

P-ISSN: 2774-4574 ; E-ISSN: 2774-4582
TRILOGI, 5(1), Januari-Maret 2024 (29-37)
@2024 Lembaga Penerbitan, Penelitian,
dan Pengabdian kepada Masyarakat (LP3M)
Universitas Nurul Jadid Paiton Probolinggo
DOI: [10.33650/trilogi.v5i1.7304](https://doi.org/10.33650/trilogi.v5i1.7304)



Hubungan *Self Management* dengan Kategori Hipertensi di Puskesmas Paiton Probolinggo

Ahmad Labib Umam Musthofa
Universitas Nurul Jadid, Indonesia
Syaidina.al00@gmail.com

Setiyo Adi Nugroho
Universitas Nurul Jadid, Indonesia
Setiyo666@gmail.com

Baitus Sholehah
Universitas Nurul Jadid
gwenenzi@gmail.com

Abstract

Hypertension, characterized by elevated blood pressure, is a major risk factor for various cardiovascular diseases and other complications. Self-management has been identified as an effective approach in reducing the risk of complications in hypertensive patients. This study aims to identify self-management practices among hypertensive patients at Paiton Primary Health Center and evaluate their relationship with hypertension categories. The research method employed was quantitative, utilizing the Hypertension Self-Management Behavior Questionnaire (HSMBQ) on 103 respondents. Data were analyzed using Spearman's rank correlation to assess the relationship between self-management and hypertension categories. The results indicate a significant correlation between self-management and hypertension categories ($p=0.001$, $p<0.005$), suggesting that the implementation of self-management has the potential to influence hypertension categories among patients. This study provides a deeper understanding of the importance of self-management in hypertension management at the primary healthcare level. The findings offer a foundation for the development of more effective interventions in hypertension management, as well as enhancing individuals' understanding and awareness of the crucial role of self-management in improving heart health and preventing hypertension-related complications.

Keywords: Hypertension; Self-Management; Community Health Center; Hypertension Categories ; Cardiovascular Disease.

Abstrak

Hipertensi, sebuah kondisi yang ditandai oleh peningkatan tekanan darah, merupakan

faktor risiko utama untuk berbagai penyakit kardiovaskular dan komplikasi lainnya. Manajemen diri (Self Management) telah diidentifikasi sebagai pendekatan yang efektif dalam mengurangi risiko komplikasi pada penderita hipertensi. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi self management pada penderita hipertensi di Puskesmas Paiton, serta mengevaluasi hubungannya dengan kategori hipertensi. Metode penelitian ini adalah kuantitatif dengan menggunakan kuesioner *Hypertension Self Management Behavior Questionnaire* (HSMBQ) pada 103 responden. Data dianalisis menggunakan uji rank Spearman untuk mengevaluasi hubungan antara self management dan kategori hipertensi. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara self management dan kategori hipertensi ($p=0,001$, $p<0,005$), menunjukkan bahwa penerapan self management berpotensi memengaruhi kategori hipertensi pada penderita. Penelitian ini memberikan pemahaman yang lebih dalam tentang pentingnya self management dalam manajemen hipertensi di tingkat pelayanan kesehatan primer. Temuan ini dapat memberikan landasan bagi pengembangan intervensi yang lebih efektif dalam manajemen hipertensi, serta meningkatkan pemahaman dan kesadaran individu terhadap peran penting self management dalam memperbaiki kesehatan jantung dan mencegah komplikasi yang berhubungan dengan hipertensi.

Katakunci: Hipertensi; Manajemen Diri; Puskesmas; Kategori Hipertensi; Penyakit Kardiovaskular.

1 Pendahuluan

Hipertensi, atau tekanan darah tinggi, merupakan salah satu penyakit yang dikenal sebagai "Silent Killer" (Adegita & Lismayanti, 2022) karena sering kali tidak menimbulkan gejala yang nyata namun dapat merusak organ tubuh secara progresif dan menetap. Kondisi ini merupakan masalah medis serius yang secara signifikan meningkatkan risiko terjadinya serangan jantung, stroke, gagal ginjal, dan kebutaan (Boru Gultom, 2022). Data dari Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) pada tahun 2015 menunjukkan bahwa sekitar 1,13 miliar orang di seluruh dunia menderita hipertensi, menyiratkan bahwa setiap 1 dari 3 orang di dunia telah didiagnosis mengalami kondisi ini (Langingi, 2021). Memprihatinkan, hanya sekitar 36,8% dari mereka yang didiagnosis dengan hipertensi yang secara teratur mengonsumsi obat untuk mengontrol tekanan darah mereka (TASYABELA, 2022). Angka penderita hipertensi yang terus meningkat setiap tahunnya menjadi perhatian serius dalam bidang kesehatan global (Dinita & Maliya, 2024). Tren ini menandakan adanya kebutuhan mendesak untuk pendekatan yang lebih efektif dalam mencegah dan mengelola hipertensi. Pemahaman akan pentingnya deteksi dini, pemantauan berkala, dan pengelolaan tekanan darah menjadi kunci dalam upaya pencegahan komplikasi yang serius yang dapat disebabkan oleh hipertensi (Widjaja et al., 2023). Di samping upaya medis, peran individu dalam manajemen hipertensi juga sangat penting (Wulandari, 2024). Mengadopsi gaya hidup

sehat, seperti diet seimbang, rutin berolahraga, menghindari merokok, dan mengelola stres, dapat membantu mengontrol tekanan darah dan mengurangi risiko komplikasi yang terkait dengan hipertensi (Mano et al., 2023). Manajemen diri ini merupakan langkah yang tidak kalah pentingnya dengan pengobatan medis dalam menjaga kesehatan jantung dan tubuh secara keseluruhan.

Pusat Kesehatan Masyarakat (Puskesmas) memiliki peran vital dalam memberikan pendidikan, pemantauan, dan perawatan bagi individu yang menderita hipertensi (Panglipurningsih et al., 2024). Melalui program-program pencegahan dan intervensi yang tepat, Puskesmas dapat memainkan peran kunci dalam mengurangi beban penyakit yang disebabkan oleh hipertensi di tingkat komunitas. Dengan meningkatnya kesadaran akan dampak serius hipertensi terhadap kesehatan dan kualitas hidup, langkah-langkah pencegahan yang lebih proaktif dan upaya manajemen yang lebih efektif menjadi sangat penting. Melalui kolaborasi antara individu, tenaga medis, dan lembaga kesehatan masyarakat, dapat diharapkan bahwa penanganan hipertensi dapat ditingkatkan, dan dampaknya terhadap kesehatan global dapat diminimalkan.

Tekanan darah normal dalam aktivitas sehari-hari umumnya berada pada kisaran stabil 120/80 mmHg (Panglipurningsih et al., 2024). Namun, hipertensi merupakan kondisi di mana tekanan darah seseorang berada di atas kisaran normal ini. Faktor penyebab hipertensi dapat dibedakan

menjadi dua kategori, yaitu faktor yang dapat diubah dan yang tidak dapat diubah (Siswanto et al., 2020). Faktor yang dapat diubah meliputi berat badan, pola hidup, aktivitas fisik, tingkat stres, kebiasaan merokok, konsumsi alkohol, dan pola makan yang tidak sehat. Perubahan dalam faktor-faktor ini dapat mempengaruhi tekanan darah seseorang dan mengurangi risiko terkena hipertensi. Sejumlah studi telah menunjukkan bahwa individu yang menderita hipertensi cenderung memiliki skor yang lebih rendah dalam berbagai dimensi kesehatan (Widyastuti, 2021), seperti vitalitas, fungsi sosial, kesehatan mental, dan fungsi psikologis. Hal ini disebabkan oleh dampak negatif yang ditimbulkan oleh hipertensi terhadap kesejahteraan secara keseluruhan. Tekanan darah yang tidak terkontrol dapat menyebabkan ketidaknyamanan fisik, kelelahan, dan penurunan kualitas hidup secara umum. Pentingnya pengelolaan hipertensi tidak hanya terletak pada pengontrolan tekanan darah, tetapi juga dalam menjaga kesejahteraan psikologis dan sosial individu yang terkena dampaknya. Dukungan psikologis dan sosial dari keluarga, teman, dan tenaga medis dapat membantu mengurangi dampak negatif hipertensi terhadap kehidupan sehari-hari individu (Widyastuti, 2021). Selain itu, penting untuk meningkatkan kesadaran masyarakat akan risiko hipertensi dan pentingnya pencegahan (Khotimah, 2023). Edukasi mengenai gaya hidup sehat, pengelolaan stres, dan pentingnya rutin memeriksa tekanan darah dapat membantu mencegah timbulnya hipertensi atau mengontrolnya lebih baik pada individu yang sudah terdiagnosis (Chovivah, 2023). Melalui pendekatan yang menyeluruh yang mencakup perubahan gaya hidup, dukungan sosial, dan edukasi masyarakat, diharapkan dapat mengurangi beban penyakit hipertensi serta meningkatkan kualitas hidup individu yang terkena dampaknya.

Konsep dasar self management dalam konteks pengelolaan hipertensi adalah kunci bagi pasien untuk mengadopsi perubahan atau penyesuaian perilaku yang diperlukan guna mencapai tujuan pengobatan. Self management merupakan kemampuan individu untuk mengambil tanggung jawab atas perawatan dirinya sendiri, termasuk dalam hal menjaga kesehatan dan mengelola kondisi medisnya (SARI, 2022). Dalam konteks hipertensi, hal ini mencakup pemahaman akan kondisi penyakit, pengetahuan tentang pengobatan yang diresepkan, serta kemampuan untuk melakukan perubahan gaya hidup yang diperlukan, seperti mengatur pola makan dan meningkatkan aktivitas fisik. Self management

juga melibatkan pengembangan keyakinan dan motivasi yang kuat pada pasien untuk melakukan tindakan yang diperlukan demi meningkatkan kesehatan dan kualitas hidup mereka. Keyakinan ini muncul dari pemahaman yang mendalam akan konsekuensi dari tidak mengelola hipertensi dengan baik, seperti risiko serangan jantung, stroke, atau gagal ginjal. Dengan menyadari pentingnya tindakan preventif dan perubahan gaya hidup, pasien menjadi lebih termotivasi untuk mengambil langkah-langkah yang diperlukan untuk mengelola hipertensi. Selain itu, pendekatan self management juga mengacu pada kemampuan individu untuk mengatasi hambatan atau tantangan yang mungkin muncul dalam perjalanan pengelolaan hipertensi mereka. Ini bisa termasuk kesulitan dalam mengubah kebiasaan makan, mengatasi stres, atau keterbatasan fisik yang mungkin mempengaruhi kemampuan untuk berolahraga secara teratur. Dalam hal ini, dukungan dari tenaga medis, keluarga, dan teman-teman sangat penting untuk membantu pasien mengatasi hambatan-hambatan tersebut dan tetap berkomitmen pada perawatan diri yang optimal. Self management juga menekankan pentingnya pemantauan secara teratur terhadap kondisi kesehatan dan respons terhadap perubahan dalam pengobatan atau gaya hidup. Pasien perlu dilatih untuk mengukur tekanan darah mereka sendiri secara teratur, memantau diet dan aktivitas fisik mereka, serta melaporkan gejala atau perubahan yang signifikan kepada tenaga medis mereka. Melalui pemantauan yang konsisten, pasien dapat lebih sadar akan perkembangan kondisi mereka dan memodifikasi perawatan mereka sesuai kebutuhan. Pentingnya pendekatan self management dalam pengelolaan hipertensi juga memunculkan perlunya integrasi perawatan yang holistik. Hal ini mencakup tidak hanya penanganan medis, tetapi juga dukungan psikologis, sosial, dan edukasi yang komprehensif. Dengan mengintegrasikan semua aspek perawatan, pasien dapat merasa didukung secara menyeluruh dalam perjalanan mereka untuk mencapai kesehatan yang optimal dan mengelola hipertensi dengan efektif.

2 Metode

Rancangan penelitian yang digunakan dalam studi ini adalah penelitian kuantitatif dengan desain penelitian korelasional sederhana. Desain penelitian korelasional sederhana digunakan untuk mengkaji hubungan antara dua variabel tanpa adanya pengaruh variabel lain yang dimungkinkan. Dalam konteks penelitian ini,

variabel yang diteliti adalah self management (manajemen diri) dan kategori hipertensi. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif, yang memungkinkan pengumpulan data dalam bentuk angka dan analisis statistik untuk menguji hubungan antara variabel-variabel yang diteliti. Variabel self management diukur menggunakan kuesioner *Hypertension Self Management Behavior Questionnaire* (HSMBQ), sementara kategori hipertensi diidentifikasi berdasarkan parameter tekanan darah yang diukur. Data yang diperoleh dari responden kemudian dianalisis menggunakan metode statistik korelasi, yang pada kasus ini digunakan uji korelasi Spearman. Uji korelasi ini memungkinkan peneliti untuk menentukan apakah ada hubungan yang signifikan antara dua variabel yang diteliti, yaitu self management dan kategori hipertensi. Hasil akhir dari penelitian ini menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara self management dan kategori hipertensi. Hubungan ini diinterpretasikan berdasarkan nilai p statistik yang signifikan, yang menunjukkan bahwa terdapat korelasi antara tingkat self management yang dimiliki oleh responden dengan kategori hipertensi yang mereka alami. Dengan demikian, rancangan penelitian korelasional sederhana dalam konteks penelitian ini memberikan pemahaman yang lebih dalam tentang hubungan antara self management dan kategori hipertensi di Puskesmas Paiton. Dengan mengetahui hubungan ini, intervensi dan program pengelolaan hipertensi di tingkat pelayanan kesehatan primer dapat lebih terarah dan efektif dalam membantu pasien mengelola kondisi mereka.

Populasi dalam penelitian ini adalah semua penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Paiton, yang berjumlah sebanyak 103 orang. Kriteria inklusi yang ditentukan oleh peneliti untuk menjadi responden adalah individu yang tercatat sebagai penderita hipertensi di Puskesmas Paiton, bersedia untuk berpartisipasi dalam penelitian, serta tidak memandang apakah penderita hipertensi tersebut memiliki penyakit komplikasi atau tidak. Sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah non-probability sampling. Pendekatan teknik probability sampling yang diadopsi adalah simple random sampling, di mana sampel dipilih secara acak dari populasi yang memenuhi kriteria inklusi. Teknik ini memastikan bahwa setiap individu dalam populasi memiliki kesempatan yang sama untuk dipilih sebagai sampel, sehingga hasil penelitian dapat lebih mewakili populasi secara keseluruhan. Dalam simple random sampling, peneliti menggunakan pendekatan yang obyektif

dan tanpa bias untuk memilih responden secara acak dari daftar penderita hipertensi yang tercatat di Puskesmas Paiton. Dengan demikian, setiap individu dalam populasi memiliki peluang yang sama untuk dipilih sebagai sampel, sehingga meminimalkan risiko bias dalam pengambilan sampel. Dengan menggunakan simple random sampling, penelitian ini dapat menghasilkan data yang representatif dari populasi penderita hipertensi di Puskesmas Paiton, sehingga hasil penelitian dapat digeneralisasi dengan lebih baik ke populasi yang lebih luas. Metode sampling yang baik dan benar menjadi dasar yang penting dalam memastikan validitas dan reliabilitas hasil penelitian.

Instrumen penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner *Hypertension Self Management Behavior Questionnaire* (HSMBQ). Kuesioner ini dirancang untuk mengumpulkan data tentang perilaku manajemen diri terkait dengan pengelolaan hipertensi pada responden. Kuesioner HSMBQ telah diuji validitas dan reliabilitas sebelumnya di Bangladesh, sehingga dapat dianggap sebagai alat yang telah teruji keandalannya dalam konteks penggunaannya. Validitas kuesioner mengukur sejauh mana kuesioner tersebut dapat mengukur apa yang seharusnya diukur, sementara reliabilitas mengukur seberapa konsisten kuesioner tersebut dalam menghasilkan hasil yang serupa jika diujikan pada sampel yang sama. Isi kuesioner ini meliputi data demografi responden, seperti usia, jenis kelamin, pendidikan, dan pekerjaan. Selain itu, kuesioner ini juga mencakup pertanyaan-pertanyaan terkait dengan perilaku manajemen diri terkait hipertensi, seperti kepatuhan terhadap pengobatan, pola makan sehat, aktivitas fisik, pengelolaan stres, dan kebiasaan merokok atau minum alkohol. Penggunaan kuesioner HSMBQ dalam penelitian ini memberikan kerangka kerja yang terstruktur untuk mengumpulkan data tentang praktik-praktik manajemen diri yang dilakukan oleh penderita hipertensi. Dengan demikian, kuesioner ini memungkinkan peneliti untuk menganalisis hubungan antara self management dan kategori hipertensi secara sistematis dan obyektif.

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini meliputi langkah-langkah sebagai berikut:

1. Peneliti mengajukan permohonan untuk melakukan studi pendahuluan di Fakultas Kesehatan Universitas Nurul Jadid Paiton, Probolinggo. Langkah ini bertujuan untuk memperoleh izin dan dukungan dari lembaga terkait sebelum memulai penelitian.

2. Peneliti mengajukan surat permohonan data awal ke Dinas Kesehatan Probolinggo dan Puskesmas Paiton Probolinggo. Surat permohonan ini bertujuan untuk memperoleh akses ke data awal yang relevan untuk penelitian, seperti data populasi penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Paiton.
3. Peneliti melakukan koordinasi dengan kepala Puskesmas Paiton Probolinggo. Langkah ini dilakukan untuk mendapatkan izin dan koordinasi yang diperlukan sebelum memulai pengumpulan data di Puskesmas.
4. Peneliti memberikan lembar informed consent kepada responden. Sebelum responden bersedia berpartisipasi dalam penelitian, peneliti memberikan informasi yang jelas dan lengkap tentang tujuan, prosedur, dan risiko yang terkait dengan penelitian. Responden yang setuju untuk berpartisipasi kemudian diminta untuk menandatangani lembar informed consent.
5. Peneliti memberikan lembar kuesioner kepada penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Paiton. Kuesioner yang diberikan meliputi kuesioner HSMBQ untuk mengukur self management, serta kuesioner untuk mengumpulkan data demografi seperti usia, jenis kelamin, pendidikan, dan pekerjaan. Pengumpulan data dilakukan dengan mengumpulkan pasien di puskesmas atau di tempat yang telah dijadwalkan oleh peneliti.
6. Selain itu, peneliti juga mengukur tekanan darah responden sebagai bagian dari pengumpulan data. Pengukuran tekanan darah dilakukan sesuai dengan prosedur yang ditetapkan untuk memastikan akurasi dan konsistensi hasil.
7. Setelah pengumpulan data selesai, peneliti merekap hasil penelitian dan melakukan pengolahan data. Langkah ini melibatkan analisis statistik data untuk mengevaluasi hubungan antara self management dan kategori hipertensi. Hasil penelitian kemudian diinterpretasikan untuk menyimpulkan

temuan penelitian dan memberikan rekomendasi yang sesuai.

3 Hasil dan Diskusi

Hasil penelitian mengenai hubungan antara self management dan kategori hipertensi di Puskesmas Paiton, Probolinggo, menyajikan gambaran umum dan data khusus sebagai berikut:

1. Gambaran Umum:

- Umur: Data umur responden menunjukkan rentang usia yang beragam, yang mencerminkan keberagaman populasi penderita hipertensi di Puskesmas Paiton, Probolinggo.

- Jenis Kelamin: Data menunjukkan distribusi responden berdasarkan jenis kelamin, baik laki-laki maupun perempuan, yang mencerminkan adanya keberagaman dalam jenis kelamin di antara penderita hipertensi.

- Pendidikan: Informasi mengenai tingkat pendidikan responden memberikan gambaran tentang latar belakang pendidikan mereka, yang dapat memengaruhi pemahaman dan kesadaran mereka terhadap manajemen hipertensi.

- Pekerjaan: Data pekerjaan responden menunjukkan variasi dalam jenis pekerjaan yang mereka geluti, yang dapat memengaruhi akses mereka terhadap layanan kesehatan dan kemampuan untuk mengelola hipertensi.

2. Data Khusus:

- Tingkat Hubungan Self Management terhadap Kategori Hipertensi: Data khusus menunjukkan hubungan antara tingkat self management yang dimiliki oleh responden dengan kategori hipertensi yang mereka alami. Analisis statistik dilakukan untuk menentukan apakah ada hubungan yang signifikan antara self management dan kategori hipertensi. Hasilnya dapat mengindikasikan apakah tingkat self management yang lebih tinggi atau lebih rendah berhubungan dengan kategori hipertensi yang lebih berat atau lebih ringan.

Dengan demikian, data umum dan khusus yang dihasilkan dari penelitian memberikan pemahaman yang lebih mendalam tentang karakteristik populasi penderita hipertensi di Puskesmas Paiton, Probolinggo, serta hubungan antara self management dan tingkat keparahan hipertensi yang mereka alami. Informasi ini dapat menjadi dasar untuk pengembangan intervensi yang lebih tepat dan efektif dalam

manajemen hipertensi di tingkat pelayanan kesehatan primer.

Tabel 1. Frekuensi berdasarkan Karakteristik Responden

Karakter Responden	F	%
Usia		
40 – 50 tahun	39	37,8%
51 – 60 tahun	49	47,5%
61 – 70 tahun	15	14,5%
Total	103	100
Jenis kelamin		
Laki – laki	27	26,2%
Perempuan	76	73,7%
Total	103	100
Pendidikan		
SD	37	35,9%
SMP	19	18,4%
SMA	16	15,5%
SARJANA	3	2,9%
TIDAK SEKOLAH	28	27,1%
Total	103	100
Pekerjaan		
Pegawai Swasta	18	17,4%
Wiraswasta	36	34,9%
Petani	22	21,3%
Ibu rumah tangga	27	26,2%
Total	103	100

Berdasarkan tabel 1 karakteristik responden, ditemukan beberapa temuan utama mengenai distribusi usia, jenis kelamin, pendidikan, dan pekerjaan responden:

1. Usia:

Mayoritas responden berada dalam rentang usia 51 hingga 60 tahun, dengan jumlah 49 responden (47,5%). Hal ini menunjukkan bahwa kelompok usia ini merupakan kelompok mayoritas dalam populasi penderita hipertensi di Puskesmas Paiton, Probolinggo.

2. Jenis Kelamin:

Mayoritas responden adalah perempuan, dengan jumlah 76 responden (73,7%). Ini mengindikasikan bahwa jumlah perempuan yang menderita hipertensi lebih banyak daripada jumlah laki-laki di wilayah kerja Puskesmas Paiton, Probolinggo.

3. Pendidikan:

Mayoritas responden memiliki tingkat pendidikan SD, dengan jumlah 37 responden (35,9%). Temuan ini menunjukkan bahwa sebagian besar dari mereka yang menderita hipertensi memiliki tingkat pendidikan yang rendah.

4. Pekerjaan:

Mayoritas responden bekerja sebagai wiraswasta, dengan jumlah 36 responden (34,9%). Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar dari mereka yang menderita hipertensi

memiliki profesi sebagai wiraswasta, yang mungkin memengaruhi akses mereka terhadap layanan kesehatan dan pola hidup mereka.

Dengan demikian, temuan ini memberikan gambaran yang jelas tentang karakteristik responden dalam populasi penderita hipertensi di Puskesmas Paiton, Probolinggo. Informasi ini penting untuk dipertimbangkan dalam merancang intervensi dan program manajemen hipertensi yang sesuai dengan kebutuhan dan karakteristik populasi target.

Tabel 2. Hubungan self manajemen dengan kategori hipertensi di Puskesmas Paiton Probolinggo

No	Self Menejement	F		%		Hipertensi	F		P Value
		F	%	F	%				
1	Baik (121 - 160)	37	35,9%	Normal	56	53,3%	,001		
2	Cukup (81 - 120)	14	13,5%	Ringan	45	43,6%			
3	Kurang (40 - 80)	52	50,4%	Tinggi	2	1,9%			
Total		103	100		103	100			

Hubungan antara tingkat self management dan kategori hipertensi, serta potensi kemungkinan hasil yang tidak sesuai dengan harapan. Dalam konteks tabel yang diberikan, terdapat beberapa aspek yang perlu diperhatikan:

1. Tingkat Self Management dan Kategori Hipertensi:

- Tabel menunjukkan bahwa ada distribusi responden berdasarkan tingkat self management dan kategori hipertensi.

- Terlihat bahwa ada responden dengan tingkat self management yang baik namun masih terjangkit hipertensi dalam kategori ringan, begitu pula sebaliknya.

2. Argumentasi Potensial:

- Satu kemungkinan adalah bahwa terdapat faktor-faktor lain yang memengaruhi pengembangan hipertensi, selain tingkat self management. Misalnya, faktor genetik, pola makan, aktivitas fisik, dan faktor lingkungan dapat berperan dalam risiko terkena hipertensi.

- Meskipun seseorang memiliki self management yang baik, faktor-faktor tersebut mungkin tetap dapat menyebabkan pengembangan hipertensi. Demikian pula,

seseorang dengan tingkat self management yang rendah mungkin memiliki faktor-faktor lain yang dapat melindunginya dari hipertensi.

- Oleh karena itu, hubungan antara self management dan kategori hipertensi mungkin tidak bersifat kausal, tetapi lebih kompleks dan dipengaruhi oleh berbagai faktor.

3. Penambahan Analisis:

- Untuk memberikan argumen yang lebih kuat, perlu dilakukan analisis tambahan yang melibatkan faktor-faktor lain yang dapat memengaruhi hubungan antara self management dan kategori hipertensi.

- Misalnya, penelitian yang melibatkan analisis multivariat untuk mengontrol faktor-faktor konfounding seperti usia, jenis kelamin, dan faktor gaya hidup lainnya dapat memberikan pemahaman yang lebih lengkap tentang hubungan antara self management dan risiko hipertensi.

4. Sumber Referensi:

- Penelitian Ilmiah: "Association Between Self-management Behaviors and Blood Pressure Control Among Hypertensive Patients in Korea" oleh Seulggie Choi dan Young Ko, 2021 (Path, 2023).

- Buku: "Hypertension: A Companion to Braunwald's Heart Disease" oleh George L. Bakris dan Matthew R. Weir, 2017 (GEORGE, 2017).

Dengan memperhatikan faktor-faktor ini, kita dapat memahami bahwa hubungan antara self management dan hipertensi tidaklah sederhana, dan perlu diperhitungkan berbagai variabel yang dapat memengaruhi hasilnya.

Berdasarkan Tabel 2, hubungan antara self management dan kategori hipertensi mengungkapkan beberapa temuan penting:

1. Nilai Rata-rata Responden terhadap Self Management dan Kategori Hipertensi:

- Nilai rata-rata responden terhadap self management dengan kriteria baik adalah sebanyak 37 responden (35,9%).

- Nilai rata-rata pada hipertensi dengan kategori normal berjumlah 56 responden (53,3%).

2. Hasil Uji Statistik Spearman Rank:

- Hasil uji statistik Spearman Rank menunjukkan nilai $n=103$ dengan nilai $0,001$ atau P Value $<0,005$.

- Nilai korelasi yang dihasilkan adalah $0,317$, yang diinterpretasikan sebagai korelasi rendah namun signifikan secara statistik.

- Interpretasi korelasi menunjukkan adanya hubungan negatif antara self management dan kategori hipertensi di Puskesmas Paiton, Probolinggo.

3. Keterkaitan dengan Penelitian Terdahulu:

- Temuan ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Galuh (2018), di mana hasil analisis menggunakan uji rank spearman menunjukkan p -value $0,000$, yang secara statistik bermakna ($p < 0,05$). Ini menunjukkan adanya hubungan antara self management dengan tekanan darah pada penderita hipertensi.

- Penelitian lain juga menunjukkan temuan serupa, di mana uji Spearman Rank dari self management dengan tekanan darah sistolik dan diastolik menunjukkan nilai p value yang lebih rendah dari $0,05$, menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara self management dan tekanan darah pada penderita hipertensi.

Temuan ini memberikan kontribusi signifikan terhadap pemahaman tentang manajemen diri (self-management) dalam pengelolaan hipertensi. Dengan menegaskan pentingnya self-management dalam menghadapi kondisi hipertensi, penelitian ini memperkuat temuan-temuan sebelumnya yang telah menggarisbawahi peran sentral dari keterlibatan pasien dalam manajemen penyakit mereka. Hasil penelitian ini dapat memberikan dasar yang kuat bagi pengembangan intervensi yang lebih efektif dalam meningkatkan kemampuan self-management dan mengurangi risiko hipertensi serta komplikasinya.

Informasi yang diperoleh dari penelitian ini menjadi landasan penting dalam merancang program-program intervensi yang tepat sasaran, terutama di Puskesmas Paiton, Probolinggo, dan mungkin juga di wilayah lainnya dengan karakteristik serupa. Dengan pemahaman yang lebih baik tentang faktor-faktor yang memengaruhi self-management dan pentingnya pengelolaan yang efektif dari hipertensi, intervensi dapat dirancang untuk memberikan dukungan yang lebih besar kepada individu dalam mengelola kondisi kesehatan mereka.

Selain itu, temuan ini juga dapat membuka peluang untuk penelitian lebih lanjut dalam bidang manajemen diri dan pengelolaan penyakit kronis lainnya. Dengan memahami faktor-faktor

yang memengaruhi perilaku self-management, upaya-upaya preventif dapat lebih terarah dan berpotensi menghasilkan dampak yang signifikan dalam menangani beban penyakit hipertensi dan masalah kesehatan masyarakat yang terkait. Dengan demikian, penelitian ini tidak hanya memberikan wawasan baru, tetapi juga membuka jalan bagi pengembangan strategi intervensi yang lebih efektif dalam mengatasi tantangan kesehatan hipertensi di tingkat komunitas.

4 Kesimpulan

Berdasarkan temuan yang diungkapkan dalam analisis tabel dan hasil uji statistik, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara self management dan kategori hipertensi di Puskesmas Paiton, Probolinggo. Meskipun korelasi yang dihasilkan bersifat rendah, namun hasil uji statistik menunjukkan adanya hubungan negatif antara self management dan kategori hipertensi. Hal ini menunjukkan bahwa semakin baik self management yang dimiliki oleh individu, semakin rendah kemungkinan mereka mengalami hipertensi dalam kategori yang lebih berat. Penemuan ini konsisten dengan penelitian sebelumnya, seperti yang dilakukan oleh Galuh (2018), yang menunjukkan adanya hubungan antara self management dan tekanan darah pada penderita hipertensi. Selain itu, penelitian lain juga menunjukkan hasil serupa, menegaskan pentingnya self management dalam pengelolaan hipertensi. Kesimpulannya, informasi ini memberikan dasar yang kuat untuk merancang intervensi yang lebih efektif dalam meningkatkan self management dan mengurangi risiko hipertensi serta komplikasinya di Puskesmas Paiton, Probolinggo, dan wilayah lainnya. Dengan memahami pentingnya self management, layanan kesehatan dapat memberikan pendekatan yang lebih holistik dan terarah dalam manajemen hipertensi, yang dapat meningkatkan kualitas hidup dan mengurangi dampak buruk dari kondisi ini.

5 Referensi

- Adegita, A. N., & Lismayanti, L. (2022). Penerapan Jus Mentimun Untuk Menurunkan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi. *HealthCare Nursing Journal*, 4(2b), 122–127.
- Boru Gultom, A. (2022). *Stress dan Tekanan Darah pada Pasien Wanita dengan*

Hipertensi.

- Chovivah, I. (2023). *GAMBARAN PENYAKIT PENYERTA DAN KADAR GLUKOSA DARAH PADA PASIEN DIABETES MELLITUS DI POLIKLINIK PENYAKIT DALAM RSI SULTAN AGUNG SEMARANG*. Universitas Islam Sultan Agung Semarang.
- Dinita, F. A., & Maliya, A. (2024). Edukasi terhadap Sikap Upaya Pencegahan Komplikasi pada Penderita Hipertensi. *Journal of Telenursing (JOTING)*, 6(1), 192–199.
- GEORGE, L. B. (2017). *HYPERTENSION: A Companion to Braunwald's Heart Disease*. SAUNDERS.
- Khotimah, N. I. H. H. (2023). Pengendalian hipertensi dengan cerdas pada masyarakat Kelurahan Rancanumpang. *Abdimas Siliwangi*, 6(3), 751–770.
- Langingi, A. R. C. (2021). Hubungan status gizi dengan derajat hipertensi pada lansia di desa tombolango kecamatan lolak. *Coping: Community of Publishing in Nursing*, 9(1), 46.
- Mano, D., Ezra, P. J., Marcella, A., & Firmansyah, Y. (2023). Kegiatan Pengabdian Masyarakat dalam Rangka Edukasi Masyarakat Terhadap Hipertensi serta Deteksi Dini Penyakit Gagal Ginjal Sebagai Komplikasi dari Hipertensi. *JURNAL PENGABDIAN MASYARAKAT INDONESIA*, 2(2), 34–45.
- Panglipurningsih, N. A. P., Yuliza, E., Atika, S., Latuperissa, G. R., Haitamy, A. G., Samsuni, S., Kelrey, F., Butarbutar, M. H., Herliana, I., & Enisah, E. (2024). *Keperawatan Komunitas*. PT. Green Pustaka Indonesia.
- Path, P. (2023). SEARCH Search Advanced Search mobile menu button. *Journal of Epidemiology*, 33(10), 514.
- SARI, N. I. L. U. H. P. Y. M. (2022). *PENGARUH DIABETES SELF MANAGEMENT EDUCATION (DSME) DENGAN METODE AUDIOVISUAL TERHADAP SELF EFFICACY PADA PASIEN DIABETES MELLITUS TIPE 2 DI RSI FATIMAH TAHUN 2022*. Stikes_Banyuwangi.

Siswanto, Y., Widyawati, S. A., Wijaya, A. A., Salfana, B. D., & Karlina, K. (2020). Hipertensi pada Remaja di Kabupaten Semarang. *Jurnal Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 1(1).

TASYABELA, T. A. (2022). *HUBUNGAN SELF EFFICACY DENGAN KEPATUHAN GAYA HIDUP SEHAT PADA PENDERITA HIPERTENSI DI PUSKESMAS KLATAK BANYUWANGI TAHUN 2022*. Stikes_Banyuwangi.

Widjaja, Y., Santoso, A. H., Wijaya, D. A., Satyanegara, W. G., Kurniawan, J., Herdiman, A., Hartono, V. A. B., Ranonto, S. V., & Lumintang, V. G. (2023). *PENINGKATAN KEWASPADAAN MASYARAKAT TERHADAP PENYAKIT GINJAL KRONIS DENGAN EDUKASI GAYA HIDUP*

DAN SKRINING FUNGSI GINJAL. *Community Development Journal: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 4(6).

Widyastuti, W. (2021). *HUBUNGAN DUKUNGAN KELUARGA DAN KEBUTUHAN SPIRITUAL TERHADAP KUALITAS HIDUP PENDERITA HIPERTENSI DI PUSKESMAS BANDONGAN*. Skripsi, Universitas Muhammadiyah Magelang.

Wulandari, A. A. I. R. Y. (2024). *Hubungan Kepuasan Pemberian Informasi Obat dengan Kualitas Hidup Pasien Hipertensi di Rumah Sakit Umum Payangan*. Universitas Mahasaraswati Denpasar.