

DUKUNGAN KELUARGA BAGI *SELF CARE MANAGEMENT BEHAVIOUR* PADA KLIEN HIPERTENSI

Efita Noverizah¹, Elis Hartati²
Universitas Diponegoro^{1,2}
efitanoverizah29@gmail.com¹

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan dukungan keluarga dengan self care management behaviour pada klien hipertensi. Metode penelitian menggunakan desain penelitian korelasi dengan pendekatan cross-sectional. Hasil penelitian menunjukkan mayoritas klien hipertensi memiliki dukungan keluarga kategori cukup (61.5%) dan self care management behaviour kategori baik (86.2%). Hasil uji korelasi spearman rank, mayoritas klien memiliki dukungan keluarga cukup dan self care management behaviour kategori baik (57.7%), tingkat korelasi termasuk kategori lemah, dan arah hubungan positif dengan diperoleh nilai $r = 0.278$ dan $p \text{ value} = 0.001$ ($p < 0.05$). Simpulan, ada hubungan antara dukungan keluarga dengan self care management behaviour pada klien hipertensi dalam kategori lemah dan arah hubungan positif.

Kata Kunci: Dukungan Keluarga, Hipertensi, Self Care Management Behaviour

ABSTRACT

This study aims to determine the relationship between family support and self-care management behavior in hypertensive clients. The research method uses a correlation research design with a cross-sectional approach. The results showed that most hypertensive clients have sufficient family support (61.5%) and good self-care management behavior (86.2%). The results of the Spearman rank correlation test, the majority of clients have sufficient family support and good self-care management behavior (57.7%), the correlation level is in the weak category, and the direction of the relationship is positive with a value of $r = 0.278$ and $p\text{-value} = 0.001$ ($p < 0.05$). In conclusion, there is a relationship between family support and self-care management behavior in hypertensive clients in the weak category and the direction of the relationship is positive.

Keywords: Family Support, Hypertension, Self Care Management Behavior

PENDAHULUAN

Di Indonesia populasi pra lansia dan lansia semakin meningkat. Pada tahun 2022 jumlah populasi usia pra lansia (45-59 tahun) sekitar 163 juta jiwa dan jumlah populasi usia lansia (diatas 60 tahun) sekitar 291 juta jiwa (Badan Pusat Statistik, 2023). Bertambahnya usia seseorang akan berdampak terhadap berubahnya struktur dan fungsi sel, jaringan, dan sistem organ. Perubahan ini biasanya menyebabkan kerusakan terhadap kesehatan fisik dan berdampak pada kerentanan terhadap penyakit (Prastika & Siyam, 2021). Penyakit yang sering diderita oleh pra lansia dan lansia adalah hipertensi, diabetes melitus, stroke, radang sendi, dan asam urat (Amalia & Sjarqiah, 2022). Hipertensi merupakan suatu keadaan dimana

tekanan darah seseorang lebih dari atau setara dengan 140/90 mmHg (Rachmania et al., 2022). Hipertensi disebut *silent killer* karena sering kali tidak memperlihatkan gejala dan baru diketahui ketika ada sesuatu yang terjadi pada tubuh (Ashari et al., 2021). Penyakit komplikasi yang muncul akibat hipertensi diantaranya yaitu masalah pada jantung, otak, ginjal, bahkan dapat mengakibatkan kematian. Semakin tinggi tekanan darah seseorang, semakin tinggi juga kemungkinan seseorang tersebut mengalami masalah kesehatan tersebut (Linggariyana et al., 2023).

Penyakit hipertensi telah menjadi penyakit yang mematikan dalam delapan (8) dekade terakhir dan mempunyai prevalensi tinggi baik di negara berkembang dan negara maju (Juliana & Nisa, 2023). Data WHO 2022, prevalensi hipertensi di dunia mencapai 1,28 miliar (22%) (Musa, 2021). Prevalensi hipertensi di negara Indonesia mencapai 63.309.620 jiwa dan kasus kematian akibat hipertensi mencapai 427.218 kematian (Linggariyana et al., 2023). Hipertensi menjadi kasus PTM (Penyakit Tidak Menular) tertinggi di Kota Semarang sebesar 290.910 (37%) (Dinkes Jateng, 2022; Dinkes Semarang, 2022). Penyakit hipertensi yang terus meningkat ini menunjukkan perlu adanya perhatian lebih dalam upaya pencegahan dan penanganan hipertensi, terutama melalui perubahan gaya hidup dan peningkatan kesadaran masyarakat.

Penanganan hipertensi selain dari diri sendiri juga memerlukan adanya dukungan dari keluarga. *Self care management behaviour* adalah kemampuan perawatan diri individu untuk meningkatkan kualitas hidup, sehingga tercapai kesejahteraan hidup yang terdiri dari integritas diri, regulasi diri, interaksi dengan tenaga kesehatan dan lainnya, pemantauan tekanan darah, dan kepatuhan terhadap aturan yang telah dianjurkan (Pae et al., 2023; Irawan, 2023; Pramita, 2021). Dukungan keluarga yaitu perilaku atau sikap penerimaan keluarga terhadap anggota keluarga lain berupa dukungan emosional, dukungan penghargaan/penilaian, dukungan informasi, dan dukungan instrumental (Ashari et al., 2021). *Self care management* dan dukungan keluarga memiliki peran penting dalam meningkatkan kualitas hidup bagi klien hipertensi.

Klinik X adalah klinik fasilitas kesehatan pertama untuk masyarakat sebelum membutuhkan penanganan lebih lanjut di rumah sakit. Klinik ini melayani pasien umum dan pasien BPJS. Klinik ini memiliki 2 poli yaitu poli umum dan poli gigi. Jumlah pasien BPJS yang memilih berfaskes di klinik ini sekitar 6000 pasien. Kegiatan untuk pasien hipertensi di klinik ini adalah kegiatan prolanis (Program Pengelolaan Penyakit Kronis) yang di adakan 1 bulan sekali.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti, didapatkan hasil bahwa masih terdapat klien hipertensi yang belum mempertimbangkan porsi makan, tidak mengecek tekanan darahnya ketika sakit, tidak mengenali ketika tekanan darahnya tinggi, dan belum rutin minum obat. Selain itu, dukungan keluarga yang diberikan untuk klien hipertensi juga belum maksimal, diantaranya yaitu keluarga klien masih ada yang tidak mengingatkan terkait jadwal kontrol, tidak memberikan menu diet sehari-hari, dan tidak bersedia menemani ketika klien menyatakan akan kontrol.

Fenomena ini menjadi tantangan untuk peneliti untuk menganalisa lebih dalam melalui penelitian bagaimana hubungan dukungan keluarga dengan *self care management behaviour* pada klien hipertensi di klinik x. Hal ini penting dianalisis untuk mengetahui terkait bagaimana pengelolaan klien hipertensi untuk meningkatkan hasil kesehatan, mengurangi risiko komplikasi, dan meningkatkan kualitas hidup. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan dukungan keluarga dengan *self care management behaviour* pada klien hipertensi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan dukungan keluarga dengan *self care management behaviour* pada klien hipertensi.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif. Desain penelitian menggunakan penelitian korelasi, dengan pendekatan *cross-sectional*. Populasi penelitian ini adalah seluruh klien hipertensi di wilayah kerja Klinik X di Kecamatan Pedurungan, Kota Semarang tahun 2024. Sampel yang digunakan harus memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi yang ditentukan. Kriteria inklusi dalam penelitian ini yaitu: klien yang memiliki usia 45-70 tahun, sedangkan kriteria eksklusi dari penelitian ini yaitu: klien yang tidak tinggal bersama keluarga. Jumlah sampel pada penelitian ini adalah 130 klien hipertensi.

Penelitian ini menggunakan dua variabel yaitu *self care management behaviour* dan dukungan keluarga. Variabel independen yaitu dukungan keluarga dan variabel dependennya yaitu *self care management behaviour*. Instrumen yang digunakan yaitu kuesioner demografi, kuesioner *self care management behaviour*, dan kuesioner dukungan keluarga. Pengumpulan data dilakukan secara offline. Analisis data univariat dilakukan untuk menggambarkan distribusi frekuensi dan persentase dari semua variabel yang diteliti dan analisis bivariat dilakukan untuk mengetahui hubungan dukungan keluarga dengan *self care management behaviour* menggunakan uji statistika korelasi *spearman rank*.

HASIL PENELITIAN

Analisis Univariat

Tabel. 1
Distribusi Frekuensi Karakteristik

No	Karakteristik	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1.	Usia		
	Pra Lansia: 45-59 tahun	68	52.3
	Lansia : 60 tahun ke atas	62	47.7
	Total	130	100
2.	Jenis Kelamin		
	Laki-laki	45	34.6
	Perempuan	85	65.4
	Total	130	100
3.	Status Perkawinan		
	Belum Menikah	1	0.8
	Sudah Menikah	125	96.2
	Cerai (Hidup/Mati)	4	3.1
	Total	130	100
4.	Pendidikan		
	Tidak Sekolah	2	1.5
	SD	8	6.2
	SMP	12	9.2
	SMA	60	46.2
	Perguruan Tinggi	48	36.9
	Total	130	100
5.	Pekerjaan		
	Tidak Bekerja	36	27.7
	Bekerja	50	38.5
	Pensiun	44	33.8
	Total	130	100
6.	Lama Terdiagnosis Hipertensi		
	1-5 tahun	59	45.4
	2-10 tahun	60	46.2
	>10 tahun	11	8.5
	Total	130	100

7. Riwayat Kesehatan		
Ada	43	33.1
Diabetes Mellitus	42	97.7
Jantung	1	2.3
Tidak	87	66.9
Total	130	100

Berdasarkan tabel 1 diatas diperoleh data bahwa mayoritas klien hipertensi berusia 45-59 tahun (52.3%), berjenis kelamin perempuan (65.4%), status perkawinan sudah menikah (96.2%), berpendidikan SMA (46.2%), status pekerjaan masih bekerja (38.5%), telah terdiagnosis hipertensi selama 6-10 tahun (46.2%), dan tidak memiliki riwayat kesehatan selain hipertensi (66.9%), sedangkan memiliki riwayat kesehatan selain hipertensi (33.1%) diantaranya diabetes mellitus (97.7%) dan jantung (2.3%).

Tabel 2
Distribusi Indikator Dukungan Keluarga

No	Indikator	Baik		Cukup		Kurang		Total	
		<i>f</i>	%	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%
1.	Dukungan Informasi	0	0	99	76.2	31	23.8	130	100.0
2.	Dukungan Penilaian/Penghargaan	0	0	123	94.6	7	5.4	130	100.0
3.	Dukungan Instrumental	17	13.1	88	67.7	25	19.2	130	100.0
4.	Dukungan Emosional	0	0	100	76.9	30	23.1	130	100.0

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan bahwa mayoritas klien hipertensi telah mendapatkan dukungan keluarga. Mayoritas klien hipertensi telah mendapatkan dukungan keluarga pada indikator dukungan penghargaan/penilaian dalam kategori cukup (94.6%).

Tabel 3
Distribusi Dukungan Keluarga

Dukungan Keluarga	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Kurang	50	38.5
Cukup	80	61.5
Baik	0	0
Total	130	100.0

Berdasarkan tabel 3 menunjukkan bahwa mayoritas klien hipertensi memiliki dukungan keluarga dalam kategori cukup (61.5%).

Tabel 4
Distribusi Indikator *Self Care Management Behaviour*

No	Indikator	Baik		Cukup		Kurang		Total	
		<i>f</i>	%	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%
1.	Integrasi Diri	91	70.0	39	30.0	0	0	130	100.0
2.	Regulasi Diri	90	69.2	40	30.8	0	0	130	100.0
3.	Interaksi dengan Tenaga Kesehatan dan Lainnya	15	11.5	110	84.6	5	3.8	130	100.0
4.	Pemantauan Tekanan Darah	96	73.8	33	25.4	1	0.8	130	100.0
5.	Kepatuhan terhadap Aturan yang Dianjurkan	122	93.8	7	5.4	1	0.8	130	100.0

Berdasarkan tabel 4 menunjukkan bahwa mayoritas klien hipertensi telah memiliki *self care management behaviour*. Mayoritas klien hipertensi telah memiliki *self care management* pada indikator kepatuhan terhadap aturan yang dianjurkan dalam kategori baik (93.8%).

Tabel 5
Distribusi *Self Care Management Behaviour*

<i>Self Care Management Behaviour</i>	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Kurang	0	0
Cukup	18	13.8
Baik	112	86.2
Total	130	100.0

Berdasarkan tabel 5 menunjukkan bahwa mayoritas klien hipertensi telah memiliki *self care management behaviour* baik (86.2%).

Analisis Bivariat

Tabel 6
Hubungan Dukungan Keluarga
dengan *Self Care Management Behaviour* pada Klien Hipertensi

Dukungan Keluarga	<i>Self Care Management Behaviour</i>		Total		r	p value
	Cukup	Baik	f	%		
Kurang	f: 13, %: 10	f: 37, %: 28.5	f: 50	%: 38.5	0.278	0.001
Cukup	f: 5, %: 3.8	f: 75, %: 57.7	f: 80	%: 61.5		
Baik	f: 0, %: 0	f: 0, %: 0	f: 0	%: 0		
Total	f: 18, %: 13.8	f: 112, %: 86.2	f: 130	%: 100.0		

Berdasarkan tabel 6 diperoleh hasil uji korelasi *Spearman Rank* pada hubungan dukungan keluarga dengan *self care management behaviour* pada klien hipertensi. Berdasarkan hasil penelitian mayoritas klien hipertensi telah mendapatkan dukungan keluarga yang cukup dan *self care management behaviour* baik (57.7%).

Hasil uji korelasi *Spearman Rank* diperoleh nilai $r = 0.278$ dan $p \text{ value} = 0.001$ ($p < 0.05$) sehingga dapat disimpulkan terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga dengan *self care management behaviour* pada klien hipertensi. Dimana tingkat korelasi nilai $r = 0.278$ termasuk dalam kategori lemah dan arah hubungan positif, yang artinya semakin baik dukungan keluarga maka semakin baik pula *self care management behaviour* pada klien hipertensi.

PEMBAHASAN

Analisis Univariat

Kasus hipertensi setiap tahunnya semakin meningkat dapat diketahui bahwa mayoritas klien hipertensi berusia 45-59 tahun. Hal ini menunjukkan bahwa bertambahnya usia dapat menyebabkan tekanan darah mengalami peningkatan. Karena dalam bertambahnya usia tersebut terjadi perubahan fisiologis pada tubuh, seperti dinding uteri menebal akibat penumpukan zat kolagen pada lapisan otot (Tumanggor et al., 2022). Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Yunus (2021) yang menunjukkan bahwa usia paling banyak yang menderita hipertensi yaitu usia 51-60 tahun.

Mayoritas klien hipertensi berjenis kelamin perempuan. Hal ini dikarenakan perempuan lebih berisiko mengalami hipertensi setelah memasuki usia menopause karena produksi hormon estrogen akan menurun ketika sudah menopause (Tumanggor et al., 2022). Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Abdi (2021) yang menunjukkan bahwa klien hipertensi perempuan lebih banyak (55.3%) dibandingkan laki-laki.

Status perkawinan merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi seseorang mengalami hipertensi dimana tanggung jawab yang ditanggung lebih berat daripada sebelum menikah (Hamsah, 2022). Semakin tinggi tingkat pendidikan, diharapkan semakin luas wawasannya, sehingga pengetahuan pun akan meningkat (Dhirisma & Moerdhanti, 2022). Namun, dalam penelitian ini didapatkan hasil bahwa meskipun pendidikan klien hipertensi termasuk tinggi namun masih mengalami hipertensi. Penyebabnya yaitu klien yang tidak menjaga pola hidup mereka, seperti masih mengkonsumsi makanan yang tidak rendah garam, makanan mengandung kolesterol seperti gorengan, daging kambing, jeroan, dll.

Stres bekerja dan hipertensi memiliki hubungan dalam peningkatan tekanan darah secara bertahap akibat adanya proses aktivitas saraf simpatis. Stres kerja berkaitan erat dengan hipertensi karena stres kerja dapat membuat keluarnya hormon adrenalin dan kortisol dimana kedua hormon tersebut dapat meningkatkan tekanan darah (Delavera et al., 2021). Lamanya terdiagnosis hipertensi juga dapat menyebabkan munculnya berbagai penyakit komplikasi (Weo et al., 2022). Penyakit komplikasi yang dapat timbul yaitu stroke, gagal ginjal, retinopati diabetik, dan jantung koroner (Linggariyana et al., 2023). Diabetes dan hipertensi adalah 2 penyakit tidak menular yang seringkali hidup berdampingan. Kedua penyakit tersebut menjadi faktor risiko terjadinya penyakit kardiovaskuler.

Dukungan keluarga memiliki peranan yang penting untuk klien dalam menghadapi penyakitnya, dimana dukungan keluarga yang harmonis dapat memberikan rasa tenang dan cemas yang dirasakan klien berkurang (Lubis et al., 2024). Kurangnya informasi yang diberikan oleh keluarga dapat menjadi salah satu faktor tidak patuhnya klien dalam proses pengobatan hipertensi. Informasi kesehatan yang dibutuhkan bagi klien yaitu keluarga mengetahui jadwal kontrol, memberitahukan terkait jadwal kontrol, dan mengingatkan terkait jadwal kontrol klien.

Klien hipertensi telah mendapatkan dukungan penilaian/penghargaan dalam kategori cukup berupa setiap sakit klien berobat ke puskesmas/rumah sakit, klien mempelajari kembali apa yang telah dianjurkan oleh dokter, dan keluarga peduli dengan kesembuhan klien (Mariyani, 2021). Dalam menjalani pengobatan hipertensi, klien hipertensi telah mendapatkan dukungan instrumental dalam kategori cukup. Dukungan yang dapat diberikan yaitu keluarga memberikan ongkos/uang untuk berobat, memberikan istirahat yang cukup, siap untuk mengantar berobat, memberikan menu diet, dan bersedia membantu ketika klien membutuhkan bantuan.

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh bahwa mayoritas *self care management behaviour* klien dalam kategori baik. *Self care management behaviour* dapat muncul ketika klien tersebut mempunyai keinginan untuk mencapai hal yang diinginkan. Salah satu *self care management behaviour* yang sangatlah penting dilakukan yaitu kepatuhan klien dalam meminum obat agar dapat segera pulih dari kondisi sakitnya (Naibaho et al., 2022). Integrasi diri merupakan kepedulian klien terhadap kesehatannya dengan menerapkan perilaku hidup sehat seperti mengontrol berat badan, berolahraga, dan melakukan diet hipertensi. Regulasi diri merupakan gambaran perilaku klien dalam memantau penyebab munculnya tanda dan gejala yang dirasakan dan tindakan yang ambil. Interaksi klien dengan tenaga dan lainnya selama pengobatan sudah dalam kategori cukup. Interaksi dengan tenaga kesehatan dan lainnya akan terpenuhi jika terjadi kolaborasi antara klien dengan tenaga kesehatan dan orang

lain (Meo et al., 2023). Melakukan interaksi dengan dokter maupun perawat juga dapat meningkatkan pengetahuan klien terkait hipertensi. Kepatuhan dalam mengontrol dan mengecek tekanan darah sangatlah penting untuk dilakukan karena penyakit hipertensi adalah penyakit yang tidak dapat disembuhkan namun merupakan penyakit yang harus dikendalikan mencegah terjadinya komplikasi hingga kematian. Selain itu, klien juga perlu untuk mematuhi aturan mengkonsumsi obat sesuai dengan dosis yang diberikan dokter/perawat.

Analisis Bivariat

Berdasarkan tabel 6 menunjukkan hasil uji *spearman rank* menunjukkan bahwa p value = 0.001 ($p < 0.05$). Sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan dukungan keluarga dengan *self care management behaviour* pada klien hipertensi. Hasil uji *spearman rank* bahwa r hitung = 0.278 yaitu positif, yang berarti semakin baik dukungan keluarga maka semakin baik pula *self care management behaviour* pada klien hipertensi.

Keeratan hubungan dapat dilihat dari dukungan keluarga kategori cukup dan *self care management behaviour* kategori baik. Nilai 0.278 yang dikategorikan lemah (0.200-0.399) yang artinya keeratan hubungan dukungan keluarga dengan *self care management behaviour* pada klien hipertensi adalah lemah. Penelitian ini memiliki hasil yang sama dengan penelitian yang dilakukan oleh Novitarum et al., (2022) yaitu Ha diterima, yang artinya ada hubungan antara dukungan keluarga dengan manajemen perawatan diri.

Dukungan keluarga merupakan dukungan utama bagi klien dalam menjaga kesehatannya. Oleh karena itu, semakin tinggi dukungan keluarga yang diterima oleh klien, maka semakin tinggi pula *self care management behaviour*. *Self care management behaviour* melibatkan perilaku pencegahan dan penanganan gejala penyakit ketika muncul. Dalam hal ini untuk meningkatkan perilaku *self care management behaviour* yang baik diperlukan dukungan keluarga yang dapat meningkatkan kepatuhan klien dalam berobat. Oleh karena itu, dukungan keluarga mempunyai hubungan dengan *self care management behaviour* (Ulya et al., 2023).

SIMPULAN

Ada hubungan antara dukungan keluarga dengan *self care management behaviour* pada klien hipertensi dalam kategori lemah dan arah hubungan positif. Selain itu, klien hipertensi memiliki dukungan keluarga dalam kategori cukup dan *self care management behaviour* dalam kategori baik.

SARAN

Diharapkan klien hipertensi untuk meningkatkan informasi dan pemahaman tentang pentingnya dukungan keluarga dan *self care management behaviour* untuk mengontrol tekanan darah; meningkatkan perilaku mempelajari kembali apa yang telah dianjurkan oleh tenaga kesehatan; lebih peduli terhadap dirinya sendiri seperti (memilih makanan yang rendah garam, berolahraga secara rutin, dan mempertimbangkan porsi dan pilihan makanan); lebih peduli terkait penyakit yang dideritanya dengan meningkatkan pengetahuan terkait hipertensi (pengertian, tanda dan gejala, penanganan, dan pencegahan); dan dapat meningkatkan kepedulian terkait penyakit yang diderita dengan rajin mengecek tekanan darah, minum obat secara rutin, dan kontrol sesuai dengan jadwal yang telah ditentukan.

Selain itu, diharapkan keluarga klien dapat memberikan informasi terkait jadwal kontrol dan mengingatkan jadwal kontrol, dapat memberikan kepedulian kepada klien seperti memberikan menu diet sehari-hari, dan dapat bersedia menemani jika klien pergi kontrol. Kemudian bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat melaksanakan penelitian dengan

memperluas cakupan penelitian baik secara usia klien dan tempat penelitian, serta menghubungkan karakteristik dengan variabel yang diteliti untuk mengetahui seberapa jauh pengaruhnya terhadap variabel tersebut.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdi, T. R. (2021). Karakteristik Pasien Hipertensi di Puskesmas Tabaringan Makassar. *Citra Cendekia Celebes Foundation*, 1(2), 112–119. <https://doi.org/10.33368/inajoh.v0i0.24>
- Amalia V. N., & Sjarqiah, U. (2022). Gambaran Karakteristik Hipertensi pada Pasien Lansia di Rumah Sakit Islam Jakarta Sukapura Tahun 2020. *Muhammadiyah Journal of Geriatric*, 3(2), 62–68. <https://doi.org/10.24853/mujg.3.2.62-68>
- Ashari, Y., Nuriyah, N., & Maria, I. (2021). Hubungan Tingkat Pengetahuan, Sikap, dan Dukungan Keluarga terhadap Perilaku Pengendalian Hipertensi di Puskesmas Kebun Hadil Kota Jambi. *Journal of Medical Studies*, 1(2), 58–67. <https://doi.org/10.22437/joms.v1i2.16570>
- Badan Pusat Statistik. (2023). Jumlah Penduduk Usia 15 Tahun ke Atas Menurut Golongan Umur 2021-2022. <https://www.bps.go.id/indicator/6/715/1/jumlah-penduduk-usia-15-tahun->
- Delavera, A., Eryando, T., Jazid, R., & Siregar, K. N. (2021). Hubungan Kondisi Psikologis Stres dengan Hipertensi pada Penduduk Usia di atas 15 Tahun di Indonesia. *Jurnal Biostatistik, Kependudukan, dan Informatika Kesehatan (BIKFOKES)*, 1(3), 148–159. <https://scholar.ui.ac.id/en/publications/hubungan-kondisi-psikologis-stress-dengan-hipertensi-pada-pendudu>
- Dhirisma, F., & Moerdhanti, I. A. (2022). Hubungan antara Tingkat Pendidikan terhadap Pengetahuan Masyarakat tentang Hipertensi di Posbindu Desa Srigading, Sanden, Bantul, Yogyakarta. *Jurnal Kefarmasian Akfarindo*, 7(1), 40–44. <https://doi.org/10.37089/jofar.vi0.116>
- Dinkes Jateng. (2022). Data Profil Kesehatan Jawa Tengah Tahun 2022. https://dinkesjatengprov.go.id/v2018/dokumen/Buku_Profil_Kesehatan_2022/mobile/
- Dinkes Semarang. (2022). Profil Kesehatan 2022 Dinas Kesehatan Kota Semarang. <https://pustakadata.semarangkota.go.id/upload/pdf/451-profil-kesehatan-2022.pdf>
- Hamsah, L. A. (2022). *Gambaran Status Pernikahan dan Status Ekonomi terhadap Penderita Hipertensi pada Tenaga Kependidikan Rektorat Universitas Hasanuddin*. Universitas Hasanuddin Makassar. <http://repository.unhas.ac.id/id/eprint/25027/>
- Irawan, B. (2023). *Gambaran Self Care Management pada Pasien Hipertensi*. Universitas Islam Sultan Agung Semarang. https://repository.unissula.ac.id/29857/1/Ilmu%20Keperawatan_30901900037_fullpdf.pdf
- Juliana, N & Nisa E. Z. (2023). Hubungan Dukungan Keluarga dengan Self Care Management pada Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Alue Bilie Tahun 2022. *Jurnal Kebidanan, Keperawatan dan Kesehatan (J-BIKES)*, 2(3), 5–10. <https://doi.org/10.51849/j-bikes.v2i3.37>
- Linggariyana, L., Trismiyana, E., & Furqon, P. (2023). Asuhan Keperawatan dengan Teknik Rendam Kaki untuk Menurunkan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi di Desa Sri Pendowo Lampung Timur. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, 6(2), 646–651. <https://doi.org/https://doi.org/10.33024/jkpm.v6i2.8126>
- Lubis, E., Sutandi, A., & Dewi, A. (2024). Pengaruh Dukungan Keluarga terhadap Tingkat Kecemasan Pasien yang Menjalani Tindakan Bedah Mayor di RSAU dr. Esnawan Antarksa Jakarta Tahun 2023. *Journal of Nursing and Mindwifery Sciences*, 3(1), 31–

42. <https://doi.org/10.54771/fzjev53>
- Mariyani. (2021). *Hubungan antara Dukungan Keluarga dengan Self Care Behaviour Penderita Hipertensi di Puskesmas Rappang Kab. Sidrap Tahun 2020*. Universitas Islam Negeri Alauddin Makassar. <https://repositori.uin-alauddin.ac.id/20188/>
- Meo, M. Y., Rangga, Y. P. P., & Ovi, F. (2023). Dukungan Keluarga dan Penerapan Self Care Management Lansia Penderita Hipertensi. *Jurnal Kesehatan*, 12(1), 34–40. <https://doi.org/10.46815/jk.v12i1.127>
- Musa, E. C. (2021). Status Gizi Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Kinilow Tomohon. *Sam Ratulangi Journal of Public Health*, 2(2), 60–65. <https://doi.org/10.35801/srjoph.v2i2.38641>
- Naibaho, E. N. V., Damanik, H., Ritonga, E. P., Dewi, R., & Faustina, L. P. (2022). Hubungan Dukungan Keluarga dan *Self Management* dengan Kepatuhan Minum Obat Pasien Hipertensi di Rumah Sakit Imelda Pekerja Indonesia. *SEHATMAS (Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat)*, 1(4), 732–741. <https://doi.org/10.55123/sehatmas.v1i4.2585>
- Novitarum, L., Ginting, F., & Simamora, T. (2022). Hubungan Dukungan Keluarga dengan Manajemen Perawatan Diri Pasien Hipertensi di Rumah Sakit Santa Elisabeth Medan Tahun 2022. *Elisabeth Health Journal: Jurnal Kesehatan*, 7(2), 184–191. <https://doi.org/https://doi.org/10.52317/ehj.v7i2.465>
- Pae, K., Maryuti, I. A., & Astarini, M. I. A. (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>
- Pramita, M. (2021). *Hubungan Self Care Management dengan Self Efficacy pada Penderita Hipertensi di RT IV Kelurahan Kedung Rukem Surabaya*. Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Hang Tuah. <http://repository.stikeshangtuah-sby.ac.id/403/>
- Prastika, Y. D. & Siyam, N. (2021). Faktor Risiko Kualitas Hidup Lansia Penderita Hipertensi. *Indonesian Journal of Public Health and Nutrition*, 1(3), 407–419. <https://journal.unnes.ac.id/sju/IJPHN/article/view/47984/20505>
- Rachmania, D., Siswoaribowo, A., & Novitasari, P. (2022). Self Control dan Self Care Behaviour pada Penderita Hipertensi. *Seminar Publikasi Ilmiah Kesehatan Nasional (SpiKesNas)*, 1(2), 378–388. <https://spikesnas.khkediri.ac.id/SPIKesNas/index.php/MOO/article/view/99>
- Tumanggor, S. D., Aktalina, L., & Yusria, A. (2022). Karakteristik Pasien Hipertensi di Puskesmas Mandala Kecamatan Medan Tembung. *Jurnal Kedokteran STM (Sains dan Teknologi Medik)*, 5(2), 174–180. <https://doi.org/10.30743/stm.v5i2.343>
- Ulya, M., Upoyo, A., & Taufik, A. (2023). Pengaruh *Nursing Agency* dan Dukungan Keluarga terhadap Self-Care Behavior Penderita Hipertensi di Masa Pandemi COVID-19. *Jurnal Ilmiah Keperawatan*, 18(1), 15–22. <https://doi.org/10.30643/jiksht.v18i1.224>
- Weo, Y. N. F., Dikson, M., & Ringgi, M. S. I. N. (2022). Hubungan Lama Menderita Hipertensi dengan Tingkat Kecemasan pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Kopeta Kecamatan Alok Kabupaten Sikka. *Jurnal Keperawatan dan Kesehatan Masyarakat*, 9(1), 7–14. <https://jkkmfikesunipa.nusanipa.ac.id/index.php/hlj-Unipa/article/view/91/81>
- Yunus, M., Aditya, I. W. C., & Eksa, D. R. (2021). Hubungan Usia dan Jenis Kelamin dengan Kejadian Hipertensi di Puskesmas Haji Pemanggilan Kecamatan Anak Tuha Kab. Lampung Tengah. *Jurnal Ilmu Kedokteran dan Kesehatan*, 8(3), 229–239. <https://doi.org/10.33024/jikk.v8i3.5193>