

ABSTRAK

PENGETAHUAN PERAWATAN DIRI PADA PASIEN HIPERTENSI DI PUSKESMAS LOCERET NGANJUK

Oleh : Tiara Regita Pramasti

Hipertensi merupakan penyakit tidak menular, tetapi masyarakat banyak menderita hipertensi. Kurangnya pengetahuan perawatan diri dan kesadaran masyarakat mengenai hipertensi khususnya pola makan, aktivitas fisik, kepatuhan minum obat, dan monitoring tekanan darah yang merupakan faktor utama meningkatnya masalah hipertensi. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengetahuan perawatan diri (*self – care*) pada pasien hipertensi di Puskesmas Loceret Kabupaten Nganjuk

Jenis metode pada penelitian ini menggunakan penelitian deskriptif dengan teknik *cross sectional*. Jumlah responden yang diambil dalam penelitian ini sebanyak 39 responden. Pengumpulan data dilaksanakan pada bulan Juli 2023 dengan menggunakan kuesioner, analisis data menggunakan analisis kuantitatif.

Dari hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar (41%) pasien hipertensi memiliki pengetahuan pola makan cukup, sebagian besar (71,8%) pasien hipertensi memiliki pengetahuan aktivitas fisik cukup, sebagian besar (56,4%) pasien hipertensi memiliki pengetahuan kepatuhan minum obat cukup, sebagian besar (76,9%) pasien hipertensi memiliki pengetahuan monitoring tekanan darah baik dan di dapatkan sebagian besar (59%) pasien hipertensi memiliki pengetahuan perawatan diri cukup/sedang.

Disarankan bagi pasien hipertensi untuk selalu mencari informasi perawatan diri pada pasien hipertensi dengan menjaga pola makan/diet hipertensi yang dianjurkan, melakukan aktivitas fisik, kepatuhan minum obat, dan monitoring tekanan darah dengan menggunakan fasilitas pelayanan kesehatan yang ada dengan cara mengikuti kegiatan-kegiatan bersama di lingkungan puskesmas untuk mencegah dan mengurangi kasus hipertensi.

Kata kunci : Perawatan Diri, Pengetahuan, Hipertensi

ABSTRACT

KNOWLEDGE OF SELF-CARE IN HYPERTENSION PATIENTS AT LOCERET NGANJUK HEALTH CENTER

By: Tiara Regita Pramasti

Hypertension is a non-communicable disease, but many people suffer from hypertension. Lack of self-care knowledge and public awareness regarding hypertension, especially diet, physical activity, compliance with taking medication, and blood pressure monitoring, are the main factors in increasing hypertension problems. The aim of this research is to determine the knowledge of self-care in hypertensive patients at the Loceret Community Health Center, Nganjuk Regency.

The type of method in this research uses descriptive research with cross sectional techniques. The number of respondents taken in this research was 39 respondents. Data collection was carried out in July 2023 using a data analysis, questionnaire using quantitative analysis.

The results of this study show that the majority (41%) of hypertensive patients have sufficient knowledge of diet, the majority (71.8%) of hypertensive patients have sufficient knowledge of physical activity, the majority (56.4%) of hypertensive patients have sufficient knowledge of drinking compliance. sufficient medication, the majority (76.9%) of hypertensive patients had good knowledge of blood pressure monitoring and it was found that the majority (59%) of hypertensive patients had sufficient/moderate knowledge of self-care.

It is recommended for hypertensive patients to always seek information on self-care for hypertensive patients by maintaining the recommended hypertension diet, doing physical activity, compliance with taking medication, and monitoring blood pressure using existing health service facilities by participating in joint activities at community health center environment to prevent and reduce cases of hypertension.

Keywords: Self Care, Knowledge, Hypertension