termasuk dalam kategori lansia awal sebanyak 28 responden (70,0%). dengan rentan terendah 36 tahun dan tertinggi 55 tahun.

#### **b. Jenis Kelamin**

Berdasarkan hasil Distribusi Frekuensi Karakteristik jenis kelamin bahwa dari 40 responden pada penelitian ini menunjukkan sebagian besar berjenis kelamin perempuan dengan jumlah 29 responden (72,2%) dan untuk responden berjenis kelamin laki- laki sebanyak 11 responden (27,5%). Jenis kelamin memang merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi tekanan darah, orang yang berjenis kelamin perempuan lebih banyak menderita hipertensi dibandingkan laki-laki terutama pada penderita hipertensi dewasa akhir dan lansia.

#### **c. Pendidikan Terakhir**

Berdasarkan hasil Distribusi Frekuensi Karakteristik riwayat pendidikan terakhir dari 40 responden pada penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar berpendidikan SD dengan jumlah 18 responden (45,0%). Berdasarkan wawancara yang dilakukan pada penelitian ini responden rata-rata berpendidikan Sekolah Dasar karena faktor ekonomi dimana kurangnya biaya untuk melanjutkan pendidikan ke jenjang yang lebih tinggi.

Tingkat pendidikan tinggi tidak menjamin mempengaruhi pengetahuan seseorang. Pengetahuan baik tidak hanya diperoleh dari pendidikan tetapi dapat diperoleh dengan berbagai cara baik melalui inisiatif sendiri atau dorongan dari orang lain. (Angkawijaya dkk., 2016).

Hasil penelitian ini didukung oleh penelitian Sinuraya (2017) bahwa tidak ada hubungan signifikan antara pendidikan seseorang dengan pengetahuan tentang hipertensi ( $p=0,104$ ) karena disebabkan banyak faktor yang dapat mempengaruhi kejadian hipertensi seperti pola hidup, lingkungan dan genetik.

#### **d. Tingkat Pengetahuan**

Berdasarkan hasil Distribusi Frekuensi gambaran tingkat pengetahuan terhadap 40 responden penderita hipertensi pada penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar penderita hipertensi memiliki pengetahuan baik sebanyak 25 responden (62,5%). Hal ini didukung oleh penelitian Libri, dkk (2015) menyatakan bahwa pengetahuan sangatlah penting dalam terbentuknya suatu sikap, baik itu sikap positif atau negatif. Diharapkan dengan pengetahuan yang baik maka akan tercipta sikap yang positif terhadap apa yang diketahui seseorang.

#### **e. Self care Management**

Berdasarkan hasil Distribusi Frekuensi gambaran perilaku *self care management* hipertensi terhadap 40 responden pada penelitian ini menunjukkan

bahwa sebagian besar memiliki perilaku *self care management* baik yakni sebanyak 18 responden (45,0%), yang memiliki perilaku *self care management* cukup sebanyak 8 responden (20,0%), sedangkan yang memiliki perilaku *self care management* kurang yakni sebanyak 14 responden (35,0%). Hal ini sejalan dengan penelitian Salami (2017) yang mendapatkan hasil *self care behaviour* lansia hipertensi, kategori baik sebanyak 63%. Hal ini dapat disebabkan oleh adanya kesadaran yang tinggi pada responden dalam mengelola penyakitnya.

## 2. Analisa Bivariat

### a. Hubungan Tingkat pengetahuan dengan *self care management* pada penderita hipertensi

Berdasarkan hasil statistik dari data yang yang diperoleh oleh peneliti di RW 05 Kelurahan Bojongsari, di dapatkan bahwa dari 40 responden penderita hipertensi yang memiliki tingkat pengetahuan baik sebanyak 25 responden, dengan perilaku *self care management* baik sebanyak 16 responden (64,0%), dan penderita hipertensi yang memiliki pengetahuan baik dengan perilaku *self care management* kurang baik sebanyak 9 responden (36,0%). Sedangkan penderita hipertensi yang memiliki pengetahuan kurang baik sebanyak 15 responden, dengan perilaku *self care management* baik sebanyak 2 responden (13,3%), dan yang memiliki pengetahuan kurang baik dengan perilaku *self care management* kurang baik sebanyak 13 responden (86,7%).

Berdasarkan hasil uji statistik dalam Analisa Bivariat pada penelitian hubungan tingkat pengetahuan dengan *self care management* pada penderita hipertensi didapatkan hasil uji *Cross-Sectional* dengan uji *Continuity Correction* di dapatkan hasil  $p\text{-value} = 0,005 (<0,005)$  maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima, artinya terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan dengan *self care management* pada penderita hipertensi Di RW 05 Kelurahan Bojongsari Baru. Dengan hasil *Odds Ratio* (OR) menunjukkan bahwa penderita hipertensi yang memiliki kemampuan *self care management* yang baik memiliki peluang 11,556, dibandingkan penderita hipertensi yang memiliki tingkat pengetahuan yang kurang baik.

## KESIMPULAN

1. Karakteristik usia responden penderita hipertensi rata-rata berusia 46-55 tahun sebagian besar berada dalam kategori lansia awal sebanyak (70,0%), dengan jenis kelamin perempuan (72,5%). Dan berpendidikan rendah yakni SD (45,0%).
2. Sebagian besar responden memiliki tingkat pengetahuan yang baik sebesar (62,5%),
3. Sebagian besar responden yang memiliki perilaku *self care management* yang baik sebesar (45,0%).
4. Berdasarkan hasil analisa hubungan tingkat pengetahuan dengan *self care management* pada penderita hipertensi di RW 05 Kelurahan Bojongsari Kota Depok menggunakan uji *Cross-Sectional* dengan uji *Continuity Correction* di dapatkan hasil  $p\text{-value} = 0,005 (<0,005)$  maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima, artinya terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan dengan *self care management* pada penderita hipertensi Di RW 05 Kelurahan Bojongsari Baru. Dengan hasil *Odds Ratio* (OR) menunjukkan bahwa penderita hipertensi yang memiliki kemampuan *self care management* yang baik memiliki peluang 11,556, dibandingkan penderita hipertensi yang memiliki tingkat pengetahuan yang kurang baik.

## DAFTAR PUSTAKA

- Depkes RI. (2006). *Pharmaceutical Care Untuk Hipertensi*, Departemen Kesehatan RI, Jakarta. Departemen Kesehatan Republik Indonesia. (2013).
- Cahyani, A. D., Risca R, F., & Tanujiarso, B. A. Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Self Care Management Pasien Hipertensi Selama Masa Pandemi COVID-19 The relationship between level of knowledge and self care management of patients with hypertension during COVID-19 pandemic.
- 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. <https://doi.org/10.51817/bjp.v7i1.423>
- Hermansyah, M., Soenoko, R., & Setyanto, N. W. (n.d.). *HAZARD ANALYSIS AND CRITICAL CONTROL POINT (HACCP) PRODUKSI MALTOSA DENGAN PENDEKATAN GOOD MANUFACTURING PRACTICE (GMP)*. <http://JEMIS.ub.ac.id/2013>
- Pedoman Penanggulangan Nasional. Tbc.Jakarta: Depkes RI.
- Rozani, M., Pascasarjana, M., Keperawatan, U., & Muhammadiyah, Y. (2019). Perawatan Diri dan Faktor-faktor Terkait pada Pasien Hipertensi: Tinjauan Literatur. *Dinamika Kesehatan Jurnal Kebidanan Dan Keperawatan*, 10(1), 2549–4058. <https://doi.org/10.33859/dksm.v10i1>
- Salami, & Angga Wilandika. (2018). Hubungan Efikasi Diri Dan Dukungan Sosial Dengan Self Care Management Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Cijagra Lama Bandung. *Jurnal Keperawatan „Aisyiyah (JKA)*.
- Sihotang, R., Anggraini Utama, T., Aprilatutini, T., & Yustisia, N. (2020). Self Care Management Evaluation In Hypertension <https://ejournal.unib.ac.id/index.php/JurnalVokasiKeperawatan/article/download/13935/6995>
- WHO. (2010). *World Health Statistics 2010*. World Health Organization.
- WHO. (2023). Hipertensi. Pan American Health Organization.