HUBUNGAN MOTIVASI DENGAN *SELF CARE MANAGEMENT* HIPERTENSI DI PUSKESMAS SANGKRAH

Setia Mina Budi Hapsari[1], Wahyuningsih Safitri[2], Erlina Windyastuti[3]
[1, 2, 3] Program Studi Keperawatan Program Sarjana Universitas Kusuma Husada Surakarta
Korespondensi penulis: setiaminaa04@gmail.com

Abstrak

Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular yang hingga saat ini masih menjadi masalah kesehatan penting karena berkontribusi terhadap tingginya angka kesakitan dan kematian di berbagai negara. Upaya pengendalian hipertensi tidak hanya dilakukan melalui terapi farmakologis, tetapi juga memerlukan keterlibatan aktif pasien dalam menerapkan self care management secara berkelanjutan. Salah satu faktor yang diduga berhubungan dengan penerapan self care management adalah motivasi pasien. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara motivasi dengan self care management pada penderita hipertensi di Puskesmas Sangkrah. Penelitian menggunakan metode kuantitatif dengan desain cross-sectional. Populasi penelitian berjumlah 124 penderita hipertensi, sedangkan sampel yang diperoleh sebanyak 56 responden dengan teknik *purposive sampling*. Pengumpulan data menggunakan kuesioner motivasi yang terdiri dari 20 pernyataan dan *High Blood Pressure Self Care Profile* (HBP-SCP) sebanyak 20 item. Hasil uji validitas instrumen motivasi berdasarkan Koefisien Aiken's menunjukkan nilai CVI sebesar 1, dengan kriteria I-CVI ≥0,78. Instrumen dinyatakan reliabel apabila Cronbach's Alpha ≥0,70. Pada HBP-SCP, nilai korelasi setiap item lebih dari 0,15, dengan rata-rata skor item berkisar 0,20–0,63. Uji reliabilitas menghasilkan *Cronbach's Alpha* sebesar 0,83, sehingga instrumen dinyatakan reliabel. Analisis data dilakukan menggunakan Spearman Rank pada tingkat kemaknaan α = 0,05. Hasil penelitian menunjukkan 83,9% responden memiliki motivasi baik dan 87,5% memiliki selfcare management baik. Uji Spearman Rank memperoleh p=0,029 dan r=0,292, sehingga terdapat hubungan signifikan antara motivasi dan selfcare management. Hubungan positif menunjukkan bahwa motivasi yang lebih baik berkaitan dengan penerapan selfcare management yang lebih baik secara konsisten dalam kehidupan sehari-hari untuk membantu mengendalikan tekanan darah dalam pengelolaan hipertensi.

Kata Kunci : Hipertensi, Motivasi, *SelfCare Management*

Abstract

Hypertension is a noncommunicable disease that remains a significant public health issue today because it contributes to high rates of morbidity and mortality in various countries. Efforts to control hypertension are not limited to pharmacological therapy but also require the active involvement of patients in implementing sustainable self-care management. One factor believed to be associated with the implementation of self-care management is patient motivation. This study aims to determine the relationship between motivation and self-care management among patients with hypertension at the Sangkrah Community Health Center. The study employed a quantitative method with a cross-sectional design. The study population consisted of 124 patients with hypertension, while the sample comprised 56 respondents selected using purposive sampling. Data were collected using a motivation questionnaire consisting of 20 statements and the High Blood Pressure Self-Care Profile (HBP-SCP) comprising 20 items. The results of the validity test for the motivation instrument, based on Aiken's Coefficient, showed a CVI value of 1, with the criterion set at I-CVI ≥ 0.78. The instrument was deemed reliable if Cronbach's Alpha was ≥ 0.70. For the HBP-SCP, the correlation coefficient for each item was greater than 0.15, with average item scores ranging from 0.20 to 0.63. The reliability test yielded a Cronbach's Alpha of 0.83, thus confirming the instrument's reliability. Data analysis was performed using Spearman's rank correlation at a significance level of α = 0.05. The results of the study showed that 83.9% of respondents had good motivation and 87.5% had good self-care management. The Spearman rank correlation test yielded p = 0.029 and r = 0.292, indicating a significant relationship between motivation and self-care management. This positive correlation indicates that higher motivation is associated with the consistent application of better self-care management in daily life to help control blood pressure in the management of hypertension.

Keywords: Hypertension, Motivation, Self-Care Management

PENDAHULUAN

Hipertensi kerap dikenal sebagai "silent killer" karena pada umumnya tidak menimbulkan gejala yang spesifik, meskipun peningkatan tekanan darah secara terus menerus dapat meningkatkan risiko terjadinya komplikasi kardiovaskuler, seperti serangan jantung dan stroke meningkat secara perlahan, terutama saat tekanan diastolik melewati 90 mmHg (Royani et al., 2023) . Kondisi ini banyak terjadi pada lansia yang kurang berolahraga, mengonsumsi makanan tinggi garam, dan kurang taat minum obat. Di Indonesia, hipertensi masih menjadi salah satu permasalahan Kesehatan yang serius dan berkaitan dengan berbagai faktor gaya hidup tidak sehat seperti merokok, alkohol, makanan asin, aktivitas fisik minim, dan stres tinggi. Banyak penderita tidak menyadari tekanan darah mereka tinggi karena tidak merasakan keluhan. Oleh sebab itu, hipertensi dapat menimbulkan komplikasi serius yang berkontribusi pada tingginya angka kesakitan dan kematian (Hidayati et al., 2024).

Pencegahan hipertensi dapat dilakukan melalui pola hidup sehat, seperti menjaga berat badan ideal, rutin beraktivitas fisik, menghindari rokok dan alkohol, serta membatasi konsumsi gula, garam, dan lemak (Reviana & Sudaryanto, 2025). Hipertensi dipengaruhi faktor yang tidak dapat dimodifikasi, seperti usia, jenis kelamin, dan genetik, serta faktor yang dapat dikendalikan, seperti obesitas, kurang aktivitas fisik, dan stres. Oleh karena itu, penerapan pola makan sehat dan rendah garam penting untuk membantu mengendalikan tekanan darah (Larasati & Yulian, 2024).

Sebagian besar individu yang menderita hipertensi dan merasa kondisi kesehatannya dalam keadaan baik serta tidak mengalami gejala tertentu cenderung kurang memiliki kesadaran untuk melakukan pemeriksaan kesehatan secara berkala. Kondisi tersebut menyebabkan sebagian penderita baru mendapatkan pelayanan kesehatan di rumah sakit setelah mengalami komplikasi yang berkaitan dengan hipertensi (Ramadhanti, 2022). Komplikasi terjadi ketika hipertensi telah menyebabkan kerusakan pada organ tubuh. Mengingat hipertensi merupakan penyakit kronis yang tidak dapat disembuhkan, pengelolaannya memerlukan pengobatan yang dilakukan secara berkelanjutan sepanjang kehidupan pasien (Purnawinadi & Lintang, 2020).

Penerapan self care pada penderita hipertensi dapat terhambat oleh kesulitan mengubah gaya hidup, rendahnya motivasi dan pengetahuan, penyakit penyerta, stres, usia lanjut, serta keterbatasan fisik dan psikologis (Augusto et al., 2022). Jika tidak ditangani, hambatan tersebut dapat menurunkan efektivitas self care, kualitas hidup, dan keterlibatan keluarga maupun caregiver, serta meningkatkan beban tenaga kesehatan dan risiko komplikasi hipertensi (Rachmawati, 2021).

Rendahnya motivasi dapat memengaruhi konsistensi pasien dalam menerapkan self-care, seperti kepatuhan minum obat, menjaga pola makan, berolahraga, dan memantau tekanan darah, sehingga meningkatkan risiko komplikasi seperti stroke dan gagal jantung (Ramadhanti, 2022). Sebaliknya, motivasi yang tinggi dapat meningkatkan kepatuhan terhadap pengobatan dan perubahan gaya hidup (Smith et al., 2021). Edukasi berkelanjutan serta dukungan tenaga kesehatan dan keluarga juga berperan dalam meningkatkan motivasi dan konsistensi self-care untuk membantu mengendalikan tekanan darah (Purnawinadi dan Lintang, 2020).

Studi pendahuluan yang dilaksanakan pada bulan September 2025 oleh peneliti di Puskesmas Sangkrah, didapatkan penderita hipertensi sebanyak 124 penderita selama kurun waktu tiga bulan terakhir, yaitu Juni, Juli, dan Agustus 2025. Data penderita hipertensi di Puskesmas Sangkrah menunjukkan bahwa hipertensi hingga kini termasuk penyakit menahun dengan angka kejadian yang relatif

tinggi dan banyak penderita yang kesulitan melakukan self care management. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan motivasi dengan selfcare management hipertensi di Puskesmas Sangkrah.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif deskriptif dengan pendekatan cross sectional untuk mengetahui hubungan antara motivasi dan self care management pada penderita hipertensi di Puskesmas Sangkrah. Penelitian ini dilaksanakan di Puskesmas Sangkrah pada bulan Maret 2026 dengan populasi 124 penderita hipertensi dan sampel 56 responden yang telah ditentukan menggunakan rumus Slovin dengan Tingkat kesalahan 10%. Pengambilan sampel menggunakan non-probability sampling dengan metode purposive sampling berdasarkan kriteria inklusi dan ekslusi.

Instrumen penelitian yang digunakan terdiri atas kuesioner motivasi dan kuesioner High Blood Pressure Self Care Profile (HBP-SCP). Kuesioner motivasi diadopsi dari (Febyanti, 2022) dan terdiri dari 20 pertanyaan dengan kategori baik (61–80), cukup (41–60), dan kurang (20–40). Hasil uji validitas menggunakan Koefisien Aiken's menunjukkan nilai CVI sebesar 1. Instrumen dinyatakan valid apabila nilai I-CVI ≥0,78. Uji reliabilitas dilakukan menggunakan Cronbach's Alpha dengan kriteria reliabel apabila nilai ≥0,70.

Kuesioner HBP-SCP diadopsi dari (Su'ud et al., 2020) dan terdiri dari 20 pertanyaan dengan kategori baik (61–80), cukup (41–60), dan kurang (20–40). Hasil uji validitas menunjukkan nilai korelasi setiap item >0,15 dengan skor rata-rata item sebesar 0,20–0,63. Hasil uji reliabilitas memperoleh nilai Cronbach's Alpha sebesar 0,83 (>0,70). Penelitian telah memperoleh kelayakan etik dari Komisi Etik Universitas Kusuma Husada Surakarta No. 3296/UKH.L02/EC/II/2026. Data diolah melalui tahap editing, coding, dan tabulating menggunakan IBM SPSS Statistics dengan analisis univariat kemudian disajikan dalam bentuk distribusi frekuensi dan persentase.

HASIL PENELITIAN

Karakterstik Responden

Tabel 1 Distribusi frekuensi responden berdasarkan karakteristik

Kategorik	Frekuensi (f)	Presentase (%)
Usia		
26-35 tahun	17	30,4
36-55 tahun	39	69,6
Jenis Kelamin		
Laki-laki	14	25,0
Perempuan	42	75,0
Pendidikan		
Tidak Sekolah	0	0
SD	6	10,0
SMP	10	17,9
SMA	40	71,4
Pekerjaan		
Tidak Bekerja	4	7,1
IRT	21	37,5
Wiraswasta	10	17,9
Pegawai Swasta	21	37,9
Pensiunan	0	0
Lama Sakit		
<1 tahun	52	92,9
≤1-3 tahun	2	3,6
>3 tahun	2	3,6

Sumber: Data primer diolah 2026

Berdasarkan Tabel 1, mayoritas responden berada dalam rentang usia 36–55 tahun, yaitu sebanyak 39 orang (69,6%). Sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan, sebanyak 42 orang (75,0%). Ditinjau dari tingkat pendidikan, responden paling banyak memiliki pendidikan terakhir SMA, yaitu 40 orang (71,4%). Berdasarkan jenis pekerjaan, jumlah terbanyak berasal dari kelompok Ibu Rumah Tangga dan pegawai swasta, masing-masing sebanyak 21 orang (37,5%). Sementara itu, berdasarkan lama menderita hipertensi, sebagian besar responden

telah mengalami hipertensi selama ≤1 tahun, yaitu sebanyak 52 orang (92,9%).

Variabel Motivasi

Tabel 2. Distribusi Frekuensi berdasarkan Motivasi

Variabel	Kategori	(F)	(%)
Motivasi	Kurang (20-40)	2	3,6
	Cukup (41-60)	7	12,5
	Baik (61-80)	47	83,9
	Total	**56**	**100**

Sumber: data primer 2026

Berdasarkan Tabel 2, sebagian besar responden memiliki tingkat motivasi dalam kategori baik, yaitu sebanyak 47 orang (83,9%). Sementara itu, sebanyak 7 responden (12,5%) berada pada kategori motivasi cukup dan 2 responden (3,6%) termasuk dalam kategori kurang.

Variabel *Self Care Management*

Tabel 3. Distribusi Frekuensi berdasarkan *Self Care* Management Hipertensi

Variabel	Kategori	F	(%)
Self Care Management	Kurang (20-40)	1	1,8
	Cukup (41-60)	6	10,7
	Baik (61-80)	49	87,5
	Total	**56**	**100**

Berdasarkan Tabel 3, sebagian besar responden memiliki tingkat self care management hipertensi dalam kategori baik, yaitu sebanyak 49 orang (87,5%). Sebanyak 6 responden (10,7%) berada dalam kategori cukup, sedangkan 1 responden (1,8%) termasuk kategori kurang.

Analisis Hubungan Motivasi Dengan *Self Care Management*

Tabel 4. Analisis Hubungan Motivasi Dengan *Self Care Management* Hipertensi

Variabel	*Self Care Management*	
	r	0,292
Motivasi	*P value*	0,029

Sumber: Data Primer, 2026

Berdasarkan hasil uji Spearman Rank antara motivasi dan self care management, diperoleh koefisien korelasi sebesar 0,029 dengan nilai p-value = 0,029 (p<0,05). Hasil tersebut menunjukkan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima, sehingga terdapat hubungan yang signifikan antara motivasi dan self care management. Hubungan tersebut memiliki arah positif dengan tingkat kekuatan yang cukup kuat, yang berarti semakin baik motivasi seseorang, maka semakin baik pula penerapan self care management yang dilakukan.

PEMBAHASAN

Berdasarkan usia, mayoritas responden berusia 36–55 tahun (69,6%), yang menunjukkan tingginya kejadian hipertensi pada kelompok dewasa akhir. Bertambahnya usia dapat meningkatkan risiko hipertensi akibat perubahan sistem kardiovaskular, seperti menurunnya elastisitas pembuluh darah (Wijaya et al., 2020). Usia juga memengaruhi selfcare management melalui keterlibatan dalam perawatan diri, gaya hidup sehat, aktivitas fisik, dan pemantauan kondisi Kesehatan (Meldy et al., 2022). Hal ini sejalan dengan (Ekarini et al., 2020) yang menemukan hubungan signifikan antara usia dan kejadian hipertensi.

Berdasarkan karakteristik jenis kelamin, mayoritas responden dalam penelitian ini adalah perempuan, yaitu sebanyak 42 orang (75,0%). Menurut (Wijaya et al., 2020) menyatakan bahwa perempuan yang memasuki usia di atas 45 tahun cenderung mengalami menopause, yang dapat meningkatkan risiko terjadinya hipertensi akibat perubahan

hormonal. Penurunan kadar hormon estrogen dapat menyebabkan berkurangnya elastisitas pembuluh darah sehingga berpotensi meningkatkan tekanan darah (Oksana Danes et al., 2025). Selain itu, Perempuan cenderung menunjukkan penerapan selfcare management yang lebih baik dibandingkan laki-laki, khususnya dalam upaya mencegah komplikasi dan mengikuti anjuran pengobatan (Konlan, 2023).

Berdasarkan tingkat pendidikan, mayoritas responden memiliki Pendidikan terakhir SMA, yaitu sebanyak 40 orang (71,4%). Hasil ini sejalan dengan penelitian (Satiyem et al., 2024), yang menunjukkan bahwa responden hipertensi paling banyak berpendidikan SMA, yaitu 22 orang (48,9%). Tingkat pendidikan dapat memengaruhi self care management, karena semakin tinggi pendidikan, semakin baik pula pemahaman dan kesadaran seseorang dalam melakukan perawatan serta pencegahan hipertensi (Nilawati et al., 2023; Harlisa et al., 2024).

Berdasarkan jenis pekerjaan, mayoritas responden merupakan Ibu Rumah Tangga (IRT), yaitu sebanyak 21 orang (37,5%). Pekerjaan dapat memengaruhi tekanan darah karena tuntutan pekerjaan berpotensi meningkatkan stres dan mengurangi waktu untuk melakukan aktivitas fisik (Lusiana et al., 2023). Hal ini sejalan dengan Adnyana et al., (2023) yang menyatakan bahwa pekerjaan berkaitan dengan pola hidup dan perilaku kesehatan. Selain itu, kondisi pekerjaan dapat memengaruhi selfcare management melalui tingkat stres, dukungan sosial, serta kemampuan individu dalam menerapkan perilaku perawatan diri (Harlisa et al., 2024).

Berdasarkan lama menderita hipertensi, sebagian besar responden telah mengalami kondisi tersebut selama ≤1 tahun, yaitu sebesar 92,9%. Meskipun Sebagian besar responden masih tergolong baru memperoleh diagnosis hipertensi, mereka telah mendapatkan edukasi mengenai pentingnya menjaga dan mengontrol tekanan darah, sehingga mampu menerapkan perilaku selfcare management dengan baik. Menurut (Nilawati, 2023), hipertensi yang berlangsung dalam jangka panjang dapat meningkatkan risiko terjadinya komplikasi pada organ-organ vital, seperti otak, mata, jantung, pembuluh darah, dan ginjal. Menurut (Harlisa et al., 2024) bahwa dengan lama menderita hipertensi yang lebih lama umumnya memiliki pengalaman yang lebih baik dalam mengelola penyakit dan melakukan selfcare management. Namun, (Sari et al., 2023) dan (Werawati et al., 2023) menunjukkan bahwa lamanya menjalani pengobatan dapat menyebabkan penurunan kepatuhan akibat kejenuhan terhadap terapi jangka panjang.

Sebagian besar responden memiliki tingkat motivasi dalam kategori baik, yaitu sebanyak 47 orang (83,9%). Sementara itu, sebanyak 7 responden (12,5%) berada pada kategori motivasi cukup dan 2 responden (3,6%) termasuk dalam kategori kurang. Hasil tersebut menunjukkan bahwa mayoritas penderita hipertensi di Puskesmas Sangkrah telah memiliki motivasi diri yang baik dalam mengelola kondisi kesehatannya. Namun, responden dengan tingkat rendah tetap memerlukan perhatian melalui pemberian edukasi, pemantauan secara berkala, serta dukungan dari tenaga kesehatan dan keluarga.

Hasil tersebut sejalan dengan penelitian (Suling dkk, 2023) yang menunjukkan bahwa motivasi, baik yang berasal dari dalam diri (intrinsik) maupun dari lingkungan eksternal (ekstrinsik), berperan dalam mendorong penderita hipertensi untuk mengontrol tekanan darah secara optimal. Temuan ini juga didukung oleh penelitian (Su'ud, Murtaqib, dan Kushariyadi, 2020), yang menyatakan bahwa tingkat motivasi yang tinggi berkaitan dengan penerapan self care yang lebih baik, seperti kepatuhan mengonsumsi obat, menjalankan pola makan rendah garam, melakukan aktivitas fisik secara rutin, dan memantau tekanan darah secara berkala.

Peneliti berpendapat bahwa motivasi merupakan salah satu faktor yang dapat

memengaruhi penerapan selfcare management pada pasien hipertensi. Pasien dengan tingkat motivasi yang baik cenderung lebih mampu melakukan selfcare, seperti mengonsumsi obat secara teratur, menerapkan pola makan rendah garam, memantau tekanan darah, melakukan aktivitas fisik, serta menjalankan gaya hidup sehat (Harlisa et al., 2024).

Sebagian besar responden memiliki tingkat selfcare management hipertensi dalam kategori baik, yaitu sebanyak 49 orang (87,5%). Menurut (Dewi, 2021), kondisi tersebut menunjukkan bahwa responden telah mampu melakukan pengelolaan hipertensi secara mandiri melalui kepatuhan dalam mengonsumsi obat, membatasi asupan garam, melakukan aktivitas fisik secara rutin, mengelola stres, serta memantau tekanan darah secara berkala. Penerapan selfcare management yang baik berperan dalam membantu mempertahankan tekanan darah tetap terkendali dan mengurangi risiko terjadinya komplikasi hipertensi (Luqyana, 2025).

Pasien dengan kemampuan perawatan diri yang baik cenderung lebih mampu melakukan pemantauan tekanan darah secara rutin, mematuhi pengobatan, serta menerapkan pola hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari (Susanti et al., 2024). Penerapan self care pada penderita hipertensi juga dipengaruhi oleh pemahaman dan persepsi terhadap kondisi penyakitnya. Pasien yang memahami dampak hipertensi serta manfaat pengobatan umumnya lebih patuh dalam menjalankan perawatan diri dan memiliki motivasi yang lebih besar untuk menerapkan perilaku hidup sehat secara konsisten (Giri Ayuningjati & Nur Rosyid, 2024).

Hasil penelitian juga menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara motivasi dan self care management. Hubungan tersebut memiliki arah positif dengan tingkat kekuatan yang cukup kuat, yang berarti semakin baik motivasi seseorang, maka semakin baik pula penerapan self care management yang dilakukan. Motivasi dapat mendorong individu untuk lebih patuh dalam menjalani pengobatan, menerapkan pola hidup sehat, serta mempertahankan perilaku perawatan diri secara konsisten (Prabasari et al., 2021).

Motivasi pasien dalam menghadapi hipertensi merupakan salah satu aspek penting yang mendukung penerapan self care management. Tingkat motivasi yang baik dapat membantu meningkatkan keberhasilan pasien dalam melakukan perawatan diri dan mengelola hipertensi (Audina et al., 2025). Self care management memiliki peran penting dalam pengendalian hipertensi melalui berbagai upaya individu untuk mempertahankan kesehatan dan mengelola kondisi penyakit, seperti melakukan pemantauan tekanan darah secara rutin, menerapkan pola makan sehat, melakukan aktivitas fisik, serta mematuhi anjuran tenaga kesehatan (Oktaria et al., 2023).

Selfcare management merupakan kemampuan individu dalam mengatur perilaku dan memanfaatkan sumber daya yang dimiliki untuk mengelola penyakit secara mandiri (Harlisa et al., 2024). Pada penderita hipertensi, penerapannya meliputi kepatuhan minum obat, pemantauan tekanan darah, aktivitas fisik, pembatasan garam, serta konsumsi buah dan sayuran (Maryati et al., 2023). Edukasi berkelanjutan dari tenaga kesehatan dapat meningkatkan motivasi dan kemampuan pasien dalam menerapkan selfcare management secara mandiri (Wandira et al., 2023).

SIMPULAN

1. Karakteristik responden menunjukkan bahwa mayoritas berusia dewasa akhir (36–55 tahun) sebanyak 39 orang (69,6%), berjenis kelamin perempuan sebanyak 42 orang (75,0%), memiliki pendidikan terakhir SMA sebanyak 40 orang (71,4%), serta bekerja sebagai ibu rumah tangga dan pegawai swasta masing-masing sebanyak 21 orang (37,5%). Sebagian besar responden baru menderita hipertensi

kurang dari atau sama dengan 1 tahun, yaitu 52 orang (92,9%).
2. Pada analisis univariat, mayoritas responden memiliki motivasi dalam mengelola hipertensi kategori baik sebanyak 47 orang (83,9%) dan *self care management* hipertensi juga kategori baik sebanyak 49 orang (87,5%).
3. Terdapat hubungan positif antara motivasi dan *selfcare management* pada pasien hipertensi di Puskesmas Sangkrah. Oleh karena itu, peningkatan motivasi melalui edukasi dan dukungan yang berkelanjutan sangat diperlukan untuk meningkatkan kemampuan pasien dalam mengelola hipertensinya secara mandiri, sehingga dapat mencegah komplikasi dan meningkatkan kualitas hidup pasien.

SARAN

1. Bagi Responden
   Penelitian ini bermanfaat dalam menangani hipertensi, diharapkan responden bisa mengerti cara dalam penanganan kasus hipertensi.
2. Bagi Keperawatan
   Penelitian ini bermanfaat dalam pengalaman nilai-nilai keperawatan khususnya dibidang keperawatan medikal bedah dalam menangani kasus hipertensi dengan tepat.
3. Bagi Masyarakat
   Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai informasi dan juga menambah wawasan ilmu pengetahuan tentang hipertensi.
4. Bagi Institusi Pendidikan
   Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai dasar pengetahuan maupun referensi tentang motivasi dengan *self care management* hipertensi.
5. Bagi Peneliti Lain
   Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai acuan atau referensi tambahan yang dapat digunakan sebagai data dasar penelitian selanjutnya yang berkaitan dengan motivasi *self care management*.
6. Bagi Peneliti
   Penelitian ini dapat memberikan pengalaman yang berharga bagi peneliti dan sebagai sarana menambah khazanah keilmuan peneliti.

DAFTAR PUSTAKA

Adnyana, I. M. D. M., Sari, N. W., Arifin, Z., Prihatin, K., Fatmawati, B. R., Wahyudi, G., Ilham, Oktaviana, E., & Febrianti, T. (2023). *Epidemiologi Penyakit Tidak Menular*.

Audina, R. M., Wijaksono, M. A., Eka, C., & Tjomiadi, F. (2025). Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Managemen Diri Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Ribang. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, *6*(September), 11158–11165.

Augusto, C., Sari, E. A., & Shalahuddin, I. (2022). Hambatan Pada Pelaksanaan Self Care Hipertensi: Scoping Review. *Jurnal Kesehatan*, *15*(2), 151-171.

Dewi, A. S., Yuniarti, E., & Handayani, E. W. (2021). Evaluasi Tingkat Kepatuhan Penggunaan Obat Pada Pasien Hipertensi Di Instalasi Rawat Jalan RSU Purbowangi. Jurnal Farmasi Klinik Dan Sains, 1(1), 11–17. https://doi.org/10.26753/JFKS.V1I1.649

Ekarini, N. L. P., Wahyuni, J. D., & Sulistyowati, D. (2020). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Hipertensi Pada Usia Dewasa. *Jkep*, *5*(1), 61-73.

Febyanti, A. V. (2022). *Hubungan Motivasi Dengan Kepatuhan Minum Obat Pada Pasien Hipertensi Di Puskesmas Sumbersari*.

Giri Ayuningjati, K., & Nur Rosyid, F. (2024). Self Care Management Berhubungan Dengan Kualitas Hidup Pada Penderita Hipertensi. *Journal of Telenursing (Joting)*, *6*, 349–357.

Harlisa, Masriadi, & Gobel, F. A. (2024). Faktor Yang Mempengaruhi Self Care Management Pada Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Tamalanrea Kota Makassar. *Window of Public Health Journal*, *5*(3), 396–405.

Hidayati, F., Agustina, W., Rahmawati, N., & Rahmawati, E. (2024). *Pengaruh Terapi Relaksasi Slow Deep Breathing Dengan*

Kombinasi Alternate Nostril Breathing Terhadap Penurunan Tekanan Darah Padapasien Hipertensi Di Ruang Anggrek Rumah Sakit Prima Husada Sukorejo. 1245–1252.

Konlan, K. D. (2023). Determinants of Self-Care and Home- Based Management of Hypertension : An Integrative Review. *Global Heart*, *18*(1). https://doi.org/10.5334/gh.1190

Larasati, C. D., & Yulian, V. (2024). The effect of nutrition education based on DASH diet on dietary knowledge among patients with hypertension. *Malahayati International Journal of Nursing and Health Science*, *7*(4), 514-518.

Luqyana, F. (2025). Hubungan Self-Efficacy dengan Self-Care Management pada Lansia Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Rangkasbitung. *Sehat Rakyat: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, *4*(3), 698-708.

Lusiana, W., Mujanah, S., & Fianto, A. Y. A. (2024). Pengaruh Kepuasan Kerja dan Dukungan Organisasi yang Dirasakan terhadap Niat untuk Tinggal Dimediasi Komitmen Organisasi:(Studi Kasus di PT. Wangta Agung Surabaya). *Ekonomika45: Jurnal Ilmiah Manajemen, Ekonomi Bisnis, Kewirausahaan*, *12*(1), 705-719

Maryati, H., Praningsih, S., Sari, D. S. A., & Nurmalisyah, F. F. (2025). Hubungan Self Care Management Dengan Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi. *Jurnal Ilmu Kesehatan Insan Sehat*, *13*(2), 120-124.

Meldy, H., Madyaning, E., & Sya, A. (2022). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Self Management (Manajemen Diri) pada Pasien Hipertensi. *Jurnal Keperawatan Cikini*, *3*(1), 20–25.

Muharam, M. R., Suharta, D. S. D., Ramdani, H. T., & Puspita, T. (2024). Self-Care Management Penderita Hipertensi. *PrimA: Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan*, *10*(1), 34-43.

Nilawati, I., Kasron, & Sodikin. (2023). Hubungan Jenis Kelamin, Pendidikan dan Lama Menderita Hipertensi dengan Kualitas Hidup Lansia Hipertensi di Puskesmas Cilacap Selatan II. *Jurnal Medika Usada*, *6*, 6–12.

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.

Oksana Danes, V., Susilawati, & Sasmito, L. (2025). Hubungan Menopause Dengan Kejadian Hipertensi Pada Wanita Pralansia Di Wilayah Kebonsari Jember. *Jurnal Pustaka Nusantara Multidisiplin*, *3*(4), 1–8.

Oktaria, M., Hardono, H., Wijayanto, W. P., & Amiruddin, I. (2023). Hubungan Pengetahuan dengan Sikap Diet Hipertensi pada Lansia (Correlation Between Knowledge with Attitude towards Hypertension Dietary on The Elderly). *Jurnal Ilmu Medis Indonesia*, *2*(2), 69–75.

Pae, K., Maryuti, I. A., & Ayu Astarini, M. I. (2023). Hubungan Self Care Management Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia. *Jurnal Penelitian Keperawatan Kontemporer*, *3*(2) 16–25. https://doi.org/10.59894/jpkk.v3i2.543

Purnawinadi, I. G., & Lintang, I. J. (2020). Hubungan dukungan keluarga dengan kepatuhan minum obat pasien hipertensi. *Jurnal Skolastik Keperawatan*, *6*(1), 35-41.

Prabasari, N. A. (2021). Self efficacy, self care management, dan kepatuhan pada lansia hipertensi (studi fenomenologi). *Jurnal Keperawatan Malang*, *6*(1), 1-10.

Rachmawati, A. (2021). *Hubungan Self Efficacy Dengan Tingkat Kepatuhan Minum Obat dan Self Care Management Pada Penderita Hipertensi di RW 006 Kelurahan Darmo*.

Ramadhanti, A., Fathiyah, K. N., & Putra, R. P. (2025). Academic self-efficacy and teacher social support as predictors of academic flow mathematics among senior high school students in Jambi City. *J*

Indonesian Psychol Sci, *5*(1), 60.

Reviana, F., & Sudaryanto, A. (2025). Hubungan Self Efficacy dengan Perilaku Kepatuhan Diet Rendah Garam pada Lansia Penderita Hipertensi di Puskesmas Kartasura: The Relationship between Self Efficacy and Low Salt Diet Compliance Behavior in Elderly Patients with Hypertension at Kartasura Health Center. *Journal of Holistics and Health Sciences*, *7*(1), 1-11.

Royani, M. P., Hermawati, & Indrastuti, Y. (2023a). Penerapan Alternate Nostril Breathing Exercise (ANBE) Terhadap Respiration Rate Pada Pasien Chf. *Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan*, *3*, 143–148.

Sari, N. N., & Prajayanti, E. D. (2026). Gambaran Aktivitas Fisik Lansia Hipertensi di Posyandu Lansia Wonoboyo Wonogiri. *Galen: Jurnal Riset Ilmu Farmasi dan Kesehatan*, *2*(2), 18-27.

Satiyem, Murtiningsih, D., & Dhiva Pradessty,A. (2024). Hubungan tingkat pendidikan dan usia dengan kejadian hipertensi. *Jurnal Kebidanan (JBd)*, *4*(1), 35–42.

Suling, C. I. S., Gaghauna, E. E. M., & Santoso,A.R. (2023). Motivasi Pasien Hipertensi Berhubungan dengan Kepatuhan Minum Obat. Jurnal Keperawatan, 15(3), 1289– 1298. https://doi.org/10.32583/KEPERAWATAN.V15I3.1081

Su'ud, A. N., Murtaqib, M., & Kushariyadi, K. (2020). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Self Care Pada Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Gladak Pakem. *Jurnal Keperawatan*, *5*(2), 137-149.

Susanti, S. N., Jauhar, M., & Tiara, N. (2024). Efikasi Diri , Dukungan Sosial , dan Self-Care Management Klien Hipertensi. *Jurnal Ilmiah Ners Indonesia*, *5*(2), 62–80.

Wandira, E. (2023). *Asuhan Keperawatan Gangguan Pemenuhan Kebutuhan Rasa Nyaman Pada Pasien Hipertensi Desa Srimulyo 1 Rt 3 Pemanggilan Kecamatannatar Kabupaten Lampung Selatan* (Doctoral dissertation, Poltekkes KemenkesTanjungkarang).

Wijaya, C., Firmansyah, Y., Syarifah, A. G., Alifia, T. P., Kurniawan, J., & Gunaidi, F. (2024). Peningkatan kewaspadaan hipertensi melalui pemeriksaan tekanan darah sebagai deteksi dini pada populasi lanjut usia di Panti Werda Hana. *SEWAGATI: Jurnal Pengabdian Masyarakat Indonesia*, *3*(2), 23-29