

ABSTRAK

Hubungan *Self Management* dengan Tekanan Darah pada Klien Hipertensi Di Desa Jantiganggung Kecamatan Perak Kabupaten Jombang

Oleh : Ariffatul Azizah

Hipertensi merupakan salah satu penyakit yang banyak diderita oleh masyarakat di Indonesia. Tekanan darah akan meningkat seiring dengan pola hidup yang tidak sehat. Salah satu upaya dalam mengendalikan hipertensi agar mencegah terjadinya komplikasi yaitu dengan *self management* hipertensi. *Self management* merupakan kemauan atau kemampuan seseorang dalam mempertahankan atau mengubah perilaku tertentu untuk meningkatkan dan melindungi kesehatannya. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui hubungan *self management* terhadap tekanan darah pada klien hipertensi di Desa Jantiganggung Kecamatan Perak Kabupaten Jombang.

Jenis penelitian yang digunakan adalah deskriptif korelasional dengan pendekatan *cross sectional* dan menggunakan teknik *accidental sampling*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh klien hipertensi di Desa Jantiganggung Kecamatan Perak Kabupaten Jombang dengan jumlah sampel 54 klien. Instrumen pengumpulan data pada penelitian ini dilakukan dengan cara mengisi kuisioner *self management* hipertensi dan pengukuran tekanan darah dengan menggunakan *sphygmomanometer*. Setelah data terkumpul dianalisis menggunakan tabel dengan distribusi frekuensi. Untuk mengetahui hubungan antara *self management* dengan tekanan darah menggunakan uji korelasi *Spearman Rho* dengan nilai signifikan 0,05.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa hampir seluruhnya memiliki *self management* cukup (64,8%) dan sebagian besar memiliki tekanan darah dalam kategori hipertensi derajat 1 (51,9%). Terdapat hubungan antara *self management* dengan tekanan darah Hasil analisis didapatkan nilai $p\text{ value} = 0,000$ $p < 0,05$ dimana apabila seseorang memiliki *self management* yang baik maka tekanan darah akan terkontrol dengan baik. Untuk itu diharapkan pada klien hipertensi agar dapat melakukan pola hidup yang sehat sehingga tekanan darah dapat terkontrol dengan baik.

Kata Kunci : *Self Management*, Tekanan Darah, Hipertensi

ABSTRACT

The Relationship Beetwen Self Management and Blood Pressure in Hypertension Clients In Jantiganggong Village Perak District Of Jombang Regency

By : Ariffatul Azizah

Hypertension is one of the most common diseases in Indonesia. Blood pressure will increase along with an unhealthy lifestyle. One of the efforts in controlling hypertension in order to prevent complications by self-management of hypertension. Self-management is a person's willingness or ability to maintain or change certain behaviors to improve and protect their health. The purpose this study was to determine the relationship of self-management to blood pressure in hypertensive clients in Jantiganggong Village, Perak District, Jombang Regency.

The type of research used is descriptive correlation with cross sectional approach and uses accidental sampling technique. The population in this study were all hypertensive clients in Jantiganggong Village, Perak District, Jombang Regency with a total sample of 54 clients. Data collection instruments in this study were carried out by filling out hypertension self-management questionnaire and measuring blood pressure using a sphygmomanometer. After the data collected were analyzed using table with frequency distribution. To determine the relationship between self-management and blood pressure using the Spearman Rho correlation test with a significant value of 0.05.

The results showed that almost all of them had sufficient self-management (64.8%) and most had blood pressure in the category 1 hypertension (51.9%). There is a relationship between self-management and blood pressure. The results of the analysis obtained p value = 0.000 $p < 0.05$, where if someone has good self-management, blood pressure will be well controlled. For this reason, it is expected that hypertensive clients can carry out healthy lifestyle so that blood pressure can be controlled.

Keywords : *Self Management, Blood Pressure, Hypertension*