

**SELF CARE PASIEN HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA
PUSKESMAS GAMPING II
YOGYAKARTA**

NASKAH PUBLIKASI



**Disusun oleh:
KAMILIA NAULUFAR
1810201180**

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS 'AISYIYAH
YOGYAKARTA
2022**

**SELF CARE PASIEN HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA
PUSKESMAS GAMPING II
YOGYAKARTA**

NASKAH PUBLIKASI

Diajukan Guna Melengkapi Sebagian Syarat Mencapai Gelar Sarjana Keperawatan
Program Studi S1 Keperawatan
Fakultas Ilmu Kesehatan
di Universitas 'Aisyiyah
Yogyakarta



**Disusun oleh:
KAMILIA NAULUFAR
1810201180**

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS 'AISYIAH
YOGYAKARTA
2022**

**SELF CARE PADA PASIEN HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA
PUSKESMAS GAMPING 2 YOGYAKARTA**

NASKAH PUBLIKASI

**Disusun oleh:
KAMILIA NAULUFAR
1810201180**

Telah Memenuhi Persyaratan dan Disetujui Untuk Dipublikasikan

Program Studi Keperawatan
Fakultas Ilmu Kesehatan
di Universitas Aisyiyah Yogyakarta

Oleh:

Pembimbing : DWI PRIHATININGSIH, S.KEP., Ns, M.Ng
03 September 2022 05:26:45



SELF CARE PASIEN HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS GAMPING II YOGYAKARTA

Kamilia Naulufar¹, Dwi Prihatiningsih dan Widaryati²

ABSTRAK

Latar belakang: Hipertensi atau tekanan darah tinggi sering disebut sebagai *the silent killer* (pembunuh diam-diam) karena penderita tidak tahu bahwa dirinya menderita hipertensi. Meningkatkan penerapan *self care* bisa menjadi kunci utama untuk menekan timbulnya gejala penyakit yang buruk serta menghindari komplikasi bagi penderita hipertensi. Terlaksananya tujuan dari penerapan *self care* pada penderita hipertensi dapat dilakukan dengan diet rendah garam, aktivitas fisik, manajemen berat badan, dan tidak merokok. Dalam hal ini meningkatkan penerapan *self care* yang baik sangat penting agar penderita hipertensi mendapatkan keberhasilan dalam melakukan perawatan diri tersebut. **Tujuan penelitian:** Mengetahui pengaruh *self care* dengan karakteristik sosiodemografi pasien hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Gamping II Yogyakarta. **Metode penelitian:** Menggunakan jenis penelitian *kuantitatif* dengan metode *observasional analitik (non-eksperimental)*. Desain penelitian yang digunakan adalah *cross sectional*. Melibatkan 34 responden yang berumur 37-70 tahun di wilayah kerja Puskesmas Gamping II Yogyakarta. Pengumpulan data menggunakan kuesioner. **Hasil penelitian:** Dapat diketahui bahwa hasil dari analisis data dengan uji *Chi-Square* diperoleh nilai signifikansi terendah yaitu status merokok 0,178 dan tertinggi status pernikahan 0,881 yang berarti tidak terdapat pengaruh antara *self care* dengan karakteristik sosiodemografi karena nilai $p < 0,05$. **Kesimpulan penelitian:** Tidak terdapat pengaruh antara *self care* dengan karakteristik sosiodemografi pada penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Gamping II Yogyakarta. Saran dari peneliti supaya lebih meningkatkan *self care* atau perawatan diri di rumah dengan cara yang baik dan benar serta teratur.

Kata Kunci : *Self Care*, Hipertensi
Kepustakaan : 1 buku, 6 jurnal, 2 skripsi
Jumlah Halaman : 55 halaman, 4 tabel, 2 gambar, 9 lampiran

¹Judul Skripsi

²Mahasiswa Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta

³Dosen Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta

SELF-CARE OF HYPERTENSION PATIENTS IN THE WORK AREA OF *PUSKESMAS* GAMPING II YOGYAKARTA

Kamilia Naulufar¹, Dwi Prihatiningsih dan Widaryati²

ABSTRACT

Background: Hypertension or high blood pressure is often called the silent killer. This is because the patient does not know that he/she has hypertension. Improving the implementation of self-care can be the main key to suppressing the onset of bad disease symptoms and avoiding complications for people with hypertension. The goal of implementing self-care in hypertension patients can be done with a low salt diet, physical activity, weight management, and not smoking. In this case, improving the application of good self-care is very important so that people with hypertension achieved the main goal of carrying out self-care. **Aim:** The study aimed to determine the effect of self-care on sociodemographic characteristics of hypertensive patients in the working area of Gamping II Public Health Center (*PUSKESMAS*), Yogyakarta. **Research Method:** This research is quantitative research with an analytical observational method (non-experimental). The research design was cross-sectional, involving 34 respondents aged 37-70 years old in the working area of Gamping II Public Health Center, Yogyakarta. In collecting the data, the researcher used a questionnaire. **Findings:** It can be seen that the results of data analysis with the Chi-Square test obtained the lowest significance value, namely smoking status at 0.178, and the highest marital status at 0.881, which means that there is no significant relationship between self-care and sociodemographic characteristics because of the p-value <0.05. **Conclusion:** There is no effect between self-care and sociodemographic characteristics of hypertension patients in the working area of Gamping II Public Health Center, Yogyakarta. **Suggestion:** It needs to improve self-care ability in a good and correct way and regularly.

Keywords : Self Care, Hypertension
References : 1 Book, 6 Journals, 2 Undergraduate Theses
Number of Pages : 55 Pages, 4 Tables, 2 Figures, 9 Appendices

¹Title

²Student of Nursing Study Program, Faculty of Health Sciences, Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta

³Lecturer of Faculty of Health Sciences, Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta

PENDAHULUAN

Menurut Widyanto, 2013 hipertensi atau tekanan darah tinggi sering disebut sebagai *the silent killer* (pembunuh diam-diam) karena penderita tidak tahu bahwa dirinya menderita hipertensi. Hipertensi juga dikenal sebagai *heterogeneous group disease* karena dapat menyerang siapa saja dari berbagai kelompok umur, sosial dan ekonomi. Hipertensi juga merupakan faktor resiko ketiga terbesar yang menyebabkan kematian dini karena dapat memicu terjadinya gagal ginjal kongestif serta penyakit *cerebrovaskuler*. (SIMANULLANG, 2019).

Data World Health Organization (WHO) menyatakan bahwa hipertensi adalah salah satu kontributor utama penyakit jantung dan stroke yang merupakan penyebab kematian dan kecacatan nomor satu di dunia (WHO, 2012). Prevalensi penderita Hipertensi di Indonesia menurut Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan (BalitBanKes) melalui data hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018 saat ini sebanyak 34,1% dimana mengalami kenaikan dari angka sebelumnya di tahun 2013 yaitu sebanyak 25,8% (Gadingrejo et al., 2020).

Alligood, 2013 mengatakan *Self care* merupakan perawatan diri yang mengacu pada tindakan-tindakan dimana seseorang terlibat untuk mempromosikan dan mempertahankan kehidupan, kesehatan, dan kesejahteraan, yang dikonseptualisasikan sebagai bentuk kesengajaan. Maksudnya kesengajaan yaitu mengacu pada tindakan yang dilakukan oleh individu yang ingin dan sadar untuk melakukannya (Chrisanto & Astuti, 2019). Penelitian yang dilakukan Britz and Dunn pada tahun 2010 mendapatkan hasil bahwa sebagian klien melaporkan bahwa mereka belum melaksanakan *self care* secara tepat seperti yang telah diajarkan karena dirasa berat dan menjadi penyebab klien mengalami perawatan kembali. Karenanya, upaya yang dilakukan untuk menekan timbulnya gejala penyakit yang buruk serta menghindari komplikasi bagi klien yaitu dengan meningkatkan penerapan *self care* (Chrisanto & Astuti, 2019).

Penelitian yang membahas faktor-faktor yang berhubungan dengan *self-care* pada klien dengan hipertensi yang didapatkan ada 12 penelitian. Dari 12 penelitian yang ditinjau beberapa faktor yang mempengaruhi *self-care* pada klien dengan hipertensi di komunitas. Beberapa faktor yang mempengaruhi *self-care* seperti faktor personal yang terdiri dari faktor sosio ekonomi, pendidikan, pengetahuan, peningkatan usia, dan persepsi terhadap penyakit (Romadhon et al., 2020).

Penerapan self care sangat penting agar pasien mendapatkan keberhasilan dalam melakukan perawatan diri tersebut. Apabila perawatan diri pada pasien hipertensi tidak dilakukan, akan berdampak buruk bagi pasien dan rumah sakit. Pada pasien, akan sering mengalami kekambuhan sehingga memerlukan perawatan ulang.

METODOLOGI PENELITIAN

Populasi dalam penelitian ini adalah pasien hipertensi yang berusia 17-45 tahun keatas di wilayah kerja Puskesmas Gamping II Yogyakarta pada bulan Februari sampai Juli 2022. Besaran sampel yang digunakan dalam penelitian ini yaitu sebanyak 34 responden.

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif. Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian *observasional analitik (non-eksperimental)*. Metode yang dilakukan dalam penelitian ini menggunakan pendekatan *cross sectional*. Instrumen yang digunakan pada penelitian ini adalah kuesioner. Kuesioner yang digunakan adalah kuesioner *self care*. Pada penelitian ini variabel bebas (*independent*) yaitu *self care*. Menggunakan skala data ordinal. Analisa data menggunakan komputersasi program SPSS dengan uji *statistic* menggunakan uji *Chi-Square*.

HASIL PENELITIAN

Karakteristik Sosiodemografi Responden

Karakteristik sosiodemografi responden pada penelitian ini dapat dilihat dalam tabel 1 berikut:

Tabel 1
Karakteristik Sosiodemografi Responden Hipertensi
Di Wilayah Kerja Puskesmas Gamping II Yogyakarta Bulan Februari 2022

Karakteristik	Frekuensi	Persentase (%)
Umur		
26 - 45	1	3%
45 - sampai keatas	33	97%
Jenis Kelamin		
Laki-laki	15	44%
Perempuan	19	56%
Status Pernikahan		
Tidak kawin	1	3%
Kawin	27	79%
Janda / Duda	6	18%

Pendidikan Terakhir		
Tidak sekolah	1	3%
SD	18	53%
SMP	7	21%
SMA	6	18%
Perguruan Tinggi	2	6%
Status Pekerjaan		
Tidak Bekerja	18	53%
Bekerja	16	47%
Tinggal Dengan		
Istri / Suami	20	59%
Anak	12	35%
Keluarga lainnya	2	6%
Status Merokok		
Ya	2	6%
Tidak merokok <12 bulan	7	21%
Tidak pernah/berhenti >12 bulan	25	74%

(Sumber data *primer, observasi 2022*)

Berdasarkan tabel 4.1 karakteristik sosiodemografi didapatkan hasil dari jumlah 34 responden hipertensi sebagian besar adalah berusia 45 keatas 97% yang berjenis kelamin perempuan dan laki-laki, responden perempuan lebih banyak dari pada responden laki-laki, yaitu perempuan 56% dan laki-laki 44%. Responden yang bekerja lebih banyak yaitu 53% dan yang tidak bekerja 47%. Tingkat pendidikan responden sebagian besar berada pada level pendidikan dasar (SD) yaitu 53%. Status pernikahan responden sebagian besar kawin yaitu sebanyak 79%. Sebagian besar responden tinggal serumah dengan istri/suami sebanyak 59% dan sebagian besar responden tidak pernah merokok yaitu sebanyak 74%.

Self Care

Tabel1
Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan
Penerapan *Self Care* Pasien Hipertensi.

Penerapan <i>Self Care</i>	Frekuensi	Persentase (%)
Baik	6	18%
Cukup	25	74%
Kurang baik	3	9%
Jumlah	34	100%

(Sumber data *primer, observasi 2022*)

Berdasarkan tabel 4.2 penerapan *self care* pada responden hipertensi terbanyak adalah cukup baik yaitu sejumlah 25 responden (74%). Dan didapatkan data paling sedikit pada responden hipertensi adalah kurang baik sejumlah 3 responden (9%) dan penerapan *self care* baik yaitu sejumlah (6) responden (18%).

Bivariat

Tabel2
Crosstabulasi penerapan *self care* pasien hipertensi dengan karakteristik sosiodemografi responden di wilayah kerja Puskesmas Gamping II Yogyakarta

Karakteristik Sosiodemografi	Self Care						Total		P-Value
	Baik		Cukup		Kurang		N	%	
	N	%	N	%	N	%			
Umur									0,831
Dewasa (26-45)	0	0	1	3	0	0	1	3	
Lansia (45-ke atas)	6	18	24	71	3	9	33	97	
Jenis kelamin									0,637
Laki-laki	2	6	11	32	2	6	15	44	
Perempuan	4	12	14	41	1	3	19	56	
Status Pernikahan									0,881
Tidak kawin	0	0	1	3	0	0	1	3	
Kawin	5	15	19	56	3	9	27	79	
Janda/Duda	1	3	5	15	0	0	6	18	
Pendidikan Terakhir									0,374
Tidak sekolah	1	3	0	0	0	0	1	3	
SD	3	9	13	38	2	6	18	53	
SMP/SLTP	2	6	4	12	1	3	7	21	
SMA/SLTA	0	0	6	18	0	0	6	18	
Perguruan tinggi	0	0	2	6	0	0	2	6	
Pekerjaan									0,749
Tidak Bekerja	3	9	14	41	1	3	18	53	
Bekerja	3	9	11	32	2	6	16	47	
Tinggal Dengan									0,537
Istri/Suami	3	9	14	41	3	9	20	59	
Anak	3	9	9	26	0	0	12	35	
Keluarga lainnya	0	0	2	6	0	0	2	6	
Status Merokok									0,178
Merokok	0	0	2	6	0	0	2	6	
Tidak Merokok	0	0	5	15	2	6	7	21	
<12 bulan									
Tidak pernah/berhenti >12 bulan	6	18	18	53	1	3	25	74	

(Sumber: Data Primer 2022)

Berdasarkan tabel 3 dapat diketahui bahwa hasil dari analisis data dengan uji *Chi-Square* diperoleh nilai signifikansi terendah yaitu status merokok 0,178 dan tertinggi status pernikahan 0,881 yang berarti tidak terdapat pengaruh antara *self care* dengan karakteristik sosiodemografi karena nilai $p < 0,05$.

PEMBAHASAN

Self Care

Hasil penelitian di wilayah kerja Puskesmas Gamping II Yogyakarta menunjukkan bahwa penerapan *self care* pada responden hipertensi terbanyak adalah cukup baik yaitu sejumlah 25 responden (74%). Dan didapatkan data paling sedikit pada responden hipertensi adalah kurang baik sejumlah 3 responden (9%) dan penerapan *self care* baik yaitu sejumlah (6) responden (18%). Penerapan *self care* responden hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Gamping II Yogyakarta sudah cukup baik. Namun harus lebih ditingkatkan lagi agar mencapai keberhasilan dalam melakukan *self care*. Perawatan mandiri yang baik dapat dilakukan dengan makan dengan gizi seimbang, mengontrol berat badan, melakukan olahraga teratur, mengurangi konsumsi alkohol, dan berhenti merokok.

Karakteristik Sosiodemografi

Pada penelitian ini terdapat 97% responden yang mengalami hipertensi diusia 45 tahun-sampai keatas. Hal ini sesuai dengan teori bahwa seiring bertambahnya usia, fungsi fisiologis juga mengalami penurunan akibat proses penuaan sehingga penyakit tidak menular (PTM) banyak muncul pada lanjut usia (Kementrian Kesehatan RI, 2014). Pada penelitian ini perempuan lebih banyak yang menderita hipertensi (59%) dibanding laki-laki (41%). Menurut Anggraini, 2012 wanita memiliki risiko yang sama dengan pria terkait penyakit hipertensi seiring bertambahnya usia mereka. Hal ini terjadi karena bertambahnya usia, produksi hormon estrogen wanita akan mengalami penurunan, sehingga perlindungan hormon ini terhadap penyakit darah tinggi dan serangan jantung pun akan menurun. (1234456487 & Sonny Eli Zaluchu, 2021). Berdasarkan status pernikahan responden, mayoritas memiliki status pernikahan kawin. Hal ini juga berhubungan dengan hasil data demografi respondeSebagian besar pendidikan terakhir responden adalah SD (53%). Responden dengan pendidikan rendah, prevalensinya lebih tinggi dari yang berpendidikan tinggi. Hal ini dapat

diasumsikan bahwa jenjang pendidikan yang rendah berkaitan dengan kurangnya pengetahuan dan kesadaran terkait kesehatan. Pengetahuan dan kesadaran yang rendah pada penderita hipertensi berisiko membuat kondisi hipertensi tidak terkontrol dengan baik. Menurut Notoatmodjo (2014), pendidikan berpengaruh pada perilaku sehat yaitu perilaku-perilaku yang berkaitan dengan upaya atau kegiatan seseorang untuk mempertahankan dan meningkatkan kesehatannya. (1234456487 & Sonny Eli Zaluchu, 2021). Sebagian responden yang tidak bekerja, lebih banyak yang menderita hipertensi. Menurut Triyanto, 2014 aktifitas fisik yang teratur setiap hari dapat menurunkan *atherosclerosis* dan memperlancar peredaran darah sehingga dapat menurunkan tekanan darah. Berdasarkan data yang telah diisi responden, mayoritas responden tinggal serumah dengan suami/istri. Hal ini berdasarkan hasil data demografi responden yang didominasi oleh responden yang memiliki status pernikahan kawin. Sebagian besar status merokok responden adalah tidak pernah merokok atau berhenti merokok >12 bulan (74%). Merokok memang menjadi salah satu faktor terjadinya hipertensi, namun dalam penelitian ini merokok bukan menjadi faktor utama terjadinya hipertensi. Bisa saja karena faktor kurang aktivitas atau kurangnya asupan makanan yang bergizi.

Bivariat

Pengaruh Self Care dengan Karakteristik Sosiodemografi

Penerapan *self care* dengan karakteristik sosiodemografi pada penelitian ini terdiri dari 7 karakteristik sosiodemografi yang diteliti. Adapun yang memiliki penerapan *self care* kurang baik berdasarkan usia yaitu terbanyak pada usia 45-ke atas yaitu sebesar 9%, hasil chi-square menunjukkan tidak ada hubungan yang signifikan antara usia dengan *self care* (0,831). Berdasarkan jenis kelamin menunjukkan yang berjenis kelamin laki-laki memiliki penerapan *self care* kurang baik lebih tinggi sebesar 6% dari pada perempuan 3%, hasil chi-square menunjukkan tidak ada hubungan yang signifikan antara jenis kelamin dengan penerapan *self care* (0,637). Berdasarkan status pernikahan menunjukkan yang kawin memiliki penerapan *self care* kurang baik sebesar 9%, hasil chi-square menunjukkan tidak ada hubungan yang signifikan antara status pernikahan dengan penerapan *self care* (0,749). Berdasarkan pendidikan terakhir menunjukkan yang memiliki penerapan *self care* kurang baik terbanyak yaitu pada tingkat pendidikan dasar (SD) sebesar 6%, hasil chi-square menunjukkan tidak ada

hubungan yang signifikan antara pendidikan terakhir dengan penerapan *self care* (0,374). Berdasarkan status pekerjaan responden yang memiliki penerapan *self care* kurang baik yaitu responden yang bekerja sebesar 6%, hasil uji-square menunjukkan tidak ada hubungan yang signifikan antara pekerjaan dengan penerapan *self care* (0,749). Berdasarkan responden yang tinggal serumah suami/istri memiliki penerapan *self care* yang kurang baik sebesar 9%, hasil uji chi-square menunjukkan tidak ada hubungan yang signifikan antara tinggal dengan penerapan *self care* (0,537). Berdasarkan status merokok responden yang memiliki penerapan *self care* kurang baik yaitu responden yang tidak merokok <12 bulan sebesar 6%, hasil chi-square menunjukkan tidak ada hubungan yang signifikan antara status merokok dengan penerapan *self care* (0,178).

KETERBATASAN PENELITIAN

Responden dalam penelitian ini tingkat pendidikannya sebagian besar SD sehingga kurang memahami pertanyaan di dalam kuesioner.

SIMPULAN DAN SARAN

Self care yang dilakukan pasien hipertensi di Puskesmas Gamping II mayoritas berada dalam rentang cukup baik sebanyak 25 orang dalam persentase 74%, kategori baik sebanyak 6 orang dalam persentase 18%, dan kategori kurang baik sebanyak 3 orang dalam persentase 9%. Tidak ada pengaruh antara kondisi sosiodemografi dengan penerapan *self care* pasien hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Gamping II Yogyakarta. Berdasarkan hasil penelitian ini diharapkan masyarakat khususnya para pasien yang menderita hipertensi agar dapat melakukan *self care* atau perawatan mandiri di rumah dengan cara yang baik dan benar serta teratur.

DAFTAR PUSTAKA

- 1234456487, & Sonny Eli Zaluchu. (2021). Analisis atruktur kovarians indeks terkait kesehatan pada lansia di rumah, dengan fokus pada kesehatan subjektif. *NoTitle*. 3(March), 6.
- Chrisanto, E. Y., & Astuti, W. (2019). Pengaruh Metode Edukasi Brainstorming Terhadap Self Care Pada Klien Congestive Heart Failure. *Holistik Jurnal Kesehatan*, 12(4), 224–234. <https://doi.org/10.33024/hjk.v12i4.646>
- Gadingrejo, P., Gadingrejo, P., Gadingrejo, W. P., & Gadingrejo, P. (2020). Jurnal Wacana Kesehatan SALT CONSUMPTION PATTERN WITH HYPERTENSION IN ELDERLY Akademi Keperawatan Dharma wacana Metro Universitas Muhammdiyah Pringsewu Lampung Janu Purwono , Pola Konsumsi Hipertensi adalah isu kesehatan provinsi dengan penderita Hiperten. *Jurnal Wacana Kesehatan*, 5(1), 531–533.
- Kementrian Kesehatan RI. (2014). InfoDatin Pusat Data dan Informasi Kesehatan Hipertensi. *Hipertensi*, 1–6.
- Romadhon, W. A., Aridamayanti, B. G., Syanif, A. H., & Sari, G. M. (2020). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Self-care Behavior pada Klien dengan Hipertensi di Komunitas. *Jurnal Penelitian Kesehatan "SUARA FORIKES" (Journal of Health Research "Forikes Voice")*, 11(April), 37. <https://doi.org/10.33846/sf11nk206>
- SIMANULLANG, S. M. P. (2019). SIMANULLANG, S. M. P. (2019). Self Management Pasien Hipertensi Di Rsup H. Adam Malik. *Journal Hipertensi*, 1–10. Self Management Pasien Hipertensi Di Rsup H. Adam Malik. *Journal Hipertensi*, 1–10.



Universitas 'Aisyiyah Karawang