

ABSTRAK

Pengaruh Pemberian *Hypertension Self Management Training* Terhadap Perilaku Mengontrol Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi

Dwi Eny Aprilia¹, Dr. Sri Utami, S.Kp, M.Kes.², Dr. Supriyanto, S.Kp, M.Kes.³,
Nikmatul Fadilah, S.Kep., Ns., M.Kep.⁴

Prodi Pendidikan Profesi Ners Program Sarjana Terapan Keperawatan,
Poltekkes Kemenkes Surabaya
Email : liaeny.2813@gmail.com

Latar Belakang : Hipertensi masih menjadi masalah kesehatan yang menjadi perhatian di berbagai negara sampai saat ini. Salah satu intervensi untuk mengontrol tekanan darah adalah pelatihan manajemen diri. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *Hypertension Self Management Training* terhadap perilaku mengontrol tekanan darah pada penderita hipertensi.

Metode : Jenis penelitian ini adalah *quasy-experiment* dengan pendekatan *pre-post test with control group design*. Sampel merupakan penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Banyuwangi Sampang yang dibagi menjadi 2 kelompok, yaitu 16 orang di kelompok perlakuan dan 16 orang di kelompok kontrol. Variabel independen adalah *Hypertension Self Management Training* dan variabel dependen adalah perilaku mengontrol tekanan darah. Pengumpulan data menggunakan *Hypertension Self Management Behaviour Questionnaire*. Analisa data menggunakan uji *One Way Anova* dan *Least Significant Difference* dengan $\alpha=0,05$.

Hasil : Hasil penelitian menunjukkan perilaku penderita hipertensi sebelum diberikan intervensi (87,4%) berada pada kategori cukup dan meningkat setelah diberikan intervensi dengan masing-masing (50%) berada pada kategori baik dan cukup. Hasil uji *One Way Anova* didapatkan perbedaan antar kelompok dengan $p=0,000$. Hasil uji *Least Significant Difference* didapatkan $p=0,809$ pada *pre-test* dan $p=0,000$ pada *post-test* kelompok perlakuan dan kontrol.

Kesimpulan : *Hypertension Self Management Training* mampu meningkatkan perilaku penderita hipertensi menjadi lebih baik dalam mengontrol tekanan darah.

Kata kunci : *Hypertension self management*, perilaku mengontrol, hipertensi