

## HUBUNGAN DUKUNGAN KELUARGA DAN PENERIMAAN DIRI TERHADAP *SELF MANAGEMENT* PASIEN HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA UPTD PUSKESMAS NAMANG TAHUN 2024

Dewi Yana<sup>1</sup>, Ardiansyah<sup>2</sup>, M. Faizal<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup>Program Studi Ilmu Keperawatan, Institut Citra Internasional

### SUBMISSION TRACK

Submitted : 24 July 2025  
Accepted : 03 August 2025  
Published : 04 August 2025

### KEYWORDS

Dukungan Keluarga,  
Hipertensi, Penerimaan Diri,  
Self Management

### CORRESPONDENCE

Phone: -

E-mail: dewiyana@gmail.com

### A B S T R A C T

Hipertensi merupakan penyakit kronis yang membutuhkan manajemen diri (self management) yang baik. Jika pasien memiliki self management yang baik, maka pasien dapat mengelola penyakitnya, mengendalikan dan mencegah terjadinya komplikasi lebih lanjut. Keberhasilan self management hipertensi bergantung pada efektivitas perawatan diri individu untuk mengontrol gejala dan menghindari komplikasi. Self management pasien hipertensi dapat dipengaruhi oleh faktor dukungan keluarga dan penerimaan diri. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan keluarga dan penerimaan diri terhadap self management pasien hipertensi di wilayah kerja UPTD Puskesmas Namang Tahun 2024. Penelitian ini menggunakan desain cross sectional study. Penelitian ini dilakukan dengan cara membagikan kuisioner pada 108 pasien hipertensi di wilayah kerja UPTD Puskesmas Namang pada tanggal 7 Mei 2024 – 7 Juni 2024. Data yang terkumpulkan kemudian analisis secara univariat dan bivariat menggunakan uji chi-square. Hasil penelitian ini membuktikan bahwa terdapat hubungan antara dukungan keluarga ( $p$ -value=0,005), dan penerimaan diri ( $p$ -value=0,015) terhadap self management pasien hipertensi di wilayah kerja UPTD Puskesmas Namang Tahun 2024. Diharapkan bagi Institusi Pelayanan untuk dapat mengembangkan program edukasi dan dukungan yang komprehensif bagi pasien dan keluarganya.

2024 All right reserved

This is an open-access article under the [CC-BY-SA](#) license

## PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan peningkatan tekanan darah diastolik dan sistolik yang intermiten atau berkelanjutan. Hipertensi ditunjukkan dengan tekanan darah sistolik diatas 140 mmHg dan tekanan darah diastolik diatas 90 mmHg (Utami & Hudiyawati, 2020). Dimana penyakit hipertensi ini adalah penyakit yang umum dialami oleh masyarakat Indonesia, dan sering disebut sebagai “silent killer” karena karakteristik dari penyakit tidak menular (PTM) ini tidak menunjukkan tanda gejala yang jelas (Kurniawati, 2020).

Hipertensi menjadi salah satu masalah kesehatan yang sampai saat ini terus berkembang setiap tahunnya. Berdasarkan data dari World Health Organization (WHO) pada tahun 2021, terdapat sekitar 1,28 miliar penduduk yang terkena hipertensi. Data pada tahun 2022, terdapat sekitar 1,32 miliar penduduk yang terkena hipertensi. Data pada tahun 2023, terdapat sekitar 1,37 miliar penduduk yang terkena hipertensi di seluruh dunia. Jumlah penyandang hipertensi terus meningkat setiap tahunnya, diperkirakan pada tahun 2025 akan ada 1,5 Miliar orang yang terkena hipertensi, dan diperkirakan setiap tahunnya 9,4 juta orang meninggal akibat hipertensi dan komplikasinya (WHO, 2023).

Di Indonesia, prevalensi hipertensi juga mengalami peningkatan kasus. Berdasarkan data dari Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) pada tahun 2013, jumlah penderita hipertensi di Indonesia mencapai sekitar 25,8% kasus. data ini kemudian meningkat di tahun 2018 menjadi 34,1% atau sekitar 185.857 kasus (Riskesdas, 2018). Berdasarkan hasil pengukuran pada penduduk usia  $\geq 18$  tahun sebesar 34,1%, tertinggi di Kalimantan Selatan (44,1%), sedangkan terendah di Papua sebesar (22,2%). Hipertensi terjadi pada kelompok umur 31-44 tahun (31,6%), umur 45-54 tahun

(45,3%), umur 55-64 tahun (55,2%) (Riskesdas, 2018).

Berdasarkan data Profil Kesehatan Indonesia pada tahun 2020 terdapat 190.032 pasien hipertensi. Data pada tahun 2021 terdapat sekitar 201.176 pasien hipertensi. Data pada tahun 2022 terdapat sekitar 202.842 pasien hipertensi meningkat sebanyak 16,6% dari tahun sebelumnya. Data pada tahun 2023 terdapat sekitar 205.751 pasien hipertensi meningkat sebesar 29,09% dari tahun sebelumnya. Jumlah ini diprediksi akan terus mengalami peningkatan dimasa depan (Kemenkes RI, 2023).

Prevalensi penyakit hipertensi di Provinsi Kepulauan Bangka Belitung dalam periode tiga tahun terakhir juga selalu mengalami peningkatan kasus. Data pada tahun 2020 menyatakan bahwa jumlah kasus hipertensi yaitu sebanyak 282.282 kasus. Data pada tahun 2021, jumlah kasus hipertensi yaitu sebanyak 302.274 kasus. Data pada tahun 2022, jumlah kasus hipertensi yaitu sebanyak 305.210 kasus (Dinas Kesehatan Provinsi Kepulauan Bangka Belitung, 2022).

Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Kabupaten Bangka Tengah pada periode 2021 sampai dengan 2023 mengalami peningkatan kasus secara signifikan. Data pada tahun 2021, menyatakan bahwa jumlah kasus hipertensi sebanyak 43.088 kasus. Data pada tahun 2022, menyatakan bahwa jumlah kasus hipertensi sebanyak 44.997 kasus. Data pada tahun 2023, menyatakan bahwa jumlah kasus hipertensi sebanyak 46.051 kasus (Dinas Kesehatan Kabupaten Bangka Tengah, 2023).

Data jumlah pasien hipertensi di Puskesmas Namang pada 2021-2023 juga mengalami peningkatan kasus secara signifikan. Data pasien hipertensi pada tahun 2021 terdapat sebanyak 3.728 pasien. Pada tahun 2022, terdapat sebanyak 3.893 pasien. Data pada tahun 2023, terdapat sebanyak 3.983 pasien yang mengalami hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Namang (Rekam Medis Puskesmas Namang, 2023).

Hipertensi merupakan penyakit kronis yang membutuhkan manajemen diri (self management) yang baik. Jika pasien memiliki self management yang baik, maka pasien dapat mengelola penyakitnya, mengendalikan dan mencegah terjadinya komplikasi lebih lanjut. Perilaku self management yang harus dilakukan oleh pasien hipertensi mencakup mengatur pola makan, latihan fisik, minum obat, dan pemantauan tekanan darah (Xu et al, 2018).

Hipertensi pada umumnya tidak bisa dirasakan dan tidak menunjukkan gejala darah tinggi yang berarti. Oleh karena itu, banyak orang tidak menyadari kalau mereka punya darah tinggi. Bahkan, beberapa orang malah menyepelekan kondisi ini. Padahal, hipertensi yang dibiarkan atau tidak dirawat dengan baik dapat berdampak pada komplikasi serius bagi kesehatan tubuh. Tekanan darah yang kuat dapat melemahkan dan merusak dinding pembuluh darah arteri. Padahal, seyogyanya, pembuluh darah arteri memiliki bentuk yang elastis, kuat, dan fleksibel. Bagian dinding dalamnya pun bertekstur lembut, sehingga darah dapat mengalir dengan lancar dan menyuplai organ-organ penting di dalam tubuh dengan oksigen dan gizi lainnya (Kurniawati, 2020).

Dengan demikian, bila pembuluh darah arteri rusak, aliran darah menjadi terganggu dan suplai oksigen ke organ-organ penting dalam tubuh menjadi terbatas. Bila hal ini terjadi, penyakit lain akibat hipertensi akan sangat mungkin muncul. Bahkan, penyakit-penyakit tersebut pun tidak jarang dapat menyebabkan kematian (Tryanto, 2019).

Keberhasilan self management hipertensi bergantung pada efektivitas perawatan diri individu untuk mengontrol gejala dan menghindari komplikasi. Jika kegiatan self management dilakukan secara teratur, maka dapat mencegah komplikasi yang timbul akibat hipertensi. Gejala yang sering muncul pada pasien hipertensi berupa sakit kepala atau rasa sakit ditengkuk, vertigo, jantung berdebar-debar, mudah lelah, tingginya tekanan darah yang berlangsung dalam jangka waktu lama dapat menimbulkan kerusakan pada ginjal (gagal

ginjal), penyakit jantung koroner dan gangguan pada otak yang bisa menyebabkan stroke bila hipertensi tidak dideteksi secara dini, dan mendapat pengobatan yang memadai (Seymour & Huber, 2018).

Self management pasien hipertensi dapat dipengaruhi oleh faktor dukungan keluarga dan penerimaan diri. Keluarga menjadi suport system dalam kehidupan pasien hipertensi, agar keadaan yang dialami tidak semakin memburuk dan terhindar dari komplikasi akibat hipertensi. Dukungan keluarga sangat berdampak besar pada pasien sehingga self care management pada pasien dilakukan dengan baik (Handriana, 2020).

Dukungan keluarga diartikan dengan kesediaan anggota keluarga untuk memberikan bantuan kepada anggota keluarga yang menderita hipertensi dalam perawatan hipertensi (Rompis et al, 2020). Menurut Sarwono (2018) dukungan adalah suatu upaya yang diberikan kepada orang lain, baik moril maupun material untuk memotivasi orang tersebut dalam melaksanakan kegiatan. Anggota keluarga sangat membutuhkan dukungan dari keluarganya karena hal ini akan membuat individu tersebut merasa dihargai dan anggota keluarga siap memberikan dukungan untuk menyediakan bantuan dan tujuan hidup yang ingin dicapai individu.

Penatalaksanaan perawatan hipertensi pada penderita hipertensi sangat diperlukan suatu peran keluarga yang baik, dalam arti bahwa anggota keluarga mendukung penatalaksanaan perawatan hipertensi. Adanya keterlibatan anggota keluarga secara langsung untuk membantu pasien hipertensi merupakan salah satu wujud bentuk dukungan agar penatalaksanaan perawatan hipertensi dapat berjalan dengan baik. Penatalaksanaan hipertensi yang dilakukan dengan baik diharapkan pasien hipertensi dapat menjaga tekanan darahnya dengan normal (Rachmawati & Kartinah, 2017).

Selain itu penerimaan diri yang kuat akan berhubungan positif terhadap disiplinnya pasien dalam menerapkan perilaku manajemen diri pada hipertensi (Gaoetal, 2018). Penerimaan diri yang baik pada pasien hipertensi terdiri dari pasien mempunyai keyakinan dalam menjalani kehidupan dengan hipertensi, menganggap dirinya sama dan sederajat dengan orang yang tidak hipertensi, bersikap tidak menyalahkan diri sendiri dengan penyakitnya, serta tidak merasa ditolak orang lain, tidak pemalu, serta menganggap dirinya berbeda dari orang lain (Puspita, 2018).

Penerimaan diri pada penderita penyakit kronis seperti hipertensi memiliki peranan penting karena jika penerimaan dirinya baik maka individu tersebut mampu menyesuaikan perubahan-perubahan yang terjadi pada hidupnya, sedangkan jika penerimaan dirinya buruk individu tersebut akan merasa tidak berharga sehingga mudahdepresi yang akan mempengaruhi kehidupannya Fitriani & Siti (2022).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Dewi et al (2022) menyatakan bahwa terdapat hubungan antara dukungan keluarga dan penerimaan diri dengan self management pasien hipertensi. Skor dukungan keluarga responden paling banyak skor dukungan keluarga yang tinggi dengan jumlah 20 responden (52.6%) dan untuk skor sedang memiliki 18 responden (47.4%). Dukungan keluarga dapat mempengaruhi tingkat kepatuhan penatalaksanaan diet pada penderita hipertensi. Pemberian informasi kepada pasien hipertensi bahwa dia dihargai dan diterima merupakan salah satu contoh dukungan keluarga. Peran positif dari keluarga dalam hal ini akan membuat pasien berfikir bahwa kehidupannya masih sangat berarti dan dibutuhkan dalam menjalani kehidupan. Penerimaan diri pada penderita penyakit kronis seperti hipertensi memiliki peranan penting karena jika penerimaan dirinya baik maka individu tersebut mampu menyesuaikan perubahan-perubahan yang terjadi pada hidupnya, sedangkan jika penerimaan dirinya buruk individu tersebut akan merasa tidak berharga sehingga mudah depresi yang akan mempengaruhi kehidupannya.

Hal ini sejalan dengan penelitian Utami & Hudiyawati (2020), terdapat pengaruh yang positif antara dukungan keluarga dengan self- management pada penderita penyakit kronis.

Penderita dengan dengan penyakit kronis dapat lebih percaya diri dan melakukan self-management dengan baik jika mendapatkan dukungan keluarga yang baik pula. responden dengan dukungan keluarga yang rendah terdapat 16,0% memiliki self management yang kurang. Pada responden dengan dukungan keluarga cukup terdapat 20,0% memiliki self management yang sedang. Sedangkan pada responden dengan dukungan keluarga yang tinggi mayoritas memiliki self management yang baik yaitu 46,0%.

Didukung penelitian Rusminingsih et al (2021) menyatakan bahwa Nilai tertinggi penerimaan diri responden yaitu menerima dengan jumlah 36 responden (94.7%) dan tidak menerima 2 responden (5.3%). seseorang yang memiliki penerimaan diri yang tinggi pada keyakinan mereka sendiri akan mengalami peningkatan signifikan dalam melakukan perawatan diri. Penerimaan diri yang baik menyebabkan self care management pada penderita hipertensi juga baik.

Hasil survey awal yang dilakukan oleh peneliti dengan wawancara singkat terhadap lima orang pasien hipertensi di wilayah kerja UPTD Puskesmas Namang pada tanggal 20 Desember 2023, didapatkan data ada tiga dari lima pasien memiliki self management yang buruk seperti tidak patuh mengkonsumsi obat, jarang memeriksakan tekanan darahnya ke fasilitas pelayanan kesehatan, masih suka makan makanan tinggi sodium dan lemak. Tiga dari lima pasien tersebut menyatakan kurang mendapatkan dukungan dari keluarganya dan tidak peduli dirinya terkena hipertensi.

Berdasarkan data diatas membuat peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul hubungan dukungan keluarga dan penerimaan diri terhadap self management pasien hipertensi di wilayah kerja UPTD Puskesmas Namang Tahun 2024.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan dukungan keluarga dan penerimaan diri terhadap self management pasien hipertensi di wilayah kerja UPTD Puskesmas Namang Tahun 2024.

## METODE PENELITIAN

Penelitian menggunakan desain observasional analitik dengan pendekatan *Cross Sectional*. Penyebab atau risiko dan efek variabel atau kasus pada objek penelitian diukur dan dikumpulkan secara bersamaan, sesaat atau hanya sekali dalam satu waktu (pada waktu yang sama), dan tidak ada tindak lanjut disebut desain penelitian observasional analitik kuantitatif. Sampel penelitian ini sebanyak 108 pasien hipertensi di Puskesmas Namang yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Analisis Univariat

Tujuan dari analisis ini adalah untuk menjelaskan atau mendeskripsikan data karakteristik berdasarkan karakteristik responden (usia, jenis kelamin, dan pendidikan), variabel independen (dukungan

keluarga dan penerimaan diri) serta variabel dependen (*self management* pasien hipertensi). Adapun hasil dari analisis univariat sebagai berikut:

**Tabel 1.**  
**Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Usia Pasien Hipertensi di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Namang Tahun 2024**

Usia	Frekuensi	%
Dewasa	54	50
Lansia	54	50

<b>Total</b>	<b>108</b>	<b>100</b>
--------------	------------	------------

Berdasarkan tabel 1. di atas menunjukkan bahwa pasien yang berusia dewasa berjumlah 54 orang (50%), sama dengan pasien yang berusia lansia.

Tabel 2.

**Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin Pasien di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Namang Tahun 2024**

<b>Jenis Kelamin</b>	<b>Frekuensi</b>	<b>%</b>
Perempuan	72	66,7
Laki-laki	36	33,3
<b>Total</b>	<b>108</b>	<b>100</b>

Berdasarkan Tabel 2. Di atas menunjukkan bahwa pasien hipertensi yang berjenis kelamin perempuan berjumlah 72 orang (66,7%) lebih banyak dibanding pasien laki-laki,

Tabel 3.

**Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan Pasien Hipertensi di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Namang Tahun 2024**

<b>Pendidikan</b>	<b>Frekuensi</b>	<b>%</b>
SD	94	87
SMP	5	4,6
SMA	4	3,7
PT	5	4,6
<b>Total</b>	<b>108</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel 3. di atas menunjukkan bahwa pasien hipertensi yang pendidikannya SD berjumlah 94 orang (87%), lebih banyak dibanding pasien dengan pendidikan SMP, SMA, dan PT.

Tabel 4.

**Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan *Self Management* Pasien Hipertensi di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Namang Tahun 2024**

<b><i>Self Management</i> Pasien Hipertensi</b>	<b>Frekuensi</b>	<b>%</b>
Baik	71	65,7
Kurang	37	34,3
<b>Total</b>	<b>108</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel 4. di atas menunjukkan bahwa pasien hipertensi dengan *self management* yang baik berjumlah 71 orang (65,7%), lebih banyak dibanding *self management* yang kurang.

**Tabel 5.**  
**Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Dukungan Keluarga Pasien Hipertensi di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Namang Tahun 2024**

<u>Dukungan Keluarga</u>	Frekuensi	%
Baik	65	60,2
Kurang	43	39,8
<b>Total</b>	<b>108</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel 5. di atas menunjukkan bahwa pasien hipertensi dengan dukungan keluarga yang baik berjumlah 65 orang (60,2%), lebih banyak dibanding dukungan yang kurang.

**Tabel 6.**  
**Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Penerimaan Diri Pasien Hipertensi di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Namang Tahun 2024**

<u>Penerimaan Diri</u>	Frekuensi	%
Baik	68	63
Kurang	40	37
<b>Total</b>	<b>108</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel 6. di atas menunjukkan bahwa pasien dengan penerimaan diri yang baik berjumlah 68 orang (63%), lebih banyak dibanding pasien dengan penerimaan diri yang kurang

### Analisis Bivariat

Analisa data yang digunakan untuk mengukur hubungan antara variabel independen (dukungan keluarga dan penerimaan diri) dengan variabel dependen (self management pasien hipertensi) dilakukan dengan menggunakan uji statistik chi square. jika nilai p-value  $\leq 0,05$  berarti ada hubungan yang bermakna antara variabel independen dan variabel dependen. Hasil uji disajikan pada tabel dibawah ini:

**Tabel 7.**  
**Hubungan antara Dukungan Keluarga terhadap *Self Management* Pasien Hipertensi di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Namang Tahun 2024**

Dukungan Keluarga	<i>Self Management</i> Pasien Hipertensi				p-value	POR (CI 95%)
	Baik		Kurang			
n	n	%	n	%		
Baik	50	76,9	15	23,1	0,005	3,492(1,5 1-8,016)
Kurang	21	48,8	22	51,2		
Total	71	65,7	37	34,3		

Berdasarkan tabel 7. diketahui bahwa pasien hipertensi dengan *self management* yang baik paling banyak ditemukan pada pasien dengan dukungan keluarga yang baik yaitu

50 orang (76,9%), dibandingkan dengan dukungan keluarga yang kurang. Pada pasien hipertensi dengan *self management* yang kurang paling banyak pada pasien yang dukungan keluarganya kurang yaitu 22 orang (51,2%). Hasil analisis data menggunakan uji *Chi-Square* didapatkan nilai *p-value* (0,005) <  $\alpha$  (0,05), yang berarti ada hubungan antara dukungan keluarga terhadap *self management* pasien hipertensi di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Namang Tahun 2024.

Analisis lebih lanjut diperoleh hasil POR = 3,492 (95% CI= 1,521-8,016) yang pasien hipertensi yang dukungan keluarganya kurang cenderung memiliki *self management* hipertensi yang kurang sebesar 3,492 kali dibandingkan dengan pasien yang dukungan keluarganya baik.

**Tabel 8.**  
**Hubungan antara Penerimaan Diri terhadap *Self Management* Pasien Hipertensi di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Namang Tahun 2024**

Penerimaan Diri	<i>Self Management</i> Pasien Hipertensi				<i>p-value</i>	POR (CI 95 %)
	Baik		Kurang			
	n	%	n	%		
Baik	51	75	17	25	0,015	3,000(1,311-6,866)
Kurang	20	50	20	50		
Total	71	65,7	37	34,3		

Berdasarkan tabel 8. diketahui bahwa pasien hipertensi dengan *self management* yang baik paling banyak ditemukan pada pasien dengan penerimaan diri yang baik yaitu 51 orang (75%), dibandingkan dengan penerimaan diri yang kurang. Pada pasien hipertensi dengan *self management* yang kurang paling banyak pada pasien yang penerimaan diri yang kurang yaitu 20 orang (50%). Hasil analisis data menggunakan uji *Chi-Square* didapatkan nilai *p-value* (0,015) <  $\alpha$  (0,05), yang berarti ada hubungan antara penerimaan diri terhadap *self management* pasien hipertensi di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Namang Tahun 2024.

Analisis lebih lanjut diperoleh hasil POR= 3,000 (95% CI= 1,311-6,866) yang pasien hipertensi yang penerimaan diri yang kurang cenderung memiliki *self management* hipertensi yang kurang sebesar 3,000 kali dibandingkan dengan pasien yang penerimaan diri yang baik.

### Hubungan antara Dukungan Keluarga terhadap *Self Management* Pasien Hipertensi di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Namang 2024

Dukungan keluarga menurut Friedman et al (2013) dalam Sutini (2018) adalah sikap, tindakan penerimaan keluarga terhadap anggota keluarganya, berupa dukungan informasional, dukungan penilaian, dukungan instrumental dan dukungan emosional. Jadi dukungan keluarga adalah suatu bentuk hubungan interpersonal yang meliputi sikap, tindakan dan penerimaan terhadap anggota keluarga, sehingga anggota keluarga merasa ada yang memperhatikan. Orang yang berada dalam lingkungan sosial yang suportif umumnya memiliki kondisi yang lebih baik dibandingkan rekannya yang tanpa keuntungan ini, karena dukungan keluarga dianggap dapat mengurangi atau menyangga efek kesehatan mental individu.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pasien hipertensi dengan *self management* yang baik paling banyak ditemukan pada pasien dengan dukungan keluarga yang baik yaitu 50 orang (76,9%), dibandingkan dengan dukungan keluarga yang kurang. Pada pasien hipertensi dengan *self management* yang kurang paling banyak pada pasien yang dukungan keluarganya kurang yaitu 22 orang (51,2%). Hasil analisis data menggunakan uji *Chi-Square* didapatkan nilai  $p\text{-value}$   $(0,005) < \alpha$   $(0,05)$ , yang berarti ada hubungan antara dukungan keluarga terhadap *self management* pasien hipertensi di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Namang Tahun 2024.

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Nurfitasari et al (2023) menyatakan bahwa ada hubungan antara dukungan keluarga dengan *self management* pada lansia hipertensi di Desa Balung Kulon Kabupaten Jember. Dengan arah korelasi positif, berarti semakin baik dukungan keluarga maka semakin baik *self management* pada lansia hipertensi di Desa Balung Kulon. Dukungan keluarga ialah usaha dari anggota keluarga baik material ataupun moral dalam bentuk saran, motivasi, bantuan yang nyata dan informasi. Dukungan keluarga bisa memperbesar penghargaan terhadap diri sendiri, mendukung semua orang membentuk kekuatan keluarga, berpotensi sebagai cara untuk pencegahan pertama untuk setiap keluarga dalam mengatasi hambatan kehidupan sehari-hari.

Didukung dengan hasil penelitian oleh Arvinda (2022) berdasarkan hasil penelitian sebagian besar responden memiliki *self management* yang baik sebanyak 128 responden (52,2%). *Self management* mengacu pada kemampuan individu dalam mengelola kondisi dengan penyakit kronis hipertensi. Baik dari sisi fisik, psikososial termasuk perubahan gaya hidup, intervensi manajemen diri yang ditekankan pada *self efficacy*. Pasien dengan penyakit kronis dapat lebih percaya diri dan melakukan *self-management* dengan baik jika mendapatkan dukungan keluarga yang baik pula.

Peneliti berasumsi bahwa dukungan keluarga berhubungan erat dengan *self management* pasien hipertensi karena keluarga dapat menyediakan dukungan emosional, motivasi, serta bantuan praktis yang diperlukan untuk mengelola kondisi kesehatan. Dukungan emosional dari keluarga membantu mengurangi stres dan kecemasan, yang dapat mempengaruhi tekanan darah. Selain itu, keluarga dapat membantu mengingatkan pasien untuk mematuhi jadwal pengobatan, mengikuti diet yang sehat, dan rutin berolahraga. Dengan adanya pengawasan dan dorongan dari anggota keluarga, pasien lebih mungkin untuk mematuhi rekomendasi medis dan mengadopsi gaya hidup yang lebih sehat, sehingga pengelolaan hipertensi menjadi lebih efektif.

## **Hubungan antara Dukungan Keluarga terhadap Self Management Pasien Hipertensi di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Namang 2024**

Penerimaan diri merupakan keadaan dimana seseorang memiliki sikap yang positif terhadap dirinya sendiri dengan mengakui dan menerima dirinya dalam berbagai aspek diri termasuk kualitas yang baik dan buruk, merasa positif dengan kehidupan yang dijalani (Meilinda, 2018). Menurut Izzati & Waluya (2019) menambahkan bahwa individu yang mampu menerima dirinya secara baik serta tidak memiliki beban perasaan terhadap diri sendiri, sehingga nantinya akan lebih banyak memiliki kesempatan untuk beradaptasi dengan lingkungan. Kesempatan ini juga yang akan membuat individu mampu melihat peluang-peluang yang nantinya akan berkembang.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pasien hipertensi dengan *self management* yang baik paling banyak ditemukan pada pasien dengan penerimaan diri yang baik yaitu 51 orang (75%), dibandingkan dengan penerimaan diri yang kurang. Pada pasien hipertensi dengan *self management* yang kurang paling banyak pada pasien yang penerimaan diri

yang kurang yaitu 20 orang (50%). Hasil analisis data menggunakan uji *Chi-Square* didapatkan nilai *p-value*  $(0,015) < \alpha (0,05)$ , yang berarti ada hubungan antara penerimaan diri terhadap *self management* pasien hipertensi di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Namang Tahun 2024.

Hal ini sejalan dengan Penelitian Sinaga et al (2022) menyatakan bahwa ada hubungan penerimaan diri dengan *self management*. Penerimaan diri merupakan keyakinan individu akan kemampuannya untuk mengatur dan melakukan tugas tertentu berfokus pada perubahan perilaku penderita guna mendapatkan hasil yang diharapkan. Penerimaan diri bertujuan untuk menunjukkan seberapa besar keyakinan pasien terkait dengan pengetahuan dan pengobatan hipertensi yang merupakan aspek penting dalam memahami keberhasilan pasien dalam mengontrol tekanan darahnya. Penerimaan diri yang baik menyebabkan *self care management* pada penderita hipertensi juga baik.

Sejalan dengan Van Dongen et al (2020) *self management* merupakan perilaku yang mengacu pada perilaku apa pun yang dilakukan oleh individu (pasien) khusus untuk meredakan, meminimalkan, atau mencegah gejala dan meningkatkan kualitas hidup mereka. Penerimaan diri pada penderita penyakit kronis seperti hipertensi memiliki peranan penting karena jika penerimaan dirinya baik maka individu tersebut mampu menyesuaikan perubahan-perubahan yang terjadi pada hidupnya, sedangkan jika penerimaan dirinya buruk individu tersebut akan merasa tidak berharga sehingga mudah depresi yang akan mempengaruhi kehidupannya.

Sejalan dengan Riadi (2017) sebagian besar responden mampu menerima dirinya bahwa mereka menderita hipertensi, mampu menyesuaikan diri dengan keterbatasan-keterbatasan penyakit, dan mampu berpikiran positif terhadap dirinya meskipun menderita penyakit kronis. Pada awalnya, mereka takut akan penyakitnya dan komplikasi-komplikasi yang mungkin terjadi serta merasa tidak berharga dan menjadi beban keluarga, namun karena adanya dukungan dari keluarga, dukungan dari teman yang juga menderita hipertensi serta dukungan dan edukasi dari tenaga kesehatan membuat mereka semakin berpikiran positif.

Peneliti berasumsi bahwa penerimaan diri berhubungan dengan *self-management* pasien hipertensi karena menerima kondisi kesehatan mereka memungkinkan pasien untuk lebih realistis dalam menghadapi tantangan dan tanggung jawab pengelolaan penyakit. Ketika pasien menerima diagnosis hipertensi mereka, mereka lebih cenderung untuk mengambil langkah proaktif dalam memonitor tekanan darah, mengikuti perawatan medis, dan mengadopsi gaya hidup sehat. Penerimaan diri membantu mengurangi resistensi terhadap perubahan yang diperlukan dalam rutinitas harian, seperti diet dan olahraga, serta meningkatkan keterbukaan untuk mencari dan menerima dukungan dari tenaga medis dan keluarga. Dengan demikian, penerimaan diri menjadi dasar yang kuat untuk pengelolaan diri yang efektif, mengurangi risiko komplikasi, dan meningkatkan kualitas hidup pasien.

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang berjudul “Hubungan antara Dukungan Keluarga dan Penerimaan Diri terhadap *Self Management* Pasien Hipertensi di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Namang Tahun 2024” dapat disimpulkan terdapat hubungan antara dukungan keluarga (*p-value*=0,005), dan penerimaan diri (*p-value*=0,015) terhadap *self management* pasien hipertensi di wilayah kerja UPTD Puskesmas Namang Tahun 2024.

## REFERENSI

Adrian, S.J., & Tommy. (2019). Hipertensi Esensial : Diagnosis dan Tatalaksana Terbaru pada Dewasa. *CDK-274*. 46(3):172-178.

- Anies. (2018). Penyakit Degeneratif Mencegah Dan Mengatasi Penyakit Degeneratif Dengan Prilaku Dan Pola Hidup Modern Yang Sehat. Yogyakarta: Arruzz Media Bar, A. (2022). Dukungan Keluarga dan Self Efikasi terhadap Self Manajemen Penderita Hipertensi. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 5(2), 750-757.
- Dafriani. (2019). Pendekatan Herbal Dalam Menangani Hipertensi. Edited by E. Arman and R. Zainul. Padang: CV. Berkah Prima.
- Dewi, S. M. S., Rupang, E. R., & Lusia Sriwarina. (2020). Hubungan Konsep Diri Dengan Penerimaan Diri Pasien Kanker Payudara On Kemoterapi. 1(1).
- Dinas kesehatan Kabupaten Bangka Tengah (2023). Data Pasien Hipertensi.
- Dinas Kesehatan Provinsi Kepulauan Bangka Belitung. (2022). Data Pasien Hipertensi.
- Fitriani, M., & Muflihatin, S. K. (2020). Hubungan Penerimaan Diri dengan Manajemen Diri pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe II di Wilayah Kerja Puskesmas Palaran Kota Samarinda. *Borneo Student Research (BSR)*.2(1). 144-150
- Friedman, M. M. (2013). Buku Ajar Keperawatan keluarga : Riset, Teori, dan Praktek (5th ed.). Jakarta: EGC
- Handriana, I., & Hijriani, H. (2020). Gambaran self care management pada pasien diabetes mellitus di wilayah kerja Puskesmas Majalengka. *Prosiding Senantis 2020*, 1(1), 1189–1194.
- Hanum et al, (2017). Hubungan Karakteristik Dan Dukungan Keluarga Lansia Dengan Kejadian Stroke Pada Lansia Hipertensi Di Rumah Sakit Umum Pusat Haji Adam Malik Medan. Volume 3. Nomer 1, Desember 2018. JUMANTIK
- Hastuti, Apriyani Puji. (2022). Hipertensi. Jawa Tengah : Penerbit Lakeisha.
- Isnaini, N., & Lestari, I. G. (2018). Pengaruh Self Management Terhadap Tekanan Darah Lansia Yang Mengalami Hipertensi. *Indonesian Journal for Health Sciences*, 2(1), 7–18. <https://doi.org/10.24269/ijhs.v2i1.2018.pp7-18>
- Iswahyudi Yasril 1, M. A. (2019). Pengaruh Bawang Putih (Rubah) Terhadap Penurunan Tekanan Darah Di Padang Gamuak Kelurahan Tarok Dipo. *Empowering Society Journal* (2)1. No 02, 77-88.
- Izzati & Waluya, O. T. (2019). Gambaran Penerimaan Diri pada Penderita Psoriasis”. *Jurnal psikologi*.
- Jeklin, A. (2017). self care managemen pada pasien hipertensi. July, 1–23.
- JNC VII. (2013). Prevention, detection, evaluation, and treatment of high blood pressure.
- Lukmawati, E., Wilandika, A., & Widiанти, A. T. (2020). Pengaruh Supportive Educative Terhadap Self Care Pasien Hipertensi Pada Salah Satu Puskesmas Di Bandung. *Jurnal Keperawatan 'Aisyiyah*, 6(2), 1–7. <https://doi.org/10.33867/jka.v6i2.124>
- Mahmudah, dkk (2015). Hubungan Gaya Hidup Dan Pola Makan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia Di Kelurahan Sawangan Baru Kota Depok Tahun 2015. *Jurnal Biomedika*. 8(2). 30 Juni 2017 (10:10)
- Masi,M.N., Kundre,R. 2018. Perbandingan kualitas hidup pasien gagal ginjal kronik dengan comorbid faktor diabetes melitus dan hipertensi di ruangan hemodialisa rsup. prof. dr. r. d. kandou manado. *Jurnal Keperawatan*.
- Meilinda, Endah. (2018). Hubungan Antara Penerimaan Diri dan Konformitas terhadap Intensi Merokok pada Remaja di SMK Istiqomah Muhammadiyah 4 Samarinda. *eJurnal Psikoogi*. Volme 1 Nomor 1, Halaman 9-22. Samarinda : Fakultas Ilmu Sosial dan Politik Universitas Mulawarman

- Misgiyanto, & Susilawati, D. (2014). Hubungan Antara Dukungan Keluarga Dengan Tingkat Kecemasan Penderita Kanker Serviks Paliatif. *Jurnal Keperawatan*, 5(1).
- Nafiah, F. (2018). *Kenali Demam Tifoid dan Mekanismenya*. Deepublish.
- Naomi, W. S., Picauly, I., & Toy, S. M. (2021). Faktor Risiko Kejadian Penyakit Jantung Koroner (Studi Kasus di RSUD Prof. Dr. W. Z. Johannes Kupang). *Media Kesehatan Masyarakat*, 3(1), 99–107
- Notoatmodjo, S. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan*, Jakarta: Rineka Cipta.
- Nuraini B. (2015). Risk Factors of Hypertension. *J Majority*. Februari;4(5): 10- 18.
- 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.
- Nurrahmani U. (2016). *Stop! Hipertensi*. Yogyakarta: Familia.
- Nursalam. (2017). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan (4th ed)*. Jakarta : Salemba Medika.
- Prasetyo, T. A. (2017). Relationship Between Social Support and Health-related Quality of Life of Hypertensive Women in Indonesia. *Advanced Science Letters Vol. 23*, 12.536-12.539.
- Pratama, Y. A., Abi Muhlisin, S. K. M., & Kep, M. (2022). *Gambaran Self Management Pada Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Sukorejo Blitar (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Surakarta)*.
- Puspita, R. D. (2018). *Hubungan Antara Self Efficacy Dengan Penerimaan Diri Pada Pasien Penyakit Jantung*.  
Rekam Medis Puskesmas Namang. (2023).  
Data Pasien Hipertensi.
- Riadi, M. (2017). *Pengertian, Aspek, Tahapan dan Faktor Penerimaan Diri*.
- Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas). (2013). *Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian RI tahun 2013*.
- Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas). (2018). *Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian RI tahun 2018*. Rompis, A. S., Lase, A., & Pangaribuan, S. M. (2020). Dukungan Keluarga terhadap Penanganan Hipertensi di Rumah di Kelurahan Johar Baru III Jakarta Pusat. *Jurnal Keperawatan Cikini*, 1(2).
- Rusdianingseh. (2021). Pengalaman Keluarga Dalam Memberikan Dukungan Terhadap Penderita Hipertensi. *Jurnal Kebidanan*, 10(1), 24–30.  
<https://doi.org/10.35890/Jkdh.V10i1.16>
- Setiawan, S. D. (2015). The Effect Of Chemotherapy In Cancer Patient to Anxiety. *J Majority*, 4(4), 94–99.
- Setyorini, A. (2018). Hubungan Self Efficacy dengan Self care Management Lansia yang Menderita Hipertensi di Posyandu Lansia Padukuhan Panggang III Binaan Puskesmas Panggang I Gunungkidul. *Health Sciences and Pharmacy Journal*, 2(2), 58. <https://doi.org/10.32504/hspj.v2i2.29>
- Seymour, R. B., & Huber, L. R. B. (2018). The association between self-efficacy and hypertension self-care activities among African American adults. *Journal of Community Health*, 37(1), 15–24.  
<https://doi.org/10.1007/s10900-011-9410-6>
- Sinaga, C. Y., Sudirman, S., & Prihandana, S. (2022). Hubungan Efikasi Diri Dengan Manajemen Perawatan Diri Pada Lansia Hipertensi Di Puskesmas Sayung 1 Demak. *Juru Rawat. Jurnal Update Keperawatan*, 2(1), 1-6.

- Sinaga, V. R. I., & Simatupang, D., (2019). Hubungan Sikap Penderita Hipertensi dengan Pencegahan Komplikasi Hipertensi di Poliklinik Penyakit Dalam RSUP H. Adam Malik Medan Tahun 2019. Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Medan, hal. 33–35
- Sugiyono. (2018). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D. Penerbit Alfabeta:Bandung.
- Suprayitno, Emdat, Cory Nella Damayanti, and Mujib Hannan. (2019). “Gambaran Status Tekanan Darah Penderita Hipertensi Di Desa Karanganyar Kecamatan Kalianget Kabupaten Sumenep. *Journal Of Health Science (Jurnal Ilmu Kesehatan)* 4(2):20–23. doi: 10.24929/jik.v4i2.799
- Talumewo, Merlisa C. (2014). Faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian hipertensi pada pasien di wilayah kerja puskesmas airmadidi kabupaten minahasa utara. *Jurnal FKM Universitas Sam Ratulangi Manado*.
- Triyanto, Endang. (2014). Pelayanan Keperawatan bagi Penderita Hipertensi Secara Terpadu. Yogyakarta : Graha Ilmu
- Utami, A. P., & Hudiawati, D. (2020). Gambaran Dukungan Keluarga terhadap Self-Management Penderita Hipertensi. *Proceeding of The URECOL*, 9-15.
- Wardana, I. E., Sariatmi, A., & Kusumastuti, W., 2020. Analisis Proses Penatalaksanaan Hipertensi (Studi Kasus Di Puskesmas Purwoyoso Kota Semarang). *Jurnal Kesehatan Masyarakat (e-Journal)*, 8(1), hal. 76–86.
- Winata, I. G., Asyrofi, A., & Nurwijayanti, A. M. (2018). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Self Care Pada Orang Dewasa Yang Mengalami Hipertensi Di Puskesmas Kendal 01 Kabupaten Kendal. *Jurnal Manajemen Asuhan Keperawatan*, 2(2), 1–8. <https://doi.org/10.33655/mak.v2i2.3>
- World Health Organization (WHO). (2023). Prevalensi Hipertensi.
- Yastina, S. D., Afriant, R., & Yenita. (2017). Gambaran Kejadian Retinopati Hipertensi pada Penderita Hipertensi yang Dirawat di Bagian Penyakit Dalam RSUP dr. M. Djamil. *Jurnal Kesehatan Andalas*, 6(3), hal. 602–608.