Jurnal Ilmiah Kesehatan Vol 18 (1) March 2026 p-ISSN: 2301-9255 e:ISSN: 2656-1190
Page: 220 – 229

Hubungan *Self-Care Management* Dengan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Puskesmas Kecamatan Kramat Jati Jakarta Timur

[*]Ursula Arus Rinestaelsa[1], Atna Permana[2], Ratna Mutu Manikan[3], Dwinara Febrianti[4], Nurma Dewi[5], Khonsa Alimah Syahidah[6]

[1,4,5,6]Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Kesehatan, Universitas Mohammad Husni Thamrin
[2]Program Studi Tehnik Laboratorium Medik, Fakultas Kesehatan, Universitas Mohammad Husni Thamrin
[3]Program Studi Ilmu Gizi, Fakultas Kesehatan, Universitas Mohammad Husni Thamrin
Correspondence author: Ursula Arus Rinestaelsa, ursula_rinestaelsa@thamrin.ac.id, Jakarta, Indonesia

DOI : 10.37012/jik.v18i1.3644

Abstrak

Hipertensi merupakan masalah kesehatan global yang ditandai dengan tekanan darah ≥140/90 mmHg dan berkontribusi besar terhadap kematian dini, sebagian besar penderita hipertensi belum mencapai kontrol tekanan darah yang optimal. Di Indonesia, khususnya wilayah perkotaan seperti Jakarta Timur, hipertensi masih menjadi masalah utama di pelayanan kesehatan primer. Pengendalian hipertensi sangat bergantung pada *self-care management*, meliputi kepatuhan minum obat, pemantauan tekanan darah, aktivitas fisik, dan pola makan sehat. Namun, banyak pasien belum menerapkannya secara optimal. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain *cross-sectional* pada 104 responden dengan *simple random sampling*, dengan menggunakan kuesioner Kuesioner *Hypertension Self-Management Behaviour Questionnaire* (HSMBQ). Berdasarkan analisis bivariat dengan uji *Chi-Square*, diperoleh nilai p-value sebesar 0,000 (p < 0,05) yang menandakan adanya hubungan signifikan antara *self-care management* dan tekanan darah pada pasien hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Kecamatan Kramat Jati. Sebagian besar responden pasien hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Kecamatan Kramat Jati Jakarta Timur berada pada usia dewasa, didominasi perempuan, berpendidikan menengah, dan menderita hipertensi kurang dari lima tahun.

Kata Kunci: hipertensi, *self-care management*, tekanan darah.

Abstract

Hypertension is a global health problem characterized by blood pressure ≥140/90 mmHg and contributes significantly to premature mortality. Most patients with hypertension have not yet achieved optimal blood pressure control. In Indonesia, particularly in urban areas such as East Jakarta, hypertension remains a major problem in primary health care services. Hypertension management highly depends on self-care management, including medication adherence, blood pressure monitoring, physical activity, and a healthy diet. However, many patients have not implemented these behaviors optimally. This study used a quantitative method with a cross-sectional design involving 104 respondents selected using simple random sampling. Data were collected using the Hypertension Self-Management Behaviour Questionnaire (HSMBQ). Based on bivariate analysis using the Chi-Square test, the p-value obtained was 0.000 (p < 0.05), indicating a significant relationship between self-care management and blood pressure among hypertensive patients in the working area of Kramat Jati District Health Center. Most hypertensive patients in the working area of Kramat Jati District Health Center, East Jakarta, were adults, predominantly female, had a moderate level of education, and had been diagnosed with hypertension for less than five years.

Keywords: *hypertension, self-care management, blood pressure.*

PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan masalah kesehatan global yang ditandai dengan tekanan darah sistolik ≥140 mmHg dan/atau diastolik ≥90 mmHg. Kondisi ini berkontribusi terhadap lebih dari 10 juta kematian setiap tahun di seluruh dunia dan dikenal sebagai *silent killer* karena sering tidak menimbulkan gejala hingga terjadi kerusakan organ vital (WHO, 2023; Felix & Hadayna, 2021). Secara global, sekitar 1,4 miliar orang dewasa usia 30–79 tahun hidup dengan hipertensi, namun hanya sekitar 23% yang mampu mencapai kontrol tekanan darah yang baik (WHO, 2024).

Di Indonesia, prevalensi hipertensi pada orang dewasa mencapai 30,8% berdasarkan Survei Kesehatan Indonesia tahun 2023. Provinsi DKI Jakarta termasuk wilayah dengan peningkatan prevalensi yang cukup tinggi, dengan jumlah kasus hipertensi yang terus meningkat setiap tahunnya. Data Dinas Kesehatan DKI Jakarta tahun 2023 menunjukkan bahwa Jakarta Timur memiliki jumlah kasus hipertensi tertinggi dibandingkan wilayah lainnya. Di wilayah kerja Puskesmas Kecamatan Kramat Jati sendiri tercatat sebanyak 1.502 kasus hipertensi pada Oktober 2025, sehingga menunjukkan bahwa hipertensi masih menjadi masalah kesehatan utama di tingkat pelayanan kesehatan primer.

Pengendalian hipertensi sangat bergantung pada kemampuan individu dalam melakukan *self-care management*, yang meliputi kepatuhan minum obat, pemantauan tekanan darah, aktivitas fisik, serta penerapan pola makan sehat. *Self-care management* berperan penting dalam mempertahankan fungsi tubuh, mencegah komplikasi, dan meningkatkan kualitas hidup pasien hipertensi (Mahfud et al., 2019; Winata et al., 2018). Beberapa penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa *self-care management* memiliki hubungan signifikan dengan kontrol tekanan darah pada pasien hipertensi (Sonia et al., 2023; Mutmainna et al., 2023).

Studi pendahuluan yang dilakukan di Puskesmas Kecamatan Kramat Jati menunjukkan bahwa sebagian pasien hipertensi belum melakukan pemantauan tekanan darah secara rutin, tidak melakukan aktivitas fisik teratur, serta belum menerapkan diet hipertensi secara konsisten. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *self-care management* dengan tekanan darah pada pasien hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Kecamatan Kramat Jati, Jakarta Timur.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain *cross-sectional*, yaitu pengukuran variabel independen dan dependen dilakukan pada satu waktu tanpa adanya intervensi. Penelitian dilaksanakan untuk mengetahui hubungan antara *self-care management* dengan tekanan darah pada pasien hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Kecamatan Kramat Jati, Jakarta Timur.

Penelitian dilaksanakan di Puskesmas Kecamatan Kramat Jati, Jakarta Timur pada bulan November - Desember 2025. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pasien hipertensi rawat jalan di Puskesmas Kecamatan Kramat Jati pada Oktober 2025 yang berjumlah 1.502 pasien. Penentuan jumlah sampel menggunakan rumus sehingga diperoleh 104 responden. Teknik pengambilan sampel menggunakan *simple random sampling*, sehingga setiap anggota populasi memiliki peluang yang sama untuk terpilih sebagai responden.

Pengumpulan data dilakukan menggunakan *kuesioner Hypertension Self - Management Behaviour Questionnaire* (HSMBQ) dan kuesioner karakteristik responden. Setiap item menggunakan skala Likert, dengan rentang skor total 20–80. Untuk keperluan analisis, skor *self-care management* direkategorikan menjadi dua kategori, yaitu baik (51–80) dan rendah (20–50). Instrumen ini telah diuji validitas dan reliabilitas pada penelitian sebelumnya dengan nilai *Cronbach's Alpha* sebesar 0,902 yang menunjukkan reliabilitas sangat baik. Analisis univariat digunakan untuk menggambarkan karakteristik responden dan distribusi variabel penelitian dalam bentuk frekuensi dan persentase. Analisis bivariat dilakukan menggunakan uji *Chi-Square* untuk mengetahui hubungan antara *self-care management* dan tekanan darah pada pasien hipertensi dengan tingkat signifikansi $p < 0,05$.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Hasil Penelitian

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden

Kategori	Jumlah (n)	Persentase (%)
Usia Responden :		
Dewasa (18-59 tahun)	99	95.2%
Lansia (≥60 tahun)	5	4.8%
Total	**104**	**100%**
Jenis Kelamin :		
Laki-laki	43	41,3%
Perempuan	61	58.7%
Total	**104**	**100%**

Pendidikan Terakhir :		
Tidak Sekolah-SD	6	5.8%
SMP-SMA	86	82.7%
≥Diploma	12	11.5%
Total	**104**	**100%**
Lama Menderita Penyakit :		
Tahap awal: ≤5 tahun	47	45.2%
Tahap menengah: 6-10 tahun	39	37.5%
Tahap lanjut: >10 tahun	18	17.3%
Total	**104**	**100%**

Berdasarkan Tabel 1, sebagian besar responden berada pada kelompok usia dewasa (18-59 tahun) yaitu sebanyak 99 responden (95,2%). Mayoritas responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 61 responden (58,7%). Berdasarkan tingkat pendidikan, sebagian besar responden memiliki pendidikan menengah (SMP–SMA) yaitu sebanyak 86 responden (82,7%). Selain itu, berdasarkan lama menderita hipertensi, sebagian besar responden berada pada tahap awal (≤5 tahun) yaitu sebanyak 47 responden (45,2%).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Variabel *Self-Care Management*

Variabel	Frekuensi	Persentase
Self-Care Management :		
Baik (51-80)	14	13,5%
Rendah (20-50)	90	86,5%
Total	**104**	**100%**

Berdasarkan Tabel 2, dari 104 responden sebagian besar memiliki *self-care management* kategori rendah (20–50) yaitu 90 orang (86,5%). Responden dengan kategori baik (51–80) sebanyak 14 orang (13,5%). Data ini menunjukkan bahwa mayoritas pasien hipertensi masih memiliki kemampuan *self-care manangement* yang rendah.

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Variabel Tekanan Darah

Variabel	Frekuensi	Persentase
Tekanan darah :		
Terkontrol	7	6,7%
Tidak Terkontrol	97	93,3%
Total	104	100%

Berdasarkan Tabel 3, dari total 104 responden, sebagian besar memiliki tekanan darah tidak terkontrol yaitu sebanyak 97 orang (93,3%). Sementara itu, responden dengan tekanan darah terkontrol hanya berjumlah 7 orang (6,7%). Hasil ini menunjukkan bahwa mayoritas pasien hipertensi dalam penelitian ini belum mencapai target kontrol tekanan darah yang dianjurkan.

Tabel 4. Hubungan *Self-Care Management* dengan Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi

Self-Care Management	Tekanan Darah				Total		P-Value
	Terkontrol		Tidak Terkontrol				
	F	%	F	%	F	%	
Baik	6	42,9%	8	57,1%	14	100%	**0,000**
Rendah	1	1,1%	89	98,9%	90	100%	
Total	**7**	**6,7%**	**97**	**93,3%**	**104**	**100%**	

Berdasarkan Tabel 4, sebagian besar responden memiliki tekanan darah tidak terkontrol yaitu 97 responden (93,3%), sedangkan tekanan darah terkontrol sebanyak 7 responden (6,7%). Pada kelompok *self-care management* baik, 6 responden (42,9%) memiliki tekanan darah terkontrol, sedangkan pada kelompok *self-care management* rendah sebagian besar memiliki tekanan darah tidak terkontrol yaitu 89 responden (98,9%). Hasil uji *Chi-Square* menunjukkan nilai *p-value* 0,000 ($p < 0,05$) yang berarti terdapat hubungan signifikan antara *self-care management* dan tekanan darah pada pasien hipertensi.

2. Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden berada pada kelompok usia dewasa dan didominasi oleh perempuan dengan tingkat pendidikan menengah. Kondisi ini menunjukkan bahwa hipertensi tidak hanya terjadi pada kelompok lansia, tetapi juga banyak ditemukan pada usia produktif. Tingkat pendidikan juga dapat memengaruhi kemampuan individu dalam memahami informasi kesehatan dan menerapkan perilaku hidup sehat dalam pengelolaan hipertensi.

Berdasarkan lama menderita penyakit, hampir setengah responden berada pada tahap awal hipertensi (<5 tahun). Pada fase ini pasien umumnya masih dalam proses adaptasi terhadap kondisi penyakit, termasuk dalam menerapkan perubahan gaya hidup serta kepatuhan terhadap terapi. Namun demikian, hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden masih memiliki tekanan darah yang tidak terkontrol.

Selain itu, mayoritas responden memiliki tingkat *self-care management* yang rendah. *Self-care management* merupakan kemampuan individu dalam mengelola penyakit secara mandiri melalui kepatuhan minum obat, pemantauan tekanan darah, aktivitas fisik, serta penerapan pola makan sehat. *Self-care management* yang tidak optimal dapat menyebabkan tekanan darah sulit mencapai target yang dianjurkan.

Hasil analisis menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara *self-care management*

dan tekanan darah pada pasien hipertensi (p< 0,05). Responden dengan *self-care management* yang baik memiliki peluang lebih besar untuk memiliki tekanan darah terkontrol dibandingkan dengan responden yang memiliki *self-care management* rendah. Temuan ini menunjukkan bahwa peningkatan *self-care management* sangat penting dalam mendukung keberhasilan pengendalian tekanan darah pada pasien hipertensi.

SIMPULAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden pasien hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Kecamatan Kramat Jati Jakarta Timur berada pada usia dewasa, didominasi perempuan, memiliki pendidikan menengah, dan hampir setengahnya menderita hipertensi kurang dari lima tahun. Mayoritas responden memiliki self-care management yang rendah serta tekanan darah yang tidak terkontrol. Hasil uji *Chi-Square* menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara *self-care management* dan tekanan darah (p < 0,05). Temuan ini menunjukkan bahwa *self-care management* berperan penting dalam pengendalian tekanan darah pada pasien hipertensi.

REFERENSI

Abza, L.F., Yesuf, M.A., Emrie, A.A., Belay, A.S., Bekele, T.G., Tetema, M.D., Berriea, F.W., & Baymot, A. (2024). *Self-care adherence and associated factors among hypertensive patients at Guraghe Zone*, 2023. Heliyon, 10(10), e36985. https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2024.e36985

Amalia, I., Anggari, R.S., & Nuzula, F. (2022). Tingkat Pengetahuan *Self Management* Hipertensi dengan Perilaku Mengontrol Tekanan Darah pada Warga. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Rustida*, 9(2), 98-104. https://e-journal.akesrustida.ac.id/index.php/jikr/article/download/155/136/

Ayu Sofya, N., Chusnul Novita, N., & Afgani, M.W. (2024). Metode *Survey: Explanatory survey* dan *cross sectional* dalam penelitian kuantitatif. Edu Society: *Jurnal Pendidikan, Ilmu Sosial, dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(3). https://doi.org/10.56832/edu.v4i3.5566

Azizah, A., Padoli, P., & Suwito, J. (2022). Hubungan *Self Management* dengan Tekanan Darah pada Klien Hipertensi di Desa Jantiganggong Perak Kabupaten Jombang. *Jurnal Keperawatan*, 16(2), 115. https://jlttekkesdepkes-sby.ac.id/index.php/nersbaya/article/view/441

Bakar, S.F.N., Sari, S.P., & Komariah, M. (2024). The Relationship between Self-Management Hypertension with Blood Pressure in Elderly: A Cross Sectional Study. *Indonesian Journal of Global Health Research*, 6(4), 2005-2014. https://doi.org/10.37287/ijghr.v6i4.3258

Bar, A., Tawil, M.R., Rumaolat, W.W., Wilanda, A., & Syafrullah, H. (2025). Analisis kepatuhan kontrol tekanan darah hipertensi dengan hubungan lama sakit pasien pada pengunjung puskesmas tlogosari kulon. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 6(1), 2581.
https://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/jkt/article/download/42 131/27570/146958

Cahyani, E.Y. (2019). Gambaran *Self Management* Penderita Hipertensi Di Puskesmas Grogol Kabupaten Sukoharjo. Universitas Muhammadiyah Surakarta. https://eprints.ums.ac.id/73698/11/NASKAH%20PUBLIKASI.pdf

Dajani T, Bryant V, Sackett D and Allgood JA. "*Your Wellness Program Is Interfering With My Well-Being": Reducing the Unintended Consequences of Wellness Initiatives in Undergraduate Medical Education* [version 1]. MedEdPublish 2021, 10:146 https://doi.org/10.15694/mep.2021.000146.1

Eriyani, T., Sugiarto, F.I., Nurliyanti Hidayat, M., & Shalahuddin, I. (2022). Intervensi Berbasis *Self-Care* pada pasien Hipertensi: *A Scoping Review*. *Jurnal Keperawatan Padjadjaran*, 10(1), 41-48. https://ejurnal.ars.ac.id/index.php/keperawatan/article/view/2239

Firtriani, F., Afelya, T.I., & Nurfaizah, D.A. (2024). Faktor yang Mempengaruhi *Self-Management* Penderita Hipertensi. *Jurnal Keperawatan Tropis Papua*, 7(2), 1-8. http://ktp.jurnalpoltekkesjayapura.com/ktp/index

Karimi, M., Ghahremani, L., Rakhshani, T., Asadollahi, A., & Mohammad, A. (2024). *Predictors of self-care behaviors in hypertensive patients based on the protection motivation theory*. BMC Public Health, 24(1), 2974. https://doi.org/10.1186/s12889-024-20261-x

Kirana, S.A.C., Martyastuti, N.E., Lestari, A.S., Achjar, K.A.H., Nuryanti, Y., Gama, I.K., Fabanyo, I.J., Rukmini, Ratanto, N.G.H.P., Sudiantara, K., Pen., A.P., Mawaddah, N., Ariyanti, S., & Mustika, I.W. (2023). *Falsafah & Teori Keperawatan.* PT. Sonpedia Publishing Indonesia.

Kurnia, A.D., Hariyati, S., Melliza, N., Al-Husna, C.H., Amatayakul, A., & Handoko, A. (2023). *Personal factors related to self-care management among people with hypertension at primary health care: A cross-sectional study*. *Jurnal*

Keperawatan Padjadjaran, 11(3), 203-213. https://doi.org/10.24198/jkp.v11i3.2340

Mahfud, Barasila, B., & Indrayana, S. (2019). Dukungan Sosial berhubungan dengan *Self-Care Management* Pada Lansia Hipertensi Di Puskesmas Sedayu II. *Dinamika Kesehatan Jurnal Kebidanan dan Keperawatan,* 10(2). https://doi.org/10.33859/dksm.v10i2.463

Mandala, A.S., & Esfandiari, F. (2020). Hubungan Tekanan Darah Terkontrol dan Tidak Terkontrol terhadap Kadar *High Density Lipoprotein* Pasien Hipertensi. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada,* 11(1), 379-386. https://akper-sandikarsa.e-journal.id/JIKSH/article/view/376

Marbun, W.S., & Hutapea, L.M.N. (2022). Penyuluhan kesehatan pada penderita hipertensi dewasa terhadap tingkat pengetahuan hipertensi. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 6(1), 89-99. https://doi.org/10.31539/jks.v6i1.4170

Marinu W. (2023). Pendekatan Penelitian Pendidikan: Metode Penelitian Kualitatif, Metode Penelitian Kuantitatif dan Metode Penelitian Kombinasi (*Mixed Method*). *Jurnal Pendidikan Tambusai,* halaman 7(2614–3097), 2896–2910.

https://jptam.org/index.php/jptam/article/view/6187%0Ahttps://jptam.org/index.php/jptam/article/download/6187/5167

Muharam, M.R., Suhart, D., Ramdani, H.T., Puspita, T., & Wahyudin, W. (2024). *Self-Care Management* Penderita Hipertensi. *Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan Prima,* 10(1), 34-40.

Muzakkir, Husaeni, A., Mutmainna, A., & Muzdaliah, I. (2023). Pemberian *Health Education Salt Dietary* terhadap Pasien Hipertensi Di Kabupaten Majene. *Jurnal Pengabdian Nasional (Jpn) Indonesia*, 4(1), 171-178. https://doi.org/10.35870/jpni.v4i1.140

Pebrisiana, dkk. (2022). Hubungan Karakteristik dengan Kejadian Hipertensi pada Pasien Rawat Jalan Di RSUD DR. Doris Sylyvanus Provinsi Kalimantan Selatan. *Jurnal Surya Medika*. 8. 176-186. (2022).

Purnamasari, A., & Ningrum, H. (2023). Implementasi Program Pengelolaan Penyakit Kronis (Prolanis) di Masa Pandemi COVID-19 pada FKTP di Kota Malang. *Jurnal Kebijakan Kesehatan Indonesia,* 12(2), 84-96. https://doi.org/10.22146/jkki.81641

Puspita, T.E., & Rismawan, D. (2019). Hubungan efikasi diri dengan kepatuhan diet pada penderita hipertensi. *Jurnal Kesehatan Indra Husada,* 7(1), 32. https://doi.org/10.36973/jkih.v7i1.159

Putri, M., Ludiana, & Ayubbana, S. (2022). Penerapan Pemberian Relaksasi Otot Progresif

Terhadap Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Yosomulyo Kota Metro Tahun 2021. *Jurnal Cendikia Muda*, 2(2), 246. https://jurnal.dharmawacana.ac.id/index.php/jcm

Ramadhani, S., Sutiningsih, D., & Purnami, C.T. (2024). Implementasi standar pelayanan minimal bidang kesehatan pada penderita hipertensi di Puskesmas Kota Surakarta. *Healthy Tadulako Journal*, 10(2), 316–323. https://doi.org/10.22487/htj.v10i2.832

Rantetondok, E.T., Zainal, S., & Kadrianti, E. (2024). *Pengaruh Self Management* Terhadap Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di RSUP Dr Tadjuddinchalid Makassar. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa & Penelitian Keperawatan*, 4(1), 123.

Ratna Dila, S. (2023). Faktor Penyebab Hipertensi Pada Pasien Dewasa Di Puskesmas Dinoyo Kota Malang. *Sainsbertek Jurnal Ilmiah Sains & Teknologi*, 3(2), 19–27. https://doi.org/10.33479/sb.v3i2.217

Reddy, B.M., Ganguly, E., & Sharma, P.K. (2018). *Hypertension and its Correlates in the Oldest Old Population Aged 80 Years and Above in Urban South India. Journal of gerontology & geriatric research*, 7(3), 472. https://doi.org/10.4172/2167-7182.1000472

Retno Widayanti, & Sitti Rahma Soleman. (2023). Gambaran Pengetahuan Tentang *Self-Care Management* Pada Pasien Hipertensi Di Puskesmas Sragen. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Mandira Cendikia*, 2(9), 349–367. Retrieved from https://journal.mandiracendikia.com/index.php/JIK-MC/article/view/559

Rizkawati, M., Fairuz, R.A., & Absari, N.W. (2023). Potensi tanaman herbal bunga telang sebagai alternatif antihipertensi. *Healthy Tadulako Journal*, 9(1), 43–50. https://doi.org/10.22487/htj.v9i1.637

Sari, S.D., & Legiran, L. (2024). Desain cross sectional bagi penelitian bidang kebidanan. *Stetoskop: The Journal of Health Science*, 1(1), 18-25. Retrieved from https://rumah-jurnal.com/index.php/stjhs/article/view/88

Sonia, F.S., Subiyanto, P., & Noviati, B.E. (2023). Hubungan self management behaviour terhadap pengendalian tekanan darah pada pasien hipertensi. *Jurnal Keperawatan Klinis dan Komunitas*, 7(3), 173. https://doi.org/10.22146/jkkk.90070

Sriwana, S., Faizal, K. M., & Meilando, R. (2025). Hubungan *Management Self Care* Terhadap Pengontrolan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Puskesmas Gerunggang Tahun 2024. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 6(1), 1927.

Sugiyono. (2020). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R & B.* CV. Alfabeta.

Susilowati, D., Kusyairi, A., & Salam, A.Y. (2023). Hubungan Lama Menderita Hipertensi dan Derajat Hipertensi dengan Gangguan Fungsi Kognitif pada Penderita Hipertensi di Desa AlassumurLor. JIK-MC: *Jurnal Ilmu Kesehatan Mandira Cendikia*, 4(10). https://journal-mandiracendikia.com/jikmc/

Syakura, A., Nursalam, N., & Andri, S.W. (2020). *Self-care Management to Prevent Exacerbation for Patients with Chronic Obstructive Pulmonary Disease* (COPD): *A Systematic Review*. *International Journal of Nursing and Health Services*, 3(3), 228. https://doi.org/10.35654/ijnhs.v3i3.228

Telaumbanua, A.C., & Rahayu, Y. (2021). Penyuluhan dan Edukasi Tentang Penyakit Hipertensi. *Jurnal Abdimas Saintika*, 3(1), 119. http://dx.doi.org/10.30633/jas.v3i1.1069

Triyanto, E. (2014). *Pelayanan Keperawatan bagi Penderita Hipertensi Secara Terpadu*. Graha Ilmu.

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://jurnal.stikespgicikini.ac.id/index.php/JKC/article/view/186

Winata, I.G., Asyrofi, A., & Nurwijayanti, A.M. (2018). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan *Self Care* Pada Orang Dewasa yang Mengalami Hipertensi Di Puskesmas Kendal 01 Kabupaten Kendal. *Jurnal Manajemen Asuhan Keperawatan*, 2(2), https://doi:10.33655/mak.v2i2.33

Yunandar, R., Soekiswati, S., Basuki, S.W., Triastuti, N.J., & Istiqomah, N. (2025). Hubungan usia, pendidikan, dan tingkat pengetahuan dengan kejadian hipertensi berpendekatan *cross sectional. Jurnal Keilmuan dan Keislaman*. https://doi.org/10.23917/jkk.v4i2.399

Yunus, M., Aditya, I.W.C., & Eksa, D.R. (2021). Hubungan usia dan jenis kelamin dengan kejadian hipertensi di Puskesmas Haji Pemanggilan Kecamatan Anak Tuha Kab. Lampung Tengah. *Jurnal Ilmu Kedokteran dan Kesehatan*, 8(3), 229.