



**PENGARUH PENGETAHUAN DAN DUKUNGAN
KELUARGA TERHADAP SELF CARE MANAJEMEN
PADA PENDERITA HIPERTENSI DENGAN PENDEKATAN
TEORI DOREOTHEA E OREM**

Ike Pramadaningati¹

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Kepanjen Malang
Ikepramadaningati00@gmail.com

Wiwit Dwi Nurbadriyah²

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Kepanjen Malang

Riza Fikriana³

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Kepanjen Malang

Abstrak

Self care manajemen pada penderita hipertensi adalah suatu kemampuan individu dalam melakukan aktifitas diri untuk mempertahankan hidup, meningkatkan serta memelihara kesehatan untuk kesejahteraan individu agar terhindar dari komplikasi. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk Menganalisis pengaruh pengetahuan dan dukungan keluarga terhadap *Self care Management* Pada Penderita Hipertensi Dengan Pendekatan Teori Dhorothea E Orem. Jenis penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif, menggunakan desain *deskriptif analitik* dengan pendekatan *cross-sectional*. Sampel yang diambil menggunakan teknik *purposive sampling* di posyandu lansia Desa Pamotan sebanyak 65 responden. Pengambilan data dilakukan dengan membagikan kuesioner kepada responden. Uji statistic yang digunakan yaitu uji analisis regresi linear berganda. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada pengaruh pada variabel pengetahuan dengan hasil *p-value* 0,004 serta koefisien Regresi sebesar 1.051, dan terdapat pengaruh pada variabel dukungan keluarga dengan hasil *p value* yaitu 0,007 serta nilai koefisien regresi sebesar 0,248. Berdasarkan hasil statistic tersebut disimpulkan bahwa variabel pengetahuan dan dukungan keluarga berpengaruh terhadap *self care manajemen* pada penderita hipertensi.

Kata Kunci: Pengetahuan, dukungan keluarga, self care manajemen, hipertensi

Abstract

Self care management in patients with hypertension is an individual's ability to carry out self-activities to maintain life, improve and maintain health for individual well-being to avoid complications. The purpose of this study was to analyze the effect of knowledge and family support on Self-care Management in Hypertensive Patients with Dhorothea E Orem Theory Approach. This type of research is a quantitative study, using a design analytical descriptive with a approach cross-sectional. Samples were taken using a purposive sampling technique in the elderly posyandu in Pamotan Village as many as 65 respondents. Data collection was done by distributing questionnaires to respondents. The statistical test used is multiple linear regression analysis test. The results show that there is an influence on the knowledge variable with a p-value 0.004 and a regression coefficient of 1.051, and there is an influence on the support variable family with a p-value of 0.007 and a regression coefficient value of 0.248. Based on these statistical results, it was concluded that the variables of knowledge and family support had an effect on self-care management in patients with hypertension

Keywords: Knowledge, Family support, self-care management, hypertension

PENDAHULUAN

Self care managemen atau manajemen perawatan diri pada penderita hipertensi adalah suatu tindakan untuk merubah perilaku, pikiran dan perasaan penderita hipertensi, dengan tujuan untuk membantu penderita dalam merubah perilaku kebiasaan gaya hidup tidak sehat, mengembangkan keterampilan penderita dalam merawat diri guna meningkatkan derajat kesehatan secara mandiri untuk meminimalisir terjadinya komplikasi (Isnaini & Lestari, 2018). Namun meskipun *self care management* ini sangat membantu dalam meminimalisir resiko komplikasi, faktanya saat ini masih banyak penderita hipertensi yang tidak mampu untuk melakukan *self care managemen*. 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. Masyarakat cenderung mengontrol dan minum obat anti-hipertensi

ketika gejala hipertensi sudah mulai muncul (Salami & Wilandika, 2018).

Hipertensi yang tidak terkontrol akan berbahaya bagi penderita hipertensi dan menyebabkan timbulnya komplikasi (Anshari, 2020). Menurut data WHO, sekitar 972 juta orang atau 26,4% orang didunia mengidap penyakit hipertensi, angka akan semakin meningkat menjadi 29,2 % ditahun 2025. Dari 972 penderita hipertensi, terdapat 333 juta orang berada di negara maju dan 632 juta orang berada di negara berkembang termasuk negara Indonesia. Hasil studi menunjukkan prevalensi hipertensi di Indonesia mencapai 31,7 %, sekitar 60% penderita hipertensi berakhir dengan komplikasi seperti stroke, sedangkan sisanya mengakibatkan penyakit jantung, gagal ginjal, dan kebutaan (Yonata & Pratama, 2016). Angka kejadian hipertensi di Propinsi Jawa Timur sebesar 22,71% atau sekitar 2.360.592 penduduk, dengan proporsi 18.99% laki-laki atau sekitar

808.009 penduduk dan 20,11% pada perempuan sebesar 18.76% atau sekitar 1.146.412 penduduk (Dinkes Provinsi Jawa Timur, 2019). Berdasarkan hasil studi menyatakan kejadian hipertensi di kota Malang pada tahun 2016 sebesar 7,32%. Angka ini meningkat sebesar 1.68% mendai 9 % pada tahun 2017 (Dinkes Provinsi Jawa Timur, 2019). Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 14 september 2020 didapatkan data jumlah penduduk di Desa Pamotan Kec. Dampit Kab. Malang adalah 13.801 penduduk, laki-laki 6.908 jiwa dan perempuan sebanyak 6.893 jiwa dengan prevalensi hipertensi 39%. Didapatkan juga data terdapat 78 lansia penderita hipertensi yang mengikuti posyandu lansia di Desa Pamotan Kec. Dampit Kab. Malang. Dari hasil observasi yang dilakukan terhadap 10 lansia penderita hipertensi bahwa pengetahuan penderita tergolong rendah, sebagian besar penderita tidak memahami tentang penyebab hipertensi dan cara manajemen perawatan diri terhadap hipertensi, Serta dukungan keluarga

terhadap penderita hipertensi juga tergolong kurang.

Self care management hipertensi sangat dibutuhkan untuk mencegah penurunan kesehatan, selain itu *self care management* hipertensi diharapkan dapat meningkatkan kemampuan seseorang dalam melakukan penanganan hipertensi secara mandiri dalam melakukan perawatan untuk mempertahankan kesehatan dan kualitas hidup individu dalam meonitoring tekanan darah. (Mahfud, Barasila, & Indrayana, 2019) *Self care management* yang dilakukan pasien berkaitan erat dengan teori yang dikemukakan oleh Orem atau teori model konseptual Orem yang dikenal sebagai *self care deficit theory of nursing*, Orem berpendapat bahwa pada dasarnya manusia mempunyai kemampuan untuk merawat dirinya sendiri atau yang biasa disebut dengan *Self care agency* (Sagala, 2019). Menurut penelitian (Romadhon, Aridamayanti, Syanif, & Sari, 2020) Faktor-faktor predisposisi *self care manajemen* adalah sosial ekonomi, pendidikan,

pengetahuan, peningkatan usia, dan persepsi terhadap penyakit. Dalam penelitiannya juga disebutkan beberapa faktor keberhasilan *self care manajemen* hipertensi yaitu berupa dukungan keluarga, self efficacy dan spiritualitas. Tingkat pengetahuan penderita hipertensi sangat penting dalam *self care manajemen* hipertensi, pengetahuan yang baik akan mendukung keberhasilan dan berdampak pada peningkatan gaya hidup sehat pada penderita hipertensi (Amila, Sinaga, & Sembiring, 2018). Selain pengetahuan, Dukungan keluarga juga sangat dibutuhkan dalam manajemen perawatan diri pada pasien hipertensi, dengan adanya keterlibatan keluarga dalam perawatan diri pada penderita hipertensi maka akan membantu keberhasilan dalam terapi hipertensi serta dapat mempengaruhi semangat penderita hipertensi untuk mempertahankan status kesehatannya (Efendi & Larasati, 2017)

Dari fenomena yang diuraikan diatas peneliti tertarik melakukan penelitian tentang “ Pengaruh Pengetahuan Dan Dukungan Keluarga Terhadap *Self Care Management* Pada Penderita Hipertensi Dengan Pendekatan Teori Dorothea E Orem “.

METODOLOGI

Desain penelitian ini adalah Jenis penelitian ini merupakan penelitian *kuantitatif*, menggunakan desain *deskriptif analitik* dengan pendekatan *cross-sectional*. Penelitian ini dilakukan secara *door to door* terhadap responden dengan memberikan kuesioner yang dilaksanakan pada bulan februari 2021. Variabel dalam penelitian ini adalah pengetahuan, dan dukungan keluarga terhadap *self care manajemen* pada penderita hipertensi. Populasi dalam penelitian ini adalah lansia di poayandu lansia Desa Pamotan Dampit, Kabupaten Malang.

Teknik *purposive sampling* dengan kriteria inklusi Penderita hipertensi dengan tekanan darah

sistolik > 140 mmHg dan diastolic > 90 mmHg, penderita hipertensi dengan rentan usia 45 -90 tahun, penderita hipertensi yang bersedia untuk menjadi responden, penderita hipertensi yang terdaftar sebagai warga Desa Pamotan Kec. Dampit Kab. Malang.

Instrument yang digunakan dalam penelitian ini terdiri dari 3 kuesioner. Kuesioner pengetahuan, dukungan keluarga dan *self care manajemen* dimana masing-masing kuesioner memiliki pertanyaan 10, serta pada kuesioner dukungan keluarga berjumlah 12 pernyataan dan kuesioner self care manajemen berjumlah 10 pernyataan yang telah dimodifikasi oleh peneliti. Dalam penelitian ini memperhatikan etika penelitian yaitu *respect for human dignity, respect privacy and confidentiality, respect for justice and inclusiveness, belancing harms and benefist.*

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil dari penelitian ini ditampilkan dalam tabel sebagai berikut :

Tabel 1: Karakteristik Sociodemografi Responden Di Desa Pamotan Kec. Dampit Kab. Malang

Jenis Kelamin	Frequency (f)	Percent (%)
Laki-laki	1	1,5%
Perempuan	64	98,5%
Total	65	100%
Usia	Frequency (f)	Percent (%)
Usia 45-59 tahun	8	12,3%
Usia 60-74 tahun	49	75,4%
Usia 75-90 tahun	8	12,3%
Total	65	100%
Tekanan Darah	Frequency (f)	Percent (%)
120-139/80-89 mmHg	8	12,3%
140-159/90-99 mmHg	33	50,8%
> 160 mmHg	24	36,9%
Total	65	100%
Pendidikan	Frequency (f)	Percent (%)
Tidak sekolah	9	13,8%
Tamat SD	44	67,7%
Tamat SMP	11	16,9%
Tamat SMA	1	1,5%
Total	65	100%

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan bahwa kategori jenis kelamin perempuan lebih besar (98,5%) yakni dengan jumlah 64 responden. Pada kategori usia menunjukkan jika mayoritas responden dengan usia lanjut usia yakni kisaran usia 60-74

tahun (75,4%) sebanyak 49 responden, dengan pendidikan yang lebih banyak hanya sampai SD (67,7%) yakni sebanyak 44 responden. Kemudian pada penelitian ini didapatkan hasil jika mayoritas responden penderita hipertensi tahap 1 (140-159/90-99 mmHg) yaitu sebanyak 33 responden (50,8%).

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Kategori

Variabel	Kategori	Frekuensi	Presentase %
Pengetahuan	Baik	20	30,8%
	Cukup	39	60,0%
	Kurang	6	9,2%
Dukungan Keluarga	Baik	59	90,8%
	Cukup	5	7,7%
	Kurang	1	1,5%
Self Care Manajemen	Baik	63	96,9%
	Cukup	2	3,10%

Berdasarkan tabel 2 mendapatkan hasil nilai variabel pada kategori yang memiliki nilai tertinggi pada variabel pengetahuan dengan jumlah presentase 60,0% pada kategori cukup, kemudian pada variabel dukungan keluarga pada

kategori baik memiliki nilai tertinggi yakni 90,8%, selanjutnya pada variabel self care manajemen kategori yang paling tinggi di tujukan pada kategori baik sebesar 96,9%.

Tabel 3 Hasil Uji Regresi

Mode		Unstan	Standardizes	T	Sig.	
1		darized	Coefficient			
			Coeffici			
			ent			
1	(Constant)	12.720	3.514	3,620	0,01	
	Pengetahuan	1.051	.355	.339	2,965	0,004
	Dukungan Keluarga	.248	.088	.321	2,805	0,007

Berdasarkan tabel 3 dengan model pertama pada variabel pengetahuan mendapatkan nilai 0,004 < 0,05 sehingga variabel pengetahuan berpengaruh terhadap variabel *self care manajemen* hipertensi. Dan pada variabel dukungan keluarga mendapatkan hasil nilai 0,007 yang berarti kurang dari 0,05. Sehingga dapat disimpulkan bahwa variabel pengetahuan dan dukungan keluarga berpengaruh terhadap *self care manajemen* pada penderita hipertensi di posyandu lansia Desa Pamotan Kec. Dampit Kabupaten Malang.

PEMBAHASAN

Pengaruh Pengetahuan Terhadap Self Care Manajemen Pada Penderita Hipertensi

Berdasarkan hasil uji statistic menunjukan bahwa pengetahuan berpengaruh terhadap *self care manajemen* pada penderita hipertensi. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya oleh (PALIT, Rakinaung, & Bunga, 2017) yang menyatakan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan tingkat pengetahuan tentang self manajemen pada penderita hipertensi dengan hasil *p-value* 0,000. Pengetahuan tentang hipertensi menjadi salah satu yang mempunyai peran yang cukup besar dalam hal manajemen diri dari Hipertensi, menurutnya pengetahuan akan meningkatkan kesadaran seseorang dalam melakukan kontrol terhadap tekanan darah tinggi (Wei & Omar, 2017) dalam (Sukinah, Ratu, & Weramas, 2020). Dalam penelitian yang dilakukan oleh Sagala (2019) menyatakan bahwa pengetahuan yang dimiliki oleh seorang individu akan meningkatkan rasa percaya diri dan menumbuhkan keyakinan

individu tersebut dalam efektifitas pengobatan hipertensi, penelitian tersebut membuktikan bahwa semakin Penelitian tersebut menunjukkan bahwa seorang individu yang mendapatkan informasi tentang suatu penyakit dan cara pengobatan penyakit, kemungkinan individu akan berhasil dalam memajemen penyakit tersebut.

Faktor faktor yang mempengaruhi pengetahuan menurut Notoatmodjo (2010) dalam (Retnaningsih, 2016) sebagai berikut:

1. Pendidikan

Pengetahuan berhubungan erat dengan pendidikan, seorang individu dengan pendidikan tinggi maka akan semakin luas pengetahuannya. Dengan tingginya pendidikan diharapkan tingkat pengetahuan seseorang akan bertambah dan dapat diaplikasikan dalam kehidupan setiap harinya

2. Informasi / media masa

Informasi yang diperoleh dari pendidikan formal maupun nonformal dapat memberikan

pengaruh jangka pendek, sehingga dapat menghasilkan perubahan atau peningkatan pengetahuan. Berkembangnya teknologi akan menyediakan bermacam-macam media massa yang dapat mempengaruhi pengetahuan masyarakat dalam inovasi baru.

3. Sosial, budaya dan ekonomi

Kebiasaan dan tradisi yang dilakukan seseorang tanpa melalui penalaran apakah yang dilakukannya baik atau buruk. Dengan begitu, akan menambah pengetahuan individu meskipun tidak melakukan. Status ekonomi seseorang juga akan menentukan tersedianya fasilitas yang diperlukan untuk kegiatan tertentu, semakin lengkap fasilitas dalam proses belajar maka semakin banyak pengetahuan yang didapat.

4. Lingkungan

Lingkungan berpengaruh terhadap pengetahuan. Hal ini terjadi karena adanya interaksi timbal balik ataupun tidak, yang

akan direspons sebagai pengetahuan oleh individu.

5. Pengalaman

Pengalaman mempengaruhi tingkat pengetahuan seseorang. Karena dengan pengalaman seseorang dapat memperoleh kebenaran dalam memecahkan suatu permasalahan yang dihadapi sebelumnya.

6. Usia

Usia dapat mempengaruhi daya serap dan pola pikir seseorang, semakin bertambahnya usia maka semakin berkembang juga daya serap dan pola pikir seseorang.

Berdasarkan fakta dan teori di atas menunjukkan bahwa pengetahuan merupakan salah satu faktor yang berpengaruh terhadap *self care manajemen*. sehingga 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.

Pengaruh Dukungan Keluarga Terhadap Self Care Manajemen Pada Penderita Hipertensi.

Dalam penelitian ini didapatkan hasil jika dukungan keluarga berpengaruh terhadap *self care manajemen* pada penderita hipertensi, hasil ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Setiyaningsih & Ningsih, 2019) dalam penelitiannya dukungan keluarga berpengaruh positif dalam pengendalian hipertensi dengan nilai signifikansi 0,000 ($< 0,005$). Hal ini menunjukkan bahwa dukungan keluarga mampu meningkatkan kesehatan dan meningkatkan seseorang dalam manajemen perawatan dirinya dengan bantuan keluarga yang dapat dilakukan dengan cara memberikan dukungan emosional, instrumental, penghargaan dan informasi. Menurut Suryadi dan Haizurrachman (2017) menyatakan bahwa terdapat pengaruh yang positif antara keluarga terhadap gaya hidup lansia penderita hipertensi. Dengan lebih memperhatikan anggota keluarga dalam manajemen hipertensi

seperti mempertahankan berat badan ideal dan tidak merokok pada anggota keluarga yang menderita hipertensi sehingga didapatkan perubahan gaya hidup yang lebih sehat. Hu, Li, & Aro dalam (Utami & Hudyawati, 2020) dalam penelitiannya menyatakan bahwa dukungan keluarga berupa pengawasan dan pemantauan terhadap anggota yang menderita hipertensi dapat memberikan dampak yang positif terhadap terkontrolnya tekanan darah dan kepatuhan pasien dalam menjalankan terapi. Dukungan keluarga mempunyai hubungan yang sangat kuat dengan kepatuhan dan terdapat hubungan searah. Sehingga semakin tinggi dukungan keluarga akan semakin tinggi kepatuhan seseorang dalam manajemen diri. (Yeni, 2016).

Dari hasil penjelasan fakta maupun teori yang telah dijelaskan di atas, dapat disimpulkan bahwa pengetahuan merupakan faktor yang lebih berpengaruh terhadap self care manajemen pada penderita hipertensi di Posyandu Lansia Desa Pamotan. Semakin baik pengetahuan dari

seseorang tentang manajemen hipertensi, maka akan semakin baik pula memajemen diri seseorang terhadap penyakitnya.

Variabel independent (pengetahuan dan dukungan keluarga) yang lebih berpengaruh terhadap variabel dependen (Self Care Manajemen) pada penderita Hipertensi

Dalam penelitian ini didapatkan hasil bahwa pengetahuan lebih berpengaruh terhadap self care manajemen pada penderita Hipertensi. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian (sukinah, ratu & Weramas, 2020) yang menyatakan bahwa Pengetahuan, tentang hipertensi memainkan peran yang relatif lebih besar dalam manajemen diri penyakit hipertensi. Moradi, Nasiri, Jahanshahi, & Hajiahmadi, (2019) menjelaskan bahwa pengetahuan tentang self management hipertensi dapat berpengaruh terhadap kepatuhan mengkonsumsi garam, aktivitas fisik, penurunan berat badan dan konsumsi buah dan sayuran pada penderita hipertensi. Menurut Notoatmodjo (2010) dalam Tarigan, lubis &

Syarifah (2018) menyatakan bahwa pengetahuan 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.

Berdasarkan fakta dan teori diatas menunjukkan bahwa pengetahuan merupakan faktor yang lebih berpengaruh terhadap self care manajemen pada penderita hipertensi di Posyandu Lansia Desa Pamotan. Semakin baik pengetahuan dari seseorang tentang manajemen hipertensi, maka akan semakin baik pula individu memajemen diri terhadap penyakitnya dan dengan pengetahuan yang baik, seorang individu akan lebih patuh dan bersikap sesuai dengan pengetahuan yang dimilikinya

SIMPULAN

Penelitian ini mendapatkan hasil bahwa terdapat pengaruh antara pengetahuan dengan self care

manajemen hipertensi Di Posyandu Lansia Desa Pamotan Kecamatan Dampit, Kabupaten Malang, dapat dengan hasil signifikansi $0,004 < 0,05$. Dalam penelitian ini juga didapatkan hasil bahwa terdapat pengaruh antara dukungan keluarga dengan *self care manajemen* hipertensi Di Posyandu Lansia Desa Pamotan Kecamatan Dampit, Kabupaten Malang, dapat dengan hasil signifikansi $0,007 > 0,05$. Hasil statistic Variabel independent yang paling berpengaruh terhadap *self care manajemen* adalah variabel pengetahuan, karena secara statistic nilai p Value pengetahuan yaitu $0,004$ dimana nilai ini $< 0,05$ untuk nilai kolerasi 1.051.

DAFTAR PUSTAKA

- Anshari, Z. (2020). Komplikasi Hipertensi Dalam Kaitannya Dengan Pengetahuan Pasien Terhadap Hipertensi Dan Upaya Pencegahannya. *Jurnal Penelitian Keperawatan Medik*, 2(2). Retrieved From [Http://Ejournal.Delihusada.Ac.Id/Index.Php/Jpkm/Article/View/289](http://Ejournal.Delihusada.Ac.Id/Index.Php/Jpkm/Article/View/289)
- Amila, A., Sinaga, J., & Sembiring, E. (2018). Self Efficacy Dan Gaya Hidup Pasien Hipertensi. *Jurnal Kesehatan*, 9(3), 360. <https://doi.org/10.26630/Jk.V9i3.974>
- Dinkes Provinsi Jawa Timur. (2019). Profil Kesehatan Jawa Timur 2018. *Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur*, 100. Retrieved From https://www.google.com/search?client=firefox-b-d&ei=Zxpwxteiq6c4-Epzvsfyas&q=profil+kesehatan+jawa+timur+2018&oq=profil+kesehatan+jawa+timur+2018&gs_l=psy-ab.3..0i7i30l10.98332.105008..105951...0.4..0.1459.7810.2-1j0j2j2j3.....0....1..Gws-Wiz.....0i
- Efendi, H., & Larasati, T. A. (2017). Dukungan Keluarga Dalam Manajemen Penyakit Hipertensi. *Majority*, 6(1), 34–40. Retrieved From [File:///C:/Users/User/Downloads/1527-2238-1-Pb.Pdf](file:///C:/Users/User/Downloads/1527-2238-1-Pb.Pdf)
- Isnaini, N., & Lestari, I. G. (2018). Pengaruh Self Management Terhadap Tekanan Darah Lansia Yang Mengalami Hipertensi. *Indonesian Journal For Health Sciences*, 2(1), 7–18. <https://doi.org/10.24269/Ijhs.V2i1.2018.Pp7-18>
- Mahfud, M., 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.V10i2.463>

- Moradi, M., Nasiri, M., Jahanshahi, M., & Hajiahmadi, M. (2019). The Effects Of A Self-Management Program Based On The 5 A's Model On Self-Efficacy Among Older Men With Hypertension. *Nurs Midwifery Stud*, 8(1), 21–27.
- Palit, J. A., Rakinaung, N. E., & Bunga, A. L. (2017). *Fektifitas Penyuluhan Kesehatan Tentang Primary Self Management Pada Penderita Hipertensi Di Desa Tumatantang Wilayah Kerja Puskesmas Lansot Kota Tomohon*. Universitas Katolik De La Salle.
- Retnaningsih, R. (2016, Oktober). Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Tentang Alat Pelindung Telinga Dengan Penggunaannya Pada Pekerja Di PT. X. *Journal of industrial hygiene and Occupational Health, Vol. 1, No 1*, 67-82.
- Romadhon, W. A., Aridamayanti, B. G., Syanif, A. H., & Sari, M. G. (2020, Maret-April). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Self-Care Behavior Pada Klien Dengan Hipertensi Di Komunitas. *Jurnal Penelitian Kesehatan Suara Forikes, Vol. 11*, 37-41
- Salami, & Wilandika, A. (2018). HUBUNGAN EFIKASI DIRI DAN DUKUNGAN SOSIAL DENGAN SELF CARE MANAGEMENT PENDERITA HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS CIJAGRA LAMA BANDUNG Salami1. *Jurnal Keperawatan 'AISYIYAH*, 5(2), 79–97.
- Sagala, L. M. (2019). Pengaruh Hypertention Self Management Education (Hsme) Terhadap Tekanan Darah Di Puskesmas Kabanjahe. *Indonesian Trust Health Journal*, 2(1), 121–127. <https://doi.org/10.37104/ithj.v2i1.23>
- Setiyaningsih, R., & Ningsih, S. (2019). Pengaruh Motivasi, Dukungan Keluarga Dan Peran Kader Terhadap Perilaku Pengendalian Hipertensi. *IJMS – Indonesian Journal On Medical Science*, 6(1), 79–85. Retrieved from <http://ejournal.ijmsbm.org/index.php/ijms/article/viewFile/173/173>
- Sukinah, S., Ratu, J. M., & Weramas, P. (2020). Hubungan Antara Karakteristik Demografi Dan Pengetahuan Dengan Self Management Hipertensi Pada Masyarakat Suku Timor: Penelitian Cross Sectional. *Jurnal Penelitian Kesehatan Suara Forikes*, 11(2), 245–252.
- Suryadi, B & Haizurrachman. (2017). *Petugas Kesehatan, Keluarga, Lingkungan Kerja, Motivasi Terhadap Gaya Hidup Penderita Hipertensi*. Jurnal Ilmiah Kesehatan, Vol. 16 No. 2
- Tarigan, A. R., Lubis, Z., & Syarifah, S. (2018). Pengaruh Pengetahuan, Sikap Dan

Dukungan Keluarga Terhadap Diet Hipertensi Di Desa Hulu Kecamatan Pancur Batu Tahun 2016. *Jurnal Kesehatan*, 11(1), 9–17.
<https://doi.org/10.24252/kesehatan.v11i1.5107>

Tumenggung, I. (2013). Hubungan Dukungan Sosial Keluarga Dengan Kepatuhan Diet Pasien Hipertensi Di Rsud Toto Kabila Kabupaten Bone Bolango. *Jurnal Kesehatan Politeknik Kesehatan Gorontalo*, 9(16), 100–105. Retrieved From [Http://Ejurnal.Ung.Ac.Id/Index.Php/Jhs/Article/View/1085](http://ejournal.ung.ac.id/index.php/jhs/article/view/1085)

Yonata , A., & Pratama , A. S. (2016, September). Hipertensi Sebagai Faktor Pencetus Terjadinya Stroke. *Jurnal Majority*, Vol. 5 No. 3, 17-21.