



## Hubungan Efikasi Diri Dengan Self Care Management Pada Penderita Hipertensi Di Desa Karanglo, Klaten Selatan

*Relationship between Self-Efficacy and Self Care Management in Hypertension Patients in Karanglo Village, South Klaten*

Esri Rusminingsih<sup>1</sup>, Safira Mutiara Mubarakah<sup>2</sup>, Romadhani Tri Purnomo<sup>3</sup>, Marwanti<sup>4</sup>

<sup>1,2,3,4</sup> Stikes Muhammadiyah Klaten, Klaten

Corresponding author : esrirusminingsih@yahoo.co.id

### Abstrak

Prevalensi penderita Hipertensi di Indonesia terus meningkat. Sebagian besar penderita yang terdiagnosa Hipertensi diketahui tidak minum obat secara teratur dan mengakibatkan peningkatan risiko komplikasi berupa kerusakan organ target. *Self care management* direkomendasikan pada penderita Hipertensi sebagai upaya efektif dalam mengontrol tekanan darah. Faktor dominan dalam perubahan perilaku seseorang dipengaruhi oleh efikasi diri. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan efikasi diri dengan *self care management* pada penderita hipertensi di Desa Karanglo Kecamatan Klaten Selatan. Penelitian ini menggunakan desain deskriptif korelasi dengan pendekatan *cross sectional*. Pengambilan sampel menggunakan *simple random sampling* dengan jumlah 115 responden dengan kriteria sampel terdiagnosa Hipertensi, usia  $\geq 18$  tahun, mendapatkan resep atau obat Hipertensi. Instrumen pengumpulan data efikasi diri menggunakan *General self-efficacy scale*, dan *Hypertension Self-Care Activity Level Effects (H-SCALE)* digunakan untuk pengumpulan data *Self care Management* Hipertensi. Analisa statistik menggunakan *Kendall Tau*. Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar responden adalah perempuan (70,4%), rerata usia 58.33 tahun, pendidikan SD (38,3%), pekerjaan buruh (46,1%). Efikasi diri penderita Hipertensi sebagian besar tinggi 84.3% dan *self care management* sebagian besar tinggi (38,3). Hasil uji statistik didapatkan bahwa  $p\text{ value} = 0.001$  ( $p < 0.05$ ). Kesimpulan : Terdapat hubungan yang signifikan antara efikasi diri dengan *self care management* pada penderita hipertensi di Desa Karanglo Kecamatan Klaten Selatan.

**Kata kunci :** Efikasi diri, *Self care management*, Hipertensi

### Abstract

*The prevalence of hypertension sufferers in Indonesia continues to increase. Most patients diagnosed with hypertension are known to not take medication regularly and this results in an increased risk of complications in the form of target organ damage. Self care management is recommended for patients with hypertension as an effective effort to control blood pressure. The dominant factor in changing a person's behavior is influenced by self-efficacy. The purpose of this study was to determine the relationship between self-efficacy and self-care management in patients with hypertension in Karanglo Village, South Klaten District. This study uses a descriptive correlation design with a cross sectional approach. The sample was taken using simple random sampling with a total of 115 respondents with the sample criteria being diagnosed with hypertension, age > 18 years, getting a prescription or hypertension medication. The instrument for collecting self-efficacy data used the General self-efficacy scale, and Hypertension Self-Care Activity Level Effects (H-SCALE) was used to collect data on Self-care Management of Hypertension. Statistical analysis using Kendall Tau. The results showed that most of the respondents were women (70.4%), the mean age was 58.33 years, elementary school education (38.3%), laborers (46.1%). Self-efficacy of patients with hypertension is mostly high 84.3% and self care management is mostly high*



(38.3). Statistical test results found that  $p$  value = 0.001 ( $p < 0.05$ ). Conclusion: There is a significant relationship between self-efficacy and self-care management in patients with hypertension in Karanglo Village, South Klaten District.

**Keywords** : Self-efficacy, Self care management, Hypertension

## PENDAHULUAN

Penderita hipertensi terus meningkat setiap tahunnya, diperkirakan pada tahun 2025, terdapat 1,5 milyar orang mengalami hipertensi. Di Jawa Tengah Hipertensi menempati proporsi terbesar 57,10% dari seluruh Penyakit Tidak Menular (PTM). (Riskesdas 2018,). Kunci manajemen Hipertensi terletak pada kepatuhan terapi farmakologi dan perubahan gaya hidup yang sehat, namun data saat ini menunjukkan bahwa sebagian besar penderita yang terdiagnosa Hipertensi tidak minum obat secara teratur (32,27) dan sebagian lagi tidak minum obat (13,33%). Sebagian besar penderita Hipertensi yang tidak minum obat beralasan bahwa merasa sudah sehat 59,8% (Kementerian Kesehatan RI, 2019).

Ketidakpatuhan penderita hipertensi dalam mengontrol tekanan darah akan berdampak pada terjadinya beberapa komplikasi seperti penyakit jantung, stroke, penyakit ginjal, retinopati atau kerusakan pada retina, penyakit pembuluh darah tepi, gangguan saraf. Kerusakan organ target akibat komplikasi hipertensi tergantung pada besarnya peningkatan tekanan darah dan lamanya kondisi tekanan darah yang tidak terdiagnosis dan tidak diobati (Kemenkes RI, 2019).

Manajemen perawatan diri pada pasien hipertensi direkomendasikan sebagai salah satu upaya efektif untuk mengontrol tekanan darah pada penderita hipertensi (Labata et al., 2019). Darvishpoor *et al.*, (2019) menyebutkan bahwa keyakinan akan kemampuan diri merupakan faktor dominan dalam manajemen perawatan diri. Keyakinan memainkan peran penting dalam menentukan pendekatan untuk mencapai tujuan, tugas dan mengatasi rintangan (Damawiyah, 2017). Efikasi diri didefinisikan oleh Bandura (1997) sebagai keyakinan seseorang pada kemampuannya untuk mengatur dan berhasil dalam menyelesaikan tugas yang diinginkan. Seseorang yang memiliki efikasi diri kuat akan menetapkan tujuan yang tinggi dan berpegang teguh pada pendiriannya. Sebaliknya, seseorang yang memiliki efikasi diri rendah akan komitmen berdampak pada ketidakpatuhan terhadap perawatan diri (Ghufron dan Ruswanita, 2012). Pada penderita hipertensi terdapat sebesar 45,6% tidak mematuhi anjuran petugas kesehatan untuk minum obat secara teratur (Kemenkes RI, 2019). Efikasi diri yang positif secara konsisten menentukan kepatuhan terhadap berbagai perilaku kesehatan (Ngoh, Lim, Koh, & Tan, 2017).

*Self care management* merupakan suatu kemampuan seseorang dalam melakukan sesuatu secara mandiri, dalam melakukan aktivitas perawatan diri untuk mempertahankan kualitas hidup individu, individu mampu meningkatkan dalam memelihara kesehatannya sehingga tercapainya kesejahteraan tingkat kesehatan yang optimal (Mahfud et al., 2019). *Self care management* hipertensi bertujuan untuk meningkatkan perilaku hidup sehat (Mahfud et al., 2019). Area



utama perawatan diri dan manajemen hipertensi termasuk minum obat dan sejumlah faktor gaya hidup seperti tidak merokok, manajemen berat badan, diet rendah natrium dan lemak, aktivitas fisik, konsumsi alkohol, pemantauan tekanan darah, kunjungan ke dokter teratur, dan pengurangan stres. Penggunaan manajemen perawatan diri adalah kunci untuk kontrol tekanan darah yang memadai dan pengurangan kejadian kardiovaskular (Razan K. AlHadlaq, Mazin M. Swarelzahab, 2017).

Hasil studi pendahuluan tanggal 11 Januari 2021, jumlah penderita Hipertensi di Kabupaten Klaten per November 2020 sebesar 73.419 (23%). Puskesmas Klaten Selatan terdapat kasus Hipertensi sebanyak 3.444 orang, di Desa Karanglo jumlah penderita hipertensi sebanyak 227 orang. Hasil wawancara singkat mengenai *self care management* dengan 10 penderita hipertensi di Desa Karanglo, didapatkan sebanyak 20% penderita belum bisa mengurangi penggunaan garam, 20% tidak melakukan kontrol tekanan darah dan 30% penderita tidak mengkonsumsi obat antihipertensi. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan efikasi diri dengan Self Care Management pada Penderita Hipertensi di Desa Karanglo, Klaten Selatan.

## METODE

Desain penelitian menggunakan deskriptif korelasi dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi penderita Hipertensi di Desa Karanglo, Klaten berjumlah 227 orang. Sampel penelitian berjumlah 115 responden. Pengambilan sampel menggunakan *simple random sampling*. Kriteria sampel terdiagnosa Hipertensi (Tekanan darah  $\geq 140/90$  mmHg), usia  $\geq 18$  tahun, mendapatkan resep atau obat Hipertensi, telah menderita Hipertensi 1-5 tahun. Penderita yang memiliki komplikasi Hipertensi seperti gagal ginjal, Stroke dan penyakit jantung dieksklusikan dari sampel. Pengumpulan data efikasi diri menggunakan koefisien General Self-efficacy scale dengan nilai  $r_{hitung}$  0,539 ( $r_{tabel}$  0,362), reliabilitas 0,740. Data dikategorikan tinggi bila skor  $\geq$  median 24, dan kategori rendah bila skor median  $<$  24. Data Self care management dikumpulkan menggunakan koefisien Hypertension Self-Care Activity Level Effects (H-SCALE) dengan nilai validitas 0,88. H-SCALE yang memiliki 6 indikator yaitu kepatuhan pengobatan, diet, aktivitas fisik, merokok, manajemen berat badan dan konsumsi Alkohol. Analisa data menggunakan uji korelasi Kendall Tau.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### 1. Karakteristik Responden

Tabel 1  
Rerata Usia dan Lama Menderita Hipertensi (n=115)

Karakteristik Responden	Min	Max	Mean	SD
Usia	36	74	58.33	8.499
Lama Menderita Hipertensi	1	5	2.57	1.427



Hasil penelitian menunjukkan rerata umur responden yaitu 58.33 tahun dengan standar deviasi  $\pm$  8.499. Rerata lama menderita hipertensi yaitu 2.57 tahun dengan standar deviasi 1.427 tahun.

**Tabel 2**  
**Distribusi Frekuensi Jenis Kelamin, Pendidikan, Pekerjaan, Efikasi Diri dan Self Care Management (n=155)**

No	Variabel	Persentase (%)
1	<b>Jenis kelamin</b>	
	Laki-laki	29.6
	Perempuan	70.4
2	<b>Pendidikan</b>	
	Pendidikan Tinggi	6.1
	SD	38.3
	SMP	32.2
	SMA	13.0
	Tidak Sekolah	10.4
3	<b>Pekerjaan</b>	
	Buruh	46.1
	Guru	2.6
	Pensiunan	0.9
	PNS	0.9
	Swasta	7.0
	Tidak bekerja	32.2
	Wiraswasta	10.4
4	<b>Efikasi Diri</b>	
	Rendah	15.7
	Tinggi	84.3
5	<b>Self Care Management</b>	
	Rendah	28.7
	Sedang	33.0
	Tinggi	38.3

Pada tabel 2 menunjukkan bahwa dari 115 penderita Hipertensi di Desa Karanglo sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan yaitu sebanyak 81 orang (70.4%) sedangkan tingkat pendidikan paling banyak adalah SD sebanyak 44 orang (38.3%) dan sebagian besar bekerja sebagai buruh sebanyak 53 orang (46.1%). Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa sebagian besar, responden memiliki efikasi diri tinggi sebanyak 97 responden (84.3%), dan *self care management* dalam kategori tinggi sebanyak 44 responden (38.3%).

**Tabel 3**  
**Hubungan Efikasi Diri dengan Self Care Management**

Efikasi diri	Self Care Management						Total	Tau	P
	Tinggi		Sedang		Rendah				
	f	%	f	%	f	%			
<b>Tinggi</b>	44	38.3	29	25.2	24	20.9	97	0.277	0.001
<b>Rendah</b>	1	0.9	8	7.0	9	7.8	18		
<b>Jumlah</b>	45	39.1	37	32.2	33	28.7	115		



Hasil analisis bivariat menggunakan *Kendall Tau* didapatkan ada hubungan efikasi diri dengan *self care management* pada penderita hipertensi di Desa Karanglo Kecamatan Klaten Selatan dengan nilai  $p = 0.001$  ( $p \text{ value} < 0.05$ ) dan nilai tau = 0.277 yang menunjukkan variabel efikasi diri dengan *self care management* pada penderita hipertensi memiliki hubungan lemah.

## Pembahasan

### 1. Data Demografi

Hasil penelitian menunjukkan rerata usia penderita Hipertensi adalah 58.33 tahun. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Susanti, Murtaqib & Kushariyadi, (2020) yang menunjukkan hasil nilai rata-rata usia pasien hipertensi adalah 58,93 tahun dengan nilai standar deviasi 11,07. Menurut Oliveros *et al.*, (2020) kejadian hipertensi akan meningkat seiring dengan bertambahnya usia. Pertambahan usia menyebabkan perubahan hemodinamik, mekanis, kekakuan pada arteri, disregulasi neurohormonal dan otonom, serta penurunan fungsi ginjal.

Sebagian besar penderita Hipertensi pada penelitian ini berjenis kelamin perempuan (70.4%). Nuraini (2015) menyebutkan perempuan yang memasuki masa menopause akan mengalami kecenderungan kenaikan tekanan darah, kondisi ini dipengaruhi oleh penurunan hormon esterogen yang melindungi sistem kardiovaskular. Hormon esterogen berperan dalam meningkatkan kadar *High Density Lipoprotein* (HDL). Kadar kolesterol HDL yang tinggi merupakan faktor pelindung dalam mencegah terjadinya proses aterosklerosis. Aterosklerosis terjadi akibat adanya penyempitan dan kekakuan pada arteri akibat penumpukan plak pada dinding pembuluh darah. Kadar hormon esterogen akan terus menurun setelah menopause. Setelah usia 65 tahun, kejadian hipertensi pada wanita lebih tinggi dibandingkan dengan laki-laki. Kejadian hipertensi pada perempuan pascamenopause empat kali lebih besar daripada wanita pramenopause, sedangkan pada laki-laki dengan usia yang sama meningkat hanya tiga kali lipat (Colafella & Denton, 2018).

### 2. Lama menderita hipertensi

Hasil penelitian menunjukkan rerata lama responden menderita hipertensi adalah 2.57 tahun. Hal ini sejalan hasil penelitian Agustono, Zulfitri, & Agrina (2018) yang menunjukkan lama menderita Hipertensi 1-2 tahun sebanyak 32 orang (37,6%) dan >3-5 tahun sebanyak 36 orang (42,4%). Lama seseorang menderita suatu penyakit berhubungan dengan pengalaman orang tersebut dalam mengatasi masalah penyakit yang dialami. Ketika pengalaman seseorang baik, maka akan meningkatkan motivasinya untuk melaksanakan penatalaksanaan penurunan tekanan darah, misalnya penatalaksanaan program diet rendah garam dan sebagainya. Namun jika pengalaman tersebut tidak baik, maka akan menyebabkan terjadinya penurunan kesehatan dan pengalaman tersebut menyebabkan menurunnya motivasi untuk melaksanakan perawatan diri (Ghufron, M Nur., 2012).



Hipertensi yang terjadi dalam jangka waktu yang lama dapat menyebabkan peningkatan ketegangan dalam dinding pembuluh darah yang berdampak pada peningkatan beban kerja jantung dan mempermudah timbulnya arterosclerosis (Nuraini, 2015).

### 3. Efikasi Diri Penderita Hipertensi

Hasil penelitian menunjukkan penderita hipertensi di Desa Karanglo memiliki tingkat efikasi diri yang tinggi sebanyak 97 orang (84.3%) dan rendah sebanyak 18 orang (15.7%). Okatiranti, Irawan, & Amelia (2017) menyebutkan tinggi rendah efikasi diri dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu usia, jenis kelamin, tingkat pendidikan, dan pengalaman. Pengalaman penderita terhadap perilaku atau gaya hidup juga berhubungan dengan lama menderita penyakit yang dialami (Amila *et al.*, 2018). Ketika pengalaman yang dialami adalah baik maka penderita dapat membuat kesehatannya lebih baik sehingga dari pengalaman tersebut dapat meningkatkan motivasi untuk melakukan gaya hidup sehat. Namun jika pengalaman sebelumnya tidak baik maka dari pengalaman tersebut akan menurunkan motivasi dalam melakukan perawatan diri sehingga dapat terjadi penurunan kesehatannya. Hasil penelitian ini menunjukkan rerata lama hipertensi yang diderita 2.58 tahun.

Rozani, (2020) menyebutkan faktor yang berpengaruh terhadap efikasi diri adalah jenis kelamin, usia, pendidikan dan status ekonomi. Pengetahuan yang tinggi akan meningkatkan efikasi diri seseorang. Pendidikan erat dihubungkan dengan pengetahuan dan bukan merupakan salah satu faktor penyebab terjadinya hipertensi, akan tetapi pendidikan dapat mempengaruhi gaya hidup seseorang. Hasil penelitian ini didapat mayoritas responden pernah menempuh pendidikan sekolah dasar sebanyak 39,1%, dimana tingkat pendidikan masih kurang, namun efikasi dirinya tinggi. Hal ini dimungkinkan karena penderita Hipertensi memperoleh informasi dari berbagai media massa maupun media sosial yang mudah ditemukan.

### 4. Self Care Management

Hasil penelitian menunjukkan penderita hipertensi di Desa Karanglo memiliki tingkat *self care management* yang tinggi sebanyak 44 orang (38.3%), sedang 38 orang (33.0%) dan rendah sebanyak 33 orang (28.7%). Berdasarkan hasil tersebut diketahui *self care management* pada penderita hipertensi di Desa Karanglo sebagian besar baik. Pada penelitian ini *self care management* diukur berdasarkan kepatuhan mengkonsumsi obat, diet DASH, aktivitas fisik, merokok, management berat badan, dan alkohol. Hal tersebut sesuai dengan rekomendasi dari JNC 8 yang menjelaskan *self care management* pada penderita hipertensi dapat dilakukan dengan menerapkan modifikasi gaya hidup.

*Self care management* menurut Mahfud *et al.*, (2019) adalah kemampuan seseorang dalam melakukan aktivitas perawatan diri untuk mempertahankan hidup, meningkatkan, dan memelihara kesehatan serta kesejahteraan seseorang. *Self care management* pada penderita hipertensi ada



beberapa cara, yaitu mengontrol tekanan darah, patuh terhadap pengobatan, perubahan gaya hidup, dan menerapkan perilaku hidup sehat. Razan K. AlHadlaq, Mazin M. Swarelzahab (2017) menjelaskan bahwa *self care management* merupakan ukuran individu dalam menjaga kesehatannya setiap hari. *Self care management* merupakan indikator keberhasilan setiap individu. Jika *self care management* dilakukan dengan baik maka hipertensi dapat terkontrol dengan baik.

Bauer & Schiffman (2020) menyebutkan faktor-faktor yang mempengaruhi *self care management* adalah pengetahuan, nilai, karakteristik pribadi, status kesehatan, sumberdaya, karakteristik lingkungan, sistem perawatan kesehatan, dan dukungan sosial. Wilandika & Salami (2018) menyebutkan bahwa faktor sosiodemografi seperti umur, jenis kelamin, status marital, pekerjaan, status ekonomi, dan lamanya penyakit, dan dukungan sosial dapat mempengaruhi *self care management*.

##### 5. Hubungan Efikasi Diri dengan *Self Care Management* Penderita Hipertensi

Hasil penelitian menunjukkan bahwa berdasarkan efikasi diri penderita hipertensi sebagian besar adalah tinggi sebanyak 97 orang (48.3%) dengan *self care management* tinggi sebanyak 44 orang (38.3%), sedang sebanyak 29 orang (25.2%), dan rendah sebanyak 24 orang (20.9%). Hasil analisis bivariat menggunakan *Kendall Tau* didapatkan ada hubungan antara efikasi diri dengan *self care management* pada penderita hipertensi di Desa Karanglo Kecamatan Klaten Selatan dengan nilai *p value* 0,001 dengan kekuatan hubungan yaitu 0.277 yang berarti kekuatan korelasi lemah dengan arah korelasi positif artinya terjadi hubungan searah. Semakin tinggi efikasi diri yang dimiliki penderita hipertensi semakin tinggi pula *self care management* penderita hipertensi. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Okatiranti *et al.*, (2017) menunjukkan efikasi diri tinggi sebesar 50.7% dan perawatan diri sebesar 50.7%. Darvishpoor (2019) yang menyatakan efikasi diri merupakan faktor dominan dalam mengendalikan penyakit kronis. Efikasi diri mengacu pada kepercayaan seseorang dalam melakukan aktivitas tertentu untuk mencapai hasil tujuan. Efikasi diri yang dimiliki itu mempengaruhi seseorang dalam menentukan tindakan yang akan dilakukan untuk mencapai tujuan, termasuk di dalamnya perkiraan tantangan yang dihadapi (Damawiyah, 2017). *Self efficacy* mengacu pada kepercayaan seseorang dalam melakukan aktivitas tertentu.

Menurut Bender & Ingram (2018) menyatakan bahwa seseorang yang memiliki efikasi diri yang tinggi pada keyakinan mereka sendiri akan mengalami peningkatan signifikan dalam melakukan perawatan diri. Pada penelitian ini ditemukan keyakinan diri pada penderita hipertensi dalam kategori baik. Keyakinan diri yang baik menyebabkan *self care management* pada penderita hipertensi juga baik.

*Self care management* dapat menjadi baik apabila penderita memiliki seseorang memiliki efikasi diri yang baik. Seseorang dengan efikasi diri yang baik mampu melaksanakan tugas dengan baik dalam praktik perawatan dirinya (Bender & Ingram, 2018). Efikasi diri mendorong seseorang untuk



memahami lebih baik pada proses perubahan perilaku kesehatan sehingga penting untuk meningkatkan perawatan diri penderita. Penderita hipertensi dengan efikasi diri yang tinggi akan menganggap bahwa dirinya mampu untuk mengontrol tekanan darah dengan baik sesuai dengan tujuan yang dicapai. Begitu pula dengan sebaliknya, apabila penderita hipertensi dengan efikasi diri rendah akan menganggap bahwa kemampuan yang dimiliki belum bisa untuk mengontrol tekanan darah dengan baik dan tidak mampu untuk mendapatkan tujuan yang dicapai.

## KESIMPULAN

Terdapat hubungan efikasi diri dengan *self care management* pada penderita hipertensi di Desa Karanglo Kecamatan Klaten Selatan. Semakin tinggi efikasi diri yang dimiliki penderita hipertensi semakin tinggi pula *self care management* penderita hipertensi.

## DAFTAR PUSTAKA

- Agustono, Zulfitri, R., & Agrina. (2018). Hubungan Kondisi Psikososial Lansia Hipertensi Dengan Kejadian Insomnia. *Jurnal Online Mahasiswa (JOM) Bidang Ilmu Keperawatan*, 5(2), 51–61.
- 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>
- Bauer, W. S., & Schiffman, R. F. (2020). Factors Influencing Self-Management of Chronic Obstructive Pulmonary Disease by Community-Dwelling Adults. *Western Journal of Nursing Research*, 42(6), 423–430. <https://doi.org/10.1177/0193945919865532>
- Bender, A., & Ingram, R. (2018). Connecting attachment style to resilience: Contributions of self-care and self-efficacy. *Personality and Individual Differences*, 130(March), 18–20. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2018.03.038>
- Colafella, K. M. M., & Denton, K. M. (2018). Sex-specific differences in hypertension and associated cardiovascular disease. *Nature Reviews Nephrology*, 14(3), 185–201. <https://doi.org/10.1038/nrneph.2017.189>
- Damawiyah, 2017. (2017). Hubungan Efikasi Diri dan Motivasi Mencegah Komplikasi Dengan Derajat Hipertensi Pada Lansia di RW 01 Kelurahan Wonokromo Surabaya. *Naskah Publikasi*, 6, 5–9.
- Darvishpoor-, A. (2019). *Self - Actualization : Self - Care Outcomes among Elderly Patients with Hypertension*. <https://doi.org/10.4103/ijnmr.IJNMR>
- Ghufro, M Nur., & R. R. S. (2012). *Teori-Teori Psikologi*. AR-RUZZ Media.
- Kemkes RI. (2019). Hipertensi Si Pembunuh Senyap. *Kementerian Kesehatan RI*, 1–5.
- Kementerian Kesehatan RI. (2019). Hipertensi Penyakit Paling Banyak Diidap Masyarakat. *Kementerian Kesehatan RI. Sekretariat r Jenderal. Rencana Strategis Kementerian Kesehatan Tahun Rencana Strategis Kementerian Kesehatan Tahun*, 248.
- Labata, B. G., Ahmed, M. B., Mekonen, G. F., & Daba, F. B. (2019). Prevalence and predictors of self care practices among hypertensive patients at Jimma University Specialized Hospital, Southwest Ethiopia: Cross-sectional study.



- BMC Research Notes*, 12(1), 1–8. <https://doi.org/10.1186/s13104-019-4125-3>
- 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>
- Nuraini, B. (2015). Risk Factors of Hypertension. *J Majority*, 4(5), 10–19.
- Okatiranti, Irawan, E., & Amelia, F. (2017). Hubungan Self Efficacy Dengan Perawatan Diri Lansia Hipertensi. *Jurnal Keperawatan BSI*, 5(2), 130–139.
- Oliveros, E., Patel, H., Kyung, S., Fugar, S., Goldberg, A., Madan, N., & Williams, K. A. (2020). Hypertension in older adults: Assessment, management, and challenges. *Clinical Cardiology*, 43(2), 99–107. <https://doi.org/10.1002/clc.23303>
- Razan K. AlHadlaq, Mazin M. Swarelzahab, S. Z. A. (2017). Factors affecting self management of hypertensive patients attending family medicine in Riyadh, Saudi Arabia. *Journal of Family Medicine and Primary Care*, 6(2), 169–170. <https://doi.org/10.4103/jfmpc.jfmpc>
- Rozani, M. (2020). Self-care and Related Factors in Hypertensive Patients: a Literature Review. *Dinamika Kesehatan Jurnal Kebidanan Dan Keperawatan*, 10(1), 266–278. <https://doi.org/10.33859/dksm.v10i1.419>
- Susanti, L., Murtaqib, M., & Kushariyadi, K. (2020). Hubungan antara Efikasi Diri dengan Kualitas Hidup Pasien Hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Silo Jember. *Pustaka Kesehatan*, 8(1), 17. <https://doi.org/10.19184/pk.v8i1.10891>
- Tim Riskesdas 2018. (2018). Laporan Provinsi Jawa Tengah Riskesdas 2018. In *Kementerian Kesehatan RI*.
- Wilandika, A., & Salami. (2018). Kajian Self-Care Management Hipertensi dengan Pendekatan Efikasi Diri dan Dukungan Sosial Hypertension Self-Care Management Through Self-Efficacy And Social Support Approach : Literature Review. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 12(2), 37–42.