

Dukungan Keluarga dengan *Self-Management* pada Pasien Hipertensi

Robert Wicaksono¹, Puji Lestari²

^{1,2} Prodi S1 Keperawatan Fakultas Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo

Email Korespondensi: pujilestari@unw.ac.id

ABSTRAK

Hipertensi yang tidak terkontrol akan menyebabkan komplikasi. Penatalaksanaan hipertensi harus dilakukan untuk mengurangi komplikasi yang akan terjadi dan harus dilakukan dalam jangka yang panjang dan terus menerus. Upaya pencegahan komplikasi ini dapat dilakukan dengan *self management*. Pelaksanaan *self management* hipertensi ini dipengaruhi oleh beberapa hal seperti literasi kesehatan, pengetahuan dan dukungan keluarga. Untuk mengetahui hubungan dukungan keluarga dengan *self management* pada pasien hipertensi. Penelitian ini merupakan penelitian korelasional dengan pendekatan *cross-sectional*. Populasi penelitian adalah pasien hipertensi yang dirawat di RSUD dr. Gondo Suwarno, rata-rata dalam satu bulan sebanyak 48 pasien. Sampel diambil dengan *accidental sampling*. Alat pengumpulan data menggunakan kuesioner dukungan keluarga dan *Hypertension self-management behavior questionnaire* (HSMBQ). Analisa univariat dengan tabel distribusi frekuensi, sedangkan analisis bivariat menggunakan uji *Kendall Tau* Dukungan keluarga sebagian besar dalam kategori baik sebanyak 18 responden (37,5%) dan *self-management* hipertensi sebagian besar dalam kategori baik sebanyak 22 responden (45,8%), hasil uji kendall tau didapatkan *p value* 0,001 yang berarti ada hubungan signifikan antara dukungan keluarga dengan *self-management* hipertensi di RSUD dr. Gondo Suwarno Ungaran. Diharapkan keluarga memberikan dukungan pada penderita hipertensi sehingga dapat memotivasi penderita hipertensi untuk meningkatkan *self-management*.

Kata kunci: Dukungan Keluarga, *Self-Management*, Hipertensi

ABSTRACT

Family Support with Self-Management in Hypertensive Patients

Uncontrolled hypertension will cause complications. Management of hypertension must be done to reduce complications that will occur and must be carried out in the long term and continuously. Efforts to prevent these complications can be done with self-management. The implementation of hypertension self-management is influenced by several things such as health literacy, knowledge and family support. to determine the relationship between family support and self-management of hypertension. This research was a correlational research with a cross-sectional approach. The study population was hypertensive patients treated at RSUD dr. Gondo Suwarno, on average in one month as many as 48 patients. Samples are taken by accidental sampling. The data collection tool used a family support questionnaire and a Hypertension self-management behavior questionnaire (HSMBQ). Univariate analysis with frequency distribution tables, while bivariate analysis uses the Kendall Tau test. Family support was mostly in the good category by 18 respondents (37.5%) and hypertension self-management was mostly in the good category by 22 respondents (45.8%), the results of the kendall tau test

obtained a p value of 0.001 with a correlation value of 0.420 which means there is a relationship Significantly enough between family support and self-management of hypertension at Dr.Gondo Suwarno Ungaran Hospital. It is expected that families provide support to people with hypertension so that they can motivate people with hypertension to improve self-management

Keywords: *Family Support, Self Management, Hypertension*

PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan salah satu penyakit yang menjadi penyebab kematian nomor satu secara global. Penyakit ini dapat menyerang pada usia muda sampai usia tua. Prevalensi hipertensi pada usia 18-24 tahun mengalami peningkatan sebanyak 4,5%, usia 24-34 tahun mengalami peningkatan 5,4%, usia 35- 44 tahun mengalami peningkatan 6,8% dan usia 45- 54 tahun mengalami peningkatan 9,7%. Prevalensi secara global hipertensi tertinggi adalah di kawasan Asia tenggara sebanyak 25%, dan di Indonesia sendiri mencapai 34,11% (Kemenkes RI., 2019). Prevalensi hipertensi di Jawa Tengah mencapai 37,2% dan di Kabupaten Semarang mencapai 57,2% dimana menjadi urutan ke sembilan di Jawa Tengah (Dinkes Jateng, 2020).

Hipertensi merupakan kondisi medis yang ditandai dengan peningkatan tekanan darah secara kronis lebih dari normal (Dewi, 2020). Hipertensi terjadi karena pembuluh darah secara konstan meningkatkan tekanan pada darah yang dibawa dari jantung ke seluruh tubuh (Estrada,et al, 2019). Peningkatan tekanan darah terjadi karena adanya abnormalitas pada resistensi *cardiac output* (Halomoan, 2021). Penatalaksanaan hipertensi harus dilakukan untuk mengurangi komplikasi yang akan terjadi dan harus dilakukan dalam jangka yang panjang dan terus menerus. Upaya pencegahan komplikasi ini dapat dilakukan dengan *self-management*. *Self-management* adalah kemampuan seseorang untuk mengatasi gejala, pengobatan, efek fisik dan psikososial, serta perubahan gaya hidup yang sesuai dengan penyakit kronis yang dideritanya (Oktaviani, 2022).

Penderita hipertensi yang mempunyai kemampuan *self-management* yang baik akan berdampak positif dalam pengelolaan klinisnya seperti patuh pada pengobatan, mengelola tekanan darah dan mempertahankan gaya hidup yang baik. Selain itu penderita hipertensi akan paham dan trampil lebih baik dalam mengatasi penyakit dan mengubah perilaku dalam mengatasi penyakitnya (Tursina, 2022). Pelaksanaan *self-management* hipertensi ini dipengaruhi oleh beberapa hal seperti literasi kesehatan, pengetahuan dan dukungan keluarga (Oktaviani, 2022).

Dukungan keluarga adalah suatu bentuk hubungan interpersonal meliputi sikap, tindakan dan penerimaan terhadap anggota keluarga, sehingga keluarga merasa selalu diperhatikan (Cahyanti, 2020). Dukungan keluarga yang diberikan oleh anggota keluarga kepada keluarga yang sakit berupa penghargaan, emosional, materi dan informasi (Mariyani, 2021). Menurut Efendi & Larasati, (2017), dukungan keluarga dalam manajemen hipertensi dapat berupa kepatuhan minum obat, harmonitas keluarga keseimbangan *finansial*, *controlling* kesehatan, *wellbeing*, makan harian, aktivitas fisik dan manajemen stress. Dukungan keluarga dapat diberikan secara informasi, penghargaan, instrumen dan emosional. Pada dukungan informasi mencakup pemberian nasihat, petunjuk, dan saran, pada dukungan instrumental berbentuk materi (Susriyanti, 2017). Dukungan emosional

diekspresikan dalam bentuk kasih sayang, cinta atau empati. Dukungan penghargaan berupa persetujuan, saran dan tanggapan terhadap keputusan yang diambil memberikan sumbangsih terhadap motivasi penderita agar merasa dirinya dihargai dan bisa lebih baik dari kondisi sakitnya (Mariyani, 2021).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Novitarum (2022) menyatakan ada hubungan yang positif antara dukungan keluarga dengan *management* perawatan diri pasien hipertensi, dimana dalam meningkatkan perilaku manajemen yang baik diperlukan dukungan keluarga yang mampu meningkatkan kepatuhan pasien. Hasil tersebut senada pada penelitian Aisayah (2023) yang mendapatkan hasil yaitu ada hubungan positif dan sangat kuat antara *self-care management* dukungan keluarga lansia penderita hipertensi. Hasil penelitian yang lain justru didapatkan tidak ada hubungan antara dukungan keluarga dengan *self management* pasien hipertensi, yaitu penelitian Surani (2022) yang menyatakan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga dengan *self-care* pada penderita hipertensi. Selain itu pada penelitian Faustina,(2022) menyatakan tidak ada hubungan dukungan keluarga dengan *self management* kepatuhan minum obat pada pasien hipertensi

Berdasarkan hasil hasil penelitian terdahulu dimana masih ada kesenjangan hasil penelitian, peneliti tertarik untuk meneliti apakah ada hubungan antara dukungan keluarga dengan self management pada pasien hipertensi.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian korelasional dengan pendekatan *cross-sectional*. Populasi penelitian adalah pasien hipertensi yang dirawat di RSUD dr. Gondo Suwarno, rata-rata dalam satu bulan sebanyak 48 pasien. Sampel diambil dengan *accidental sampling* dengan kriteria inklusi pasien yang menderita hipertensi lebih dari satu tahun, pasien dengan kondisi kesadaran penuh/compos mentis, pasien yang kooperatif. Pengambilan data dukungan keluarga menggunakan kuesioner dengan 12 pertanyaan berisi tentang dukungan informasi dan penghargaan, dukungan instrumental, dukungan informasi. Data manajemen diri/ *self management* menggunakan *Hypertension self management behavior questioner* (HSMBQ) terdiri dari 40 item pertanyaan dengan 13 item pertanyaan pada indikator integrasi diri, 9 item pada indikator regulasi diri, 9 item pada indikator interaksi dengan tenaga kesehatan, 4 item pada indikator pemantauan tekanan darah dan 5 item pada indikator kepatuhan terhadap aturan yang dianjurkan. Analisa univariat dilakukan dengan menggambarkan distribusi frekuensi dari masing masing variabel, sedangkan analisa bivariat untuk mengetahui hubungan dukungan keluarga dengan *self management* menggunakan uji Kendall Tau.

HASIL DAN PEMBAHASAN

HASIL

Tabel 1 Distribusi frekuensi karakteristik responden

Karakteristik	f	%
Usia		
Dewasa akhir(36-45 tahun)	10	20,8
Lansia awal (46-55 tahun)	29	60,4
Lansia akhir (56-65 tahun)	9	18,8

Karakteristik	f	%
Jenis kelamin		
Perempuan	26	54,2
Laki-laki	22	45,8
Pendidikan		
SMP	11	22,9
SMA	24	50,0
Perguruan Tinggi	13	27,1
Pekerjaan		
IRT	19	39,6
PNS	3	6,2
Wiraswasta	11	22,9
Buruh	6	12,5
Karyawan	4	8,3
Tidak bekerja	4	8,3
Pensiunan	1	2,1

Tabel 1 menunjukkan sebagian besar responden berusia lansia awal (46-55 tahun) sebanyak 29 responden (60,4%), berjenis kelamin perempuan sebanyak 26 responden (54,2%), sebagian besar memiliki pendidikan SMA sebanyak 24 responden (50%) dan memiliki pekerjaan IRT sebanyak 19 responden (39,6%).

Tabel 2 Gambaran Dukungan Keluarga pada pasien Hipertensi

Dukungan keluarga	f	%
Kurang	14	29,2
Cukup	16	33,3
Baik	18	37,5
Total	48	100,0

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan dukungan keluarga di RSUD dr.Gondo Suwarno Ungaran yakni didominasi oleh dukungan keluarga yang baik sebanyak 18 responden (37.5%)

Tabel 3 Gambaran *self management* pada pasien Hipertensi

Self management	f	%
Kurang	11	22,9
Cukup	15	31,2
Baik	22	45,8
Total	48	100,0

Berdasarkan tabel 3 menunjukkan *self-management* hipertensi di RSUD dr.Gondo Suwarno Ungaran yakni didominasi oleh *self-management* baik sebanyak 22 responden (45.8%)

Tabel 4 Hubungan dukungan keluarga dengan *self-management* Hipertensi

Dukungan keluarga	<i>Self-management</i>						p 0.001
	Kurang		Cukup		Baik		
	f	%	f	%	f	%	
Kurang	7	50,0	4	28,6	3	21,4	
Cukup	2	12,5	8	50,0	6	37,5	
Baik	2	11,1	3	16,7	13	72,2	
Jumlah	11	22,9	15	31,2	22	45,8	

Tabel 4 menunjukkan nilai nilai p $0,001 < (\alpha = 0,05)$ yang menunjukkan ada hubungan dukungan keluarga dengan *self-management* hipertensi di RSUD dr.Gondo Suwarno Ungaran, dengan nilai koefisien korelasi yakni $0,420$ yang berarti terdapat korelasi yang cukup berarti antara dukungan keluarga dengan *self-management*, dimana semakin tinggi dukungan keluarga maka *self-managemen* akan semakin baik.

PEMBAHASAN

Self-management merupakan perilaku dan kemampuan seseorang dalam mengendalikan kesehatannya dengan efektif (Kurnia, 2021). Faktor yang mempengaruhi manajemen diri adalah tingkat pengetahuan, *self-efficacy* dan dukungan keluarga. Pengetahuan pada hipertensi yang baik akan meningkatkan motivasi untuk melakukan praktek perawatan diri, selain itu *self-efficacy* menjadi syarat penting untuk merubah perilaku, dimana *self- efficacy* yang tinggi akan menganggap bahwa dirinya mampu menggunakan kemampuan untuk mencapai suatu hasil yang baik sesuai dengan apa yang diharapkan (Idu, Ningsih, & Ndong, 2022).

Hasil penelitian ditemukan *self-management* dalam kategori baik sebanyak 45,8 %, lebih banyak dibanding kategori cukup dan kurang. Pada responden dengan *self-management* dalam kategori baik, pada indikator integrasi diri pasien berusaha untuk memperbaiki perilaku dalam menjaga pola makan, dimana sebanyak 20,8% selalu makan buah, sayur , gandum dan kacang lebih banyak, 20,8% selalu memikirkan tekanan darah saat ingin makan, 22,9% tidak pernah menggunakan garam yang berlebih pada makanan. Pada indikator regulasi diri yakni pengetahuan mengenai tekanan darahnya didapatkan 37,5% selalu mengetahui kenapa tekanan darah berubah, 31,2% mengenai tanda dan gejala hipertensi.

Hipertensi merupakan penyakit yang tidak dapat sembuh namun dapat dikontrol dengan melakukan perilaku pencegahan seperti memperbaiki pola makan, diet makan sesuai anjuran dengan tidak makan garam berlebih. Asupan natrium pada hipertensi dibatasi yakni 2 gram perhari atau serta dengan 1 sendok teh kecil. Walaupun tidak semua penderita hipertensi sensitif pada natrium, pembatasan asupan natrium mampu membantu menurunkan tekanan darah (Zubaidah, 2022). Pengetahuan mengenai hipertensi sangat penting bagi penderita tekanan darah, dimana jika pengetahuan baik akan meningkatkan perilaku pencegahan pada penderita. (Nixon, 2018) menyatakan jika pengetahuan akan meningkatkan derajat kesehatan pada seseorang yang didasari oleh kesadaran dan keinginan individu untuk mencegah penyakit.

Menurut (Sulastri, 2021), ada hubungan tingkat pengetahuan tentang hipertensi dengan perilaku pencegahan terjadinya komplikasi hipertensi dimana

semakin baik pengetahuan hipertensi maka perilaku pencegahan akan semakin baik. Kepatuhan minum obat bagi penderita hipertensi harus menjadi aktivitas yang rutin dilakukan karena dengan meminum obat akan membantu mengontrol tekanan darah. Kepatuhan minum obat dapat dikaitkan dengan pendidikan dari seseorang, dimana pada penelitian ini sebagian besar adalah SMA(50%). Pada penelitian Khuzaima (2021) menyatakan ada hubungan tingkat pengetahuan dengan kepatuhan minum obat, dimana tingkat pendidikan mendorong seseorang untuk patuh menjalani pengobatan hipertensi. Selain itu pada penelitian (Wang, C., Lang, J., Xuan, L., Li, X., & Zhang, 2017) menyatakan jika tingkat pendidikan dikaitkan dengan *self-managemen* hipertensi, dimana tingkat pendidikan yang tinggi lebih mempunyai literasi kesehatan, literasi kesehatan ini meningkatkan kemampuan individu dalam mengunjungi pelayanan kesehatan dan memahami, serta menggunakan informasi kesehatan dengan baik

Hasil penelitian ditemukan dukungan keluarga dalam kategori baik sebanyak 37,5 %, lebih banyak dibandingkan kategori cukup dan kurang. Dukungan emosional dan penghargaan sangat dibutuhkan oleh penderita hipertensi, dukungan emosional diekspresikan dengan kasih sayang, cinta dan empati yang mungkin bisa meningkatkan penderita hipertensi untuk mempercepat penyembuhannya. Seseorang yang merasa diberikan perhatian akan merasa senang, dimana rasa senang ini karena adanya hormon endorfin yang mana memicu rasa gembira dan meningkatkan kekebalan tubuh dan dapat membuat sistem imun bekerja lebih baik melawan serangan virus, bakteri dan dapat membantu menstabilkan tekanan darah pada responden.

Keluarga menjadi orang yang sangat berperan dalam penyembuhan penderita hipertensi. dukungan keluarga akan memberikan perasaan nyaman, perhatian, menghargai dan memberikan pertolongan dari keluarga yang membuat seseorang merasa dicintai (Sarafino, 2013). Dukungan keluarga menjadi harapan yang membuat seseorang mudah menyelesaikan masalah karena adanya dukungan dari keluarga dengan sikap positif yang diterima oleh penerima sehingga memunculkan rasa nyaman pada diri seseorang tersebut (Isni, D., Widowati, R., & Wahidin, 2017).

Pada penelitian (Adinda, 2023), menyebutkan jika dukungan dan perhatian keluarga yang baik mempengaruhi kesembuhan penderita hipertensi. Dukungan instrumental dan informasional dari segi fasilitas, barang dan informasi akan meningkatkan motivasi dalam proses penyembuhan karena merasa diperhatikan dan dipedulikan, dukungan penilaian dan emosional pada pasien hipertensi menjadi suatu penilaian yang baik dari aspek pelakuan dan dukungan keluarga yang membuat penderita berbagi rasa dan keluarga bisa memperhatikan kesehatannya. Penderita hipertensi yang mendapat dukungan keluarga berpeluang akan mempunyai perilaku baik dalam menjaga kesehatannya dibanding pada penderita hipertensi yang kurang mendapatkan dukungan dari keluarga (Sari, Agusthia, & Noer, R, 2020). Dukungan keluarga menjadi pemegang peranan dan tanggungjawab dalam menjaga kesehatan penderita karena adanya dukungan akan mencapai keluarga yang sehat (Sumarni, Sari, & Purnama, 2021).

Hasil penelitian didapatkan ada hubungan dukungan keluarga dengan *self management* hipertensi di RSUD dr.Gondo Suwarno Ungaran, dimana responden yang mendapatkan dukungan keluarga dalam kategori baik mempunyai *self management* dalam kategori baik dan responden dengan dukungan keluarga yang

kurang sebagian besar memiliki *self-management* dalam kategori kurang. Semakin baik dukungan keluarga akan meningkatkan *self-management* responden. Dukungan keluarga akan menimbulkan perasaan nyaman, merasa dihargai dan akan menimbulkan perasaan semangat untuk melakukan *self-managemen* dengan baik. Hasil ini didukung oleh penelitian Novitarum, (2022) yang menyatakan ada hubungan dukungan keluarga dengan managemn perawatan diri pasien hipertensi, dimana semakin tinggi dukungan keluarga maka manajemen perawatan diri semakin baik. Dukungan keluarga yang kuat dapat mempengaruhi sikap dalam perawatan diri penderita hipertensi dan akan menciptakan status kesehatan yang baik (Simamora, Lubis, & Habibah, 2016).

Dukungan keluarga adalah perilaku, tindakan dan penerimaan keluarga pada anggota keluarga yang sakit, keluarga memiliki peran menjadi sistem pendukung untuk anggota keluarga dan selalu siap memberikan pertolongan. Dukungan keluarga diwujudkan dengan pemberian perhatian empati, memberi dorongan, saran, dan pengetahuan. dukungan keluarga berhubungan dengan pembentukan keseimbangan mental dan kepuasan psikologis (Wulandhani, 2017). Menurut Hu , Li G, (2017), keluarga yang memberikan pengawasan dan memantau anggota keluarga yang menderita hipertensi memberikan dampak pada tekanan darah yang terkontrol, dukungan keluarga berdampak pada kepatuhan pasien dalam menjalankan terapinya.

Menurut (Chacko, S., & Jeemon, 2020), self -care dipengaruhi oleh dukungan keluarga yang memiliki tujuan untuk lebih berkomitmen pada perawatan diri dengan pengontrolan tekanan darah. Keluarga dapat menjadi motivator untuk melakukan usaha preventif pada penderita hipertensi (Maria, Idu, Ningsih, , & Ndorang, 2022). Dukungan keluarga dan sosial penting untuk mendukung penderita dalam perilaku perawatan diri khususnya dalam diet dan olahraga, dukungan keluarga menjadi bentuk motivasi eksternal yang didapat dari orang terdekat yang membantu penderita menjalankan manajemen diri dengan baik, jika seseorang mendapatkan dukungan keluarga dengan baik akan menimbulkan energi positif dan memacu semangat dalam melaksanakan manajemen diri (Riyadi, 2021).

Hasil penelitian ini didukung oleh penelitian Mariyani (2021) yang menyatakan ada hubungan dukungan keluarga dengan *self-care behavior* dimana jika dukungan keluarga baik maka *self-care behavior* juga baik, dukungan yang diberikan berupa dukungan emosional, informasi, penghargaan dan instrumental dimana hal tersebut membuat pasien termotivasi untuk melaksanakan perilaku perawatan diri. Selain itu pada penelitian (Munawwarah, 2021) juga menyatakan ada hubungan dukungan keluarga dengan manajemen diri klien hipertensi di Puskesmas Mlarak Kabupaten Ponorogo dan pada penelitian (Mahfud, 2019) juga menyatakan jika adanya dukungan sosial dapat memberikan pengaruh pada *self-care management* hipertensi , dimana semakin baik dukungan sosial yang didapatkan maka penderita akan semakin baik dalam kemampuan menjalankan *self-care managemen* hipertensi sehingga dapat meningkatkan kesejahteraan kesehatannya. Dukungan keluarga akan meningkatkan kepatuhan pada penderita untuk melakukan pencegahan hipertensi (Idu, Ningsih, & Ndorang ,2022). *Self-management* dapat dipengaruhi oleh dukungan dari keluarga dimana dengan pemberian dukungan akan membuat penderita hipertensi menjadi semangat menjalani perawatan *self-management*(Nabila, 2022).

SIMPULAN

Pada penelitian ini didapatkan data dukungan keluarga pada pasien hipertensi dalam kategori baik yaitu sebanyak 18 responden (37,5%), *self management* kategori baik sejumlah 22 responden (45,8%), dan terdapat hubungan antara dukungan keluarga dengan *self-management* pada pasien hipertensi dengan nilai *p value* 0,001, *r* : 0,420.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kepada Program Studi S1 Keperawatan Universitas Ngudi Waluyo dan Direktur RSUD dr.Gondo Suwarno Ungaran

DAFTAR PUSTAKA

- Adinda, S. (2023). Gambaran Dukungan Keluarga Pada Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Kota Banda Aceh. *Jim Fkep*, 8(2).
- Aisayah. (2023). *Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Elf Care Managemen Pad Lansia Yang Mengalami Hipertensi Di Desa Larangan Luar Kecamatan Larangan Kabupaten Pamekasan. Universitas Wiraraja Madura.*
- Cahyanti, L. (2020). *Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Tingkat Kecemasan Pasien Pre Operasi General Anestesi Di Rs Pku Muhammadiyah Gamping. Poltekkas Kemenkes Yogyakarta.*
- Chacko, S., & Jeemon, P. (2020). Role Of Family Support And Self-Care Practices In Blood Pressure Control In Individuals With Hypertension : Results From A Cross-Sectional Study In Kollam District , Kerala. *Medical Sciences And Technology*, 1(15).
- Dewi, M. M. (2020). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Derajat Hipertensi Pada Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Bangetayu Kota Semarang. *Universitas Islam Sultan Agung Semarang.*
- Dinkes Jateng. (2020). *Profil Kesehatan Provinsi Jawa Tengah 2019.* Semara: Dinkes Jateng.
- Efendi & Larasati. (2017). Dukungan Keluarga Dalam Manajemen Penyakit Hipertensi. *Jurnal Majority*, 6(1), 34–40.
- Estrada, D., Sierra, C., Soriano, R. M., Jordán, A. I., Plaza, N., & Fernández, C. (2019). Grade Of Knowledge Of Hypertension In Hypertensive. *Enfermería Clínica (English Edition)*, 30(2), 99–107.
- Faustina, L. P. (2022). Hubungan Dukungan Keluarga Dan Self Management Dengan Kepatuhan Minum Obat Pasien Hipertensi Di Rumah Sakit Imelda Pekerja Indonesia Tahun 2022. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Imelda.*
- Halomoan, M. S. (2021). Patofisiologi Hipertensi. *Alomedika*. Retrieved From <https://www.alomedika.com/penyakit/kardiologi/hipertensi/patofisiologi>
- Hu Hh, Li G, A. T. (2017). The Association Of Family Social Support , Depression , Anxiety And Self-Efficacy With Specific Hypertension Self-Care Behaviours In Chinese Local Community. *Journal Hum Hypertens*, 29.
- Idu, D. M. B., Ningsih, O. S., & Ndorang, T. A. (2022). Faktor–Faktor Yang Mempengaruhi Perilaku Self-Care Pada Pasien Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Lalang Tahun 2022. *Wawasan Kesehatan*, 7(1), 30–38.
- Isni, D., Widowati, R., & Wahidin, N. (2017). Hubungan Dukungan Keluarga

- Dengan Kepatuhan Diet Diabetes Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Wilayah Puskesmas Limo Depok. *Jurnal Ilmu Dan Budaya*, 40.
- Kemenkes Ri. (2019). *Hipertensi Si Pembunuh Senyap*.
- Khuzaima, L. L. (2021). Hubungan Tingkat Pendidikan Terhadap Kepatuhan Minum Obat Antihipertensi Di Puskesmas Sewon Ii Periode Januari 2021. *Akfarindo*, 6(2), 15–21.
- Kurnia, A. (2021). *Self-Management Hipertensi*. Surabaya: Jakad Media Publishing.
- Mahfud. (2019). Dukungan Sosial Berhubungan Dengan Self-Care Management Pada Lansia Hipertensi Di Puskesmas Sedayu Ii. *Dinamika Kesehatan Jurnal Kebidanan Dan Keperawatan*, 10(2), 700–712.
- Maria, D., Idu, B., Ningsih, O. S., & Ndong, T. A. (2022). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Perilaku Self-Care Pada Pasien Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Lalang Tahun 2022. *Jwk*, 7(1), 30–38.
- Mariyani. (2021). Dukungan Keluarga Melalui Self Care Behaviour Pada Penderita Hipertensi. *Diversity: Disease Preventive Of Research Integrity*, 2(1), 1–8.
- Munawwarah. (2021). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Manajemen Diri Klien Hipertensi Di Puskesmas Mlarak Kabupaten Ponorogo. *Universitas Brawijaya*.
- Nabila, A. (2022). Self Management Penderita Hipertensi. *Jim Fkep*, 5(4).
- Nixon, M. (2018). Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Lansia Dengan Pencegahan Hipertensi Di Desa Gotting Sidodadi Kabupaten Asahan. *Ocean Modelling*, 22(3), 1361–1369.
- Novitarum, L. (2022). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Manajemen Perawatan Diri Pasien Hipertensi Di Rumah Sakit Santa Elisabeth Medan Tahun 2022. *Jurnal Kesehatan*, 7(2), 184–191.
- Oktaviani, M. (2022). Analisis Faktor Yang Berhubungan Dengan Self-Management Penderita Hipertensi Wilayah Kerja Uptd Puskesmas Rawat Inap Penengahan Lampung Selatan 2022. *Jurnal Dunia Kesmas*, 11(4), 28–38.
- Riyadi, A. (2021). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Manajemen Diri Pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe Ii Di Wilayah Kerja Puskesmas Palaran Kota Samarinda. *Borneo Student Research*, 2(2).
- Sarafino, E. P., T. W. S. (2013). *Health Psychology: Biopsychosocial Interactions* (7th Editio). Amerika Serikat: John Wiley & Sons, Inc.