



FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN *SELF CARE BEHAVIOUR* PADA PENDERITA HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS KOTABARU KECAMATAN GERAGAI TANJUNG JABUNG TIMUR

Sondang Silviana Silitonga¹, Subang Aini Nasution², Zaimah Hilal³
^{1,2,3}Universitas Adiwangsa Jambi

ARTICLE INFORMATION

Received: Dec. 26 2024

Revised: Dec. 29, 2024

Available online: Jan. 31, 2025

KEYWORDS

Hipertensi, *self care behavior*, factors

CORRESPONDENCE

E-mail:

subangaininasution91@gmail.com

A B S T R A C T

Hypertension is a non-communicable disease that has quite high complications and death rates. That can continue to increase of the world (Indonesian Ministry of Health, 2021). Prevention efforts is self-care behavior for hypertension. Several factors can influence self-care behavior, age, gender, education level, and time hypertension. This research aims to determine the factors related to self-care behavior in hypertensive patients. The research method uses the chi-square test, purposive sample techniques and regression tests. The results show no relationship between gender (p-value 0.412) and level of education (p-value 0.319) with self-care behavior. There is a relationship between age (p-value 0.012) and length of time suffering from hypertension (p-value 0.034) with the self-care behavior of patients suffering from hypertension in the Kota Baru Health Center Working Area, Geragai District. The results of the multivariate test show that age is the most dominant factor in the self-care behavior of patients with hypertension in the Kota Baru Health Center Working Area, Geragai District with an OR of 0.043-0.6167.

A B S T R A K

Hipertensi menjadi penyakit tidak menular yang memiliki angka komplikasi dan kematian yang cukup tinggi. Kondisi tersebut diperkirakan akan terus meningkat di seluruh dunia (Kemenkes RI, 2021). Upaya pencegahan yang dapat dilakukan adalah dengan *self care behavior* hipertensi. Terdapat beberapa faktor yang dapat mempengaruhi *self care behavior* yakni umur, jenis kelamin, tingkat pendidikan dan lama menderita hipertensi. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan *self care behavior* pada pasien hipertensi. Metode penelitian menggunakan uji *chi-square* dengan teknik *purposive sample* dan uji regresi. Hasil penelitian menunjukkan tidak terdapat hubungan antara jenis kelamin (*p-value* 0,412) dan tingkat pendidikan (*p-value* 0,319) dengan *self care behavior*. terdapat hubungan antara umur (*p-value* 0,012) dan lama menderita hipertensi (*p-value* 0,034) dengan *self care behavior* pasien penderita hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Kota Baru Kecamatan geragai. Hasil uji multivariate diketahui umur merupakan faktor yang paling dominan dengan *self care behavior* pasien penderita hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Kota Baru Kecamatan geragai dengan OR 0,043-0,6167.

PENDAHULUAN

Masyarakat global maupun nasional sedang menghadapi ancaman kematian akibat penyakit tidak menular. Kondisi tersebut diperkirakan akan terus meningkat di seluruh dunia (Kemenkes RI, 2021). Hal ini didukung oleh data World Health Organization (WHO) ditahun 2018 dilaporkan bahwa 71,3% penyebab kematian di dunia adalah penyakit tidakmenular dan juga merupakan 60,7% penyebab kematian di negara berkembang. Sedangkan pada tahun 2017, dilaporkan bahwa dari 17 juta kematian dini (di bawah usia 70) karena penyakit tidak menular, 82% berada di negara berpenghasilan rendah dan menengah, dan 37% dari 17 juta kematian tersebut disebabkan oleh *caerdiovascular disease* (World Health Organization, 2018). Diantara penyebab utama *caerdiovascular disease* yang banyak diderita oleh penduduk dunia adalah hipertensi.

Hipertensi dikenal sebagai sebuah penyakit dimana tekanan darah mengalami kenaikan dari batas normal, hipertensi juga diartikan sebagai tekanan darah persisten dimana tekanan darah sistolik diatas 140 MmHg dan tekanan darah diastole 90 MmHg (Anshari, 2020). Berdasarkan data WHO (2019) menunjukkan prevalensi hipertensi secara global sebesar 22% dari total penduduk dunia. Afrika memiliki prevalensi hipertensi tertinggi yakni 27% dan Amerika memiliki prevalensi terendah yakni 18%. Sedangkan Asia Tenggara berada di posisi ke-3 tertinggi dengan prevalensi 25% total penduduk (Kemenkes RI, 2019).

Indonesia menunjukkan prevalensi hipertensi yang terus meningkat. Hal ini terlihat dari data Riskesdas 2018 yang menunjukkan persentase kasus hipertensi sebesar 25,8% di tahun 2013 dan meningkat menjadi 34,1% pada tahun 2018 (Riskesdas, 2018). Prevalensi tertinggi ditempati oleh Kalimantan Selatan sebanyak 44,1% dan prevalensi terendah berada di Papua 22,2%. Prevalensi

hipertensi di Jambi sendiri sebanyak 28,99% (Kemenkes RI, 2021).

Dalam profil Dinas Kesehatan Provinsi Jambi, prevalensi hipertensi mengalami fluktuasi yaitu tahun 2021 terdapat 234,646 pasien hipertensi, dan meningkat menjadi 365.878 pasien hipertensi. Kabupaten Tanjung Jabung Timur merupakan salah satu kabupaten di Provinsi Jambi yang memiliki prevalensi hipertensi yang cukup tinggi yakni 33, 82% atau 8,369 pasien hipertensi. Puskesmas yang cukup banyak berkontribusi dalam prevalensi hipertensi di Kabupaten Tanjung Jabung Timur adalah Puskesmas Kotabaru Kecamatan Geragai Tanjung Jabung Timur yakni sebesar 29,5% pada tahun 2021 dan 32,5% pada tahun 2022. Pasien hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Kotabaru Kecamatan Geragai Tanjung Jabung Timur terus bertambah. Namun dari 115 pasien hipertensi yang terdata, hanya 49 orang yang rutin kontrol di tahun 2021 dan meningkat menjadi 52 orang yang rutin kontrol ke puskesmas pada tahun 2022.

Hipertensi dapat disebabkan oleh dua faktor yaitu, factor risiko yang dapat dikendalikan (usia, jenis kelamin, genetic) dan faktor yang tidak dapat dikendalikan (konsumsi alcohol, obesitas, kurangnya aktifitas fisik, rokok, mengkonsumsi garam berlebihan) (Benjamin et al, 2018). Berdasarkan hal tersebut, upaya yang dapat dilakukan untuk mencegah komplikasi pada pasien hipertensi adalah dengan mengendalikan factor-faktor resiko tersebut dengan menerapkan pola hidup sehat.

Wahyuni dkk (2021) menyebutkan bahwa dengan menerapkan pola hidup sehat, maka dapat menurunkan risiko komplikasi hipertensi. Akan tetapi, masih banyak pasien hipertensi tidak menerapkan hal tersebut. Hal ini terlihat dari hasil penelitian Novian (2013) yakni banyak pasien hipertensi yang tidak patuh dalam diit hipertensi. Dalam penelitian Barak et al, (2014) hipertensi yang tidak terkontrol banyak ditemukan pada pasien hipertensi dengan obesitas. Sementara Herawati (2011)

menemukan banyak pasien hipertensi yang tidak terkontrol karena tidak mematuhi diit hipertensi dan kebiasaan olah raga yang tidak baik.

Winata et al. (2018) menjelaskan *self care* pada pasien hipertensi merupakan upaya positif yang bertujuan untuk meningkatkan kesehatan pasien, mengontrol serta mengelola tanda dan gejala yang muncul, menghindari komplikasi, dan meminimalisir gangguan yang timbul pada fungsi tubuh. *Self care* ini dilakukan untuk menjaga kesehatan tubuh, baik secara fisik maupun psikis yang seharusnya dilakukan secara mandiri oleh pasien (Tani et al., 2017).

Terdapat berbagai macam bentuk perilaku perawatan diri (*self care behaviour*) dalam mengendalikan penyakit hipertensi, seperti meminum obat anti hipertensi, makan makanan bergizi rendah garam, olahraga yang cukup, berhenti merokok, serta membatasi konsumsi alkohol (NICE, 2022). Pasien yang telah mengetahui *self care behavior* pada hipertensi masih bisa kesulitan dalam mengontrol tekanan darahnya. Hal ini dipengaruhi oleh beberapa factor yakni usia, jenis kelamin, riwayat keluarga, tingkat pendidikan, status pernikahan, lama menderita hipertensi, dan IMT (Han et al, dikutip dalam Fan et al, 2014).

Penelitian yang dilakukan oleh Anshari et al. (2020) didapatkan hasil bahwa sebanyak 61,54% pasien hipertensi yang minum obat dengan teratur, 11,53% tidak teratur, dan 26,92% tidak minum obat. Hal yang berbeda ditemukan oleh Gusty dan Ma'rief (2022) bahwa *self care behavior* penderita hipertensi di Kota Padang masih rendah dalam melakukan aktivitas fisik dengan jumlah 10,4%.

Penelitian terdahulu tentang penatalaksanaan faktor hipertensi dan *Self Care Behaviour* telah banyak dilakukan. Namun, penelitian Faktor-faktor yang berhubungan dengan *self care behaviour* pada penderita hipertensi pada umumnya masih sedikit, dan belum pernah dilakukan di Provinsi Jambi. Untuk itu, peneliti merasa tertarik untuk melakukan penelitian tentang faktor-faktor yang berhubungan

dengan *self care behaviour* pada penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Kotabaru Kecamatan Geragai Tanjung Jabung Timur.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan *cross-sectional* dan menggunakan *chi-square* yang bertujuan untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan *self care behavior* pada pasien hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Kota Baru Tahun 2023. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pasien hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Kota Baru. Sampel diperoleh sebanyak 52 responden. Penelitian ini dilakukan Puskesmas Kenali Besar pada 1 September - 11 September 2023.

HASIL PENELITIAN

Tabel 1 Gambaran karakteristik Pasien Hipertensi

Karakteristik	Frekuensi	%
Usia		
Dewasa Akhir (36 - 45)	16	30,8
Lansia Awal (46 – 55)	28	53,8
Lansia Akhir (56 – 65)	8	15,4
Total	52	100
Jenis Kelamin		
Perempuan	36	69,2
Laki – laki	16	30,8
Total	52	100
Tingkat Pendidikan		
SD / Sederajat	5	9,6
SLTP / Sederajat	17	32,7
SLTA / Sederajat	22	42,3
Akademi / Universitas	8	15,4
Total	52	100
Lama Menderita Hipertensi		
≤ 5 Tahun	31	59,6
> 5 Tahun	21	40,4
Total	52	100

Hasil analisis table 1 diatas menunjukkan bahwa sebagian besar umur responden berada pada lansia awal (46-55 tahun) sebanyak 28 reponden dengan persentase 53,8%. Data frekuensi menunjukkan jenis kelamin responden mayoritas perempuan yakni 36 responden dengan persentase 69,2%, tingkat pendidikan responden sebagian besar lulusan SLTA sederajat sebanyak 22

responden dengan persentase 42,3%, dan sebagian besar responden menderita hipertensi ≤ 5 Tahun yakni sebanyak 21 responden dengan presentase 59,6%

Tabel 2 Gambaran Self Care Behavior Pasien Hipertensi

Self Care Behavior	Frekuensi	%
Kurang	10	19.2
Baik	42	80.8
Total	52	100

Hasil analisis table 2 diatas menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki *self care behavior* baik yaitu sebanyak 42 responden (80,8%).

Tabel 3 Hubungan Usia dengan care behavior pasien Hipertensi

Variabel	Kategori	Self Care Behavior			P-Value
		Kurang	Baik	Total	
Usia	36 - 45 tahun (Dewasa Akhir)	0	16	16	.012
	46 - 55 tahun (Lansia Awal)	6	22	28	
	56 \geq 60 Tahun (Lansia Akhir)	4	4	8	
Total		10	42	52	

Hasil analisis table 3 diatas menunjukkan bahwa seluruh responden yakni 16 responden yang berusia dewasa awal *self care behavior* baik. Terdapat 6 responden usia lansia awal dengan *self care behavior* kurang dan 22 responden dengan *self care behavior* baik. Sedangkan 4 responden lansia akhir memiliki *self care behavior* kurang dan 4 responden memiliki *self care behavior* baik. Berdasarkan hasil uji statistic menggunakan *chi-square* diperoleh *p-value* 0,012 < 0,05. Artinya ada hubungan yang signifikan antara umur penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Kota Baru Kecamatan Geragai dengan *self care behavior*.

Tabel 4 Hubungan Jenis Kelamin dengan Self Care Behavior Pasien Hipertensi

Variabel	Kategori	Self Care Behavior			P-Value
		Kurang	Baik	Total	
Jenis	Laki-laki	0	16	16	.012

Kelamin	Self Care Behavior		
	Kurang	Baik	Total
Perempuan	6	22	28
Total	10	42	52

Hasil analisis table 4 diatas menunjukkan bahwa sebagian besar responden yang menderita hipertensi <5 tahun yakni 28 dari 31 responden memiliki *self care behavior* baik dan sebanyak 14 dari 7 responden yang menderita hipertensi ≥ 5 Tahun memiliki *self care behavior* baik. Berdasarkan hasil uji statistic menggunakan *chi-square* diperoleh *p-value* 0,034 < 0,05. Artinya ada hubungan yang signifikan antara lama menderita hipertensi dengan *self care behavior* penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Kota Baru Kecamatan Geragai dengan *self care behavior*.

Tabel 5 Hubungan Tingkat Pendidikan dengan Self Care Behavior Pasien Hipertensi

Variabel	Kategori	Self Care Behavior			P-Value
		Kurang	Baik	Total	
Tingkat Pendidikan	SD	2	3	5	.0319
	SLTP	4	13	17	
	SLTA	4	18	22	
	Perguruan Tinggi	0	8	8	
Total		10	42	52	

Hasil analisis table 5 diatas menunjukkan bahwa seluruh responden lulusan perguruan tinggi yakni 8 responden memiliki *self care behavior* baik. 3 dari 5 responden lulusan SD memiliki *self care behavior* baik, 13 dari 17 responden lulusan SLTP/ sederajat memiliki *self care behavior* baik dan 18 dari 22 lulusan SLTA/ sederajat memiliki *self care behavior* baik. Berdasarkan hasil penelitian diketahui *p-value* 0,319 > 0,05 artinya tidak ada hubungan yang signifikan antara tingkat pendidikan dengan *self care behavior*. penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Kota Baru Kecamatan Geragai dengan *self care behavior*.

PEMBAHASAN

1. Hubungan Usia Dengan Self Care Behavior.

Hasil uji korelasi *chi-square* menunjukkan adanya hubungan antara umur dengan *self care behavior* penderita hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas

Kota Baru Kecamatan Geragai dengan nilai signifikansi 0,012.

Hasil uji multivariate diketahui umur merupakan faktor yang paling dominan atau erat hubungannya dengan *self care behavior* dengan *Odd Ratio* 0,043-0,617. Artinya semakin bertambahnya usia maka *self care behavior* memiliki kemungkinan untuk meningkat sebanyak 0,617 kali. Hal ini sejalan dengan penelitian Suprayitno & Wahid (2019) yang menunjukkan faktor umur memiliki hubungan dengan *self care behavior* pasien hipertensi. Didukung oleh penelitian Ma'rief (2020) yang menyatakan umur merupakan salah satu faktor yang memiliki hubungan erat dengan *self care behavior* pada pasien hipertensi.

Peneliti menyimpulkan bahwa semakin bertambahnya umur semakin baik *self care behavior* penderita hipertensi. Hal tersebut dibuktikan dengan hasil penelitian ini, dimana 16 responden dengan usia 36 - 45 tahun (dewasa awal) memiliki *self care behavior* baik dan mayoritas responden usia 46-55 tahun (lansia awal) memiliki *self care behavior* baik sebanyak 22 responden. Berdasarkan hasil analisa kuesioner, diketahui penderita dengan usia lansia awal rutin melakukan aktifitas fisik, membatasi konsumsi garam, membatasi konsumsi lemak. Didukung oleh hasil kuesioner yang menunjukkan, dari 28 responden usia 46-55 tahun (lansia awal), 22 responden memiliki *self care behavior* baik yakni melakukan kegiatan fisik secara rutin, mengganti makanan bergaram tinggi seperti makanan kaleng menjadi makanan buatan sendiri, membatasi penggunaan bumbu bergaram tinggi, saat memasak direbus dan dipanggang.

Membatasi konsumsi garam merupakan salah satu *self care behavior* dalam penanganan dan pencegahan hipertensi. didukung oleh penelitian Purwono dkk (2020) yang menunjukkan ada hubungan antara usia dengan *self care behavior* pasien hipertensi ditunjukkan dengan banyaknya responden yang membatasi konsumsi garam. Hal ini sejalan dengan penelitian Ma.rief (2022) yang menunjukkan hubungan erat antara usia dengan *self care behavior* pasien hipertensi

dalam mengurangi asupan natrium (garam). Didukung oleh penelitian Ma'rief (2020) yang menyatakan ada hubungan antara usia dengan *self care behavior* pasien hipertensi ditunjukkan dengan banyaknya responden yang membatasi konsumsi garam dan makanan lemak tinggi. Sehingga untuk mencegah terjadinya komplikasi dan mengontrol hipertensi, dapat dilakukan dengan meningkatkan *self care behavior* hipertensi sedini mungkin, dengan melakukan penyuluhan *self care behavior* pada penderita hipertensi dan memotivasi penderita untuk menerapkan *self care behavior* secara teratur.

Self care behavior pada penderita hipertensi mencakup tentang informasi bagaimana seseorang mencegah dan mengontrol hipertensi dengan aktifitas fisik, diet rendah garam, diet rendah lemak, membatasi konsumsi alcohol, dan tidak merokok (Sari, 2017). Seiring bertambahnya usia maka informasi yang diperoleh semakin banyak, baik dari petugas kesehatan, media social maupun pengalaman langsung yang dijumpai dan dilakukan (Suprayitno & Wahid, 2019).

Hal ini didukung oleh Ma'rief (2020) yang mengatakan usia menentukan sudut pandang dan pola pikir dalam menghadapi suatu keadaan dan akan mempengaruhi cara dalam mengambil tindakan. Oleh karena itu, semakin berumur penderita hipertensi dalam penelitian maka semakin baik *self care behavior* yang ditunjukkan. Hal ini terjadi karena praktik kesehatan sehari-hari dipengaruhi oleh perubahan pola pikir dan perilaku seiring bertambahnya usia. Sejalan dengan bertambahnya usia, respon terhadap situasi yang mengancam kesehatan akan meningkatkan pemahaman responden tentang pentingnya menjaga kesehatan sehingga memungkinkan mereka untuk melakukan upaya lebih guna mencegah timbulnya masalah pada tubuhnya (Nurhidayati dkk, 2019).

Berdasarkan uraian tersebut, peneliti menyimpulkan bahwa semakin bertambahnya umur maka semakin baik *self care behavior* penderita hipertensi dalam mengontrol tekanan darah dan mencegah terjadinya komplikasi. Untuk itu,

diharapkan orang dengan usia resiko tinggi mengalami hipertensi dapat melakukan *self care behavior*. Sebagai upaya meningkatkan *self care behavior* masyarakat di Wilayah Kerja Puskesmas Kota Baru kecamatan Geragai, perawat dapat melakukan promosi kesehatan tentang *self care behavior* hipertensi secara rutin.

2. Hubungan Jenis Kelamin Dengan *Self Care Behavior*

Hasil penelitian menunjukkan tidak ada hubungan antara jenis kelamin dengan *self care behavior* penderita hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Kota Baru Kecamatan Geragai dengan 0,412. Responden perempuan dan laki-laki sama-sama memiliki frekuensi dengan *self care behavior* baik. Hal ini dapat disebabkan karena, baik perempuan maupun laki-laki memiliki kesempatan yang sama dalam melakukan dan memperoleh informasi tentang *self care behavior* (Ernawati, 2020).

Pada umumnya laki-laki lebih berpeluang untuk menderita hipertensi dibandingkan perempuan, sebab laki-laki cenderung memiliki kebiasaan merokok dan mengkonsumsi alcohol. Namun seiring bertambahnya usia, perempuan mempunyai risiko tinggi mengalami hipertensi karena memasuki usia menopause yang menyebabkan penurunan produksi estrogen dan berdampak pada kardiovaskuler dimana terjadi penurunan elastisitas pembuluh darah (Sutrisno dkk, 2018).

Berdasarkan hasil kuesioner diketahui, dari 16 responden laki-laki, 14 responden memiliki *self care behavior* baik, dan dari 36 responden perempuan, 28 responden memiliki *self care behavior* baik. Sebagian besar responden tersebut melakukan aktifitas teratur, membatasi konsumsi garam, mengolah makanan dengan direbus dan dibakar, dan tidak mengkonsumsi alcohol. Asumsi penelitian ini diketahui *self care behavior* tidak dipengaruhi oleh jenis kelamin responden, responden laki-laki dan perempuan sama-sama dalam kategori baik.

Hal ini sejalan dengan penelitian Purwono (2020) yang menunjukkan bahwa resiko hipertensi pada laki-laki dan

perempuan sama, sehingga tidak ada hubungan jenis kelamin dengan *self care behavior* penderita hipertensi. Didukung oleh penelitian Lailiyah dkk, (2021) yang menyatakan laki-laki dan perempuan sama-sama memiliki kebiasaan dalam pola makan terutama konsumsi garam dan lemak, sehingga tidak ada hubungan antara jenis kelamin dengan *self care behavior* pada pasien hipertensi.

Berdasarkan uraian tersebut, peneliti menyimpulkan bahwa penderita laki-laki maupun perempuan tidak memiliki hubungan dengan *self care behavior*. Namun, penderita hipertensi perempuan maupun laki-laki sama-sama berisiko tinggi mengalami hipertensi. Untuk itu, diharapkan perempuan maupun laki-laki memiliki *self care behavior* yang baik. Untuk meningkatkan *self care behavior* tersebut, diharapkan responden rutin untuk mengikuti kegiatan penyuluhan tentang hipertensi, dan melakukan pemeriksaan tekanan darah secara berkala yang dilakukan oleh perawat dan tenaga medis di Puskesmas Kota Baru.

3. Hubungan Lama Menderita Hipertensi Dengan *Self Care Behavior*

Hasil penelitian menunjukkan ada hubungan yang signifikan antara lama menderita hipertensi dengan *self care behavior* pada pasien hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Kota Baru Kecamatan Geragai dengan *p-value* 0,034. Hal ini didukung oleh Proboningsih & Almahmudah (2019) menyatakan lama menderita suatu penyakit dapat mempengaruhi pengetahuan. Seseorang yang telah lama menderita suatu penyakit maka seseorang tersebut akan terbiasa terhadap penyakitnya sehingga mendorong orang tersebut untuk melakukan *self care behavior* dengan baik.

Hasil penelitian juga menunjukkan sebagian besar responden yakni dari 31 responden ada 28 responden yang menderita hipertensi <5 tahun memiliki *self care behavior* baik. Sedangkan responden yang menderita hipertensi ≥ 5 Tahun dari 21 responden ada 14 responden yang memiliki *self care behavior* baik.

Berdasarkan hasil analisa kuesioner diketahui responden yang menderita hipertensi <5 tahun rutin melakukan aktifitas fisik, membatasi makanan tinggi garam, tidak pernah mengkonsumsi alcohol, kadang-kadang merokok. Sedangkan, responden yang menderita hipertensi ≥ 5 Tahun rutin membatasi konsumsi garam, memasak makanan secara direbus dan dibakar, membatasi makanan tinggi lemak, tidak pernah mengkonsumsi alcohol dan tidak pernah merokok.

Hasil tersebut dipengaruhi oleh usia pertama kali responden didiagnosa mengalami hipertensi, semakin dewasa usia seseorang maka semakin baik pola pikir dan usaha yang dilakukan untuk melakukan perawatan diri dalam mencegah munculnya masalah kesehatan (Nurhidayati dkk, 2019). Didukung oleh penelitian Chinnadurai et al., (2021) semakin lama pasien menderita hipertensi maka semakin rutin pasien tersebut minum obat dengan teratur dibuktikan dengan persentasi responden sebanyak 61,54%. Sejalan dengan penelitian Labata et al., (2019) bahwa semakin bertambahnya usia semakin baik pasien dalam melakukan praktik perawatan diri dengan diet rendah geram.

Berdasarkan hasil uji multivariate, lama menderita hipertensi bukan merupakan faktor dominan atau faktor yang berhubungan erat dengan *self care behavior*, hal ini terlihat dari uraian diatas bahwa faktor lama menderita hipertensi dipengaruhi oleh umur pertama kali pasien didiagnosa menderita hipertensi. Untuk itu, penderita hipertensi sangat penting untuk melakukan *self care behavior* sedini mungkin saat pertama kali di diagnosa mengalami hipertensi atau diketahui memiliki resiko tinggi mengalami hipertensi.

4. Hubungan Tingkat Pendidikan Dengan Self Care Behavior

Hasil penelitian menunjukkan tidak ada hubungan antara tingkat pendidikan dengan dengan self care behavior pada penderita hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Kota Baru Kecamatan Geragai dengan *p-value* 0,319. Hal ini dikarenakan

mayoritas responden memiliki kebiasaan yang sama yakni sering mengkonsumsi makanan laut yang terkenal tinggi akan kandungan natrium dan lemak meskipun sebagian besar responden memiliki tingkat pendidikan SLTA/ sederajat. Selain itu, meskipun ada responden yang lulusan SD dan SLTP/ sederajat responden tetap patuh dalam mengkonsumsi obat. Sejalan dengan penelitian Manangkot dan Imelda dkk (2020) yang menunjukkan tidak ada hubungan tingkat pendidikan dengan *self care behavior* pada pasien hipertensi.

Hasil penelitian menunjukkan baik responden lulusan SD, SLTP, SLTA sederajat dan perguruan tinggi sama-sama menjawab “selalu” dan “sering” pada pernyataan “periksa ke dokter secara rutin”, “membatasi makanan yang digoreng, bersantan atau makanan yang berlemak (membatasi asupan lemak kurang dari 65 gram) setiap hari,”saat memasak direbus, dipanggang atau dikukus daripada digoreng”, “melakukan kegiatan fisik secara rutin”. Hal ini didukung oleh Ermawati dkk (2020) mengatakan tingkat pendidikan tidak berhubungan langsung dengan *self care behavior*. Hal ini dikarenakan informasi tentang hipertensi dan *self care behavior* penderita hipertensi tidak hanya dapat diperoleh melalui tingkat pendidikan namun dapat diperoleh dari pengalaman, tenaga kesehatan, media social dan lingkungan Ma’rief (2020).

Berdasarkan uraian tersebut, diketahui tingkat pendidikan tidak mempengaruhi *self care behavior* secara langsung, namun berhubungan dengan pengetahuan responden. Sedangkan pengetahuan tentang *self care behavior* tidak hanya didapatkan melalui proses pendidikan namun juga dapat diperoleh dari media social, lingkungan, pengalaman dan tenaga kesehaan. Oleh karena itu, untuk mengontrol dan mencegah komplikasi akibat hipertensi masyarakat diharapkan mau mencari informasi dan melakukan *self care behavior* terlepas dari tingkat pendidikan yang dimiliki. Perawat dapat melakukan promosi kesehatan dan edukasi kepada masyarakat tentang *self care behavior*.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan uraian pembahasan tentang factor faktor yang berhubungan dengan *self care behavior* pada penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Kotabaru Kecamatan Geragai Tanjung Jabung Timur, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa tidak terdapat hubungan antara jenis kelamin (*p-value* 0,412) dan tingkat pendidikan (*p-value* 0,319) dengan *self care behavior*. terdapat hubungan antara umur (*p-value* 0,012) dan lama menderita hipertensi (*p-value* 0,034) dengan *self care behavior* pasien penderita hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Kota Baru Kecamatan geragai. Hasil uji multivariate diketahui umur merupakan faktor yang paling dominan dengan *self care behavior* pasien penderita hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Kota Baru Kecamatan geragai dengan OR 0,043-0,6167.

REFERENSI

- Anshari, Z. (2020). Komplikasi Hipertensi Dalam Kaitannya Dengan Pengetahuan Pasien Terhadap Hipertensi Dan Upaya Pencegahannya. *Jurnal Penelitian Keperawatan Medik*, 2(2), 46–51. <http://ejournal.delihusada.ac.id/index.php/JPKM>
- Ernawati, I., Fandinata, S. S., & Permatasari, S. N. (2020). *Kepatuhan konsumsi obat hipertensi*. Graniti.
- Hairunisa, et al. (2013). *Hubungan tingkat kepatuhan minum obat dan diet dengan tekanan darah terkontrol pada penderita hipertensi di wilayah kerja puskesmas perumnas 1 kecamatan Pontianak Barat*. Tesis.
- Imelda, Ajaaaf, F., & Puspita. (2020). Faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian hipertensi pada Lansia di Puskesmas Air Dingin Lubuk Minturun. *Health & Medical Journal*, 2(2), 68–77. <https://doi.org/10.33854/heme.v2i2>
- Lailiyah, F., Qodir, A., & Zahra, F. (2021). Analisis faktor-faktor yang berhubungan dengan perilaku kesehatan pada pasien hipertensi. *Media Husada Journal of Nursing Science*, 2(2), 35–46.
- Kemenkes RI. 2019. Hipertensi Si Pembunuh Senyap. In *Kementrian Kesehatan RI*. <https://pusdatin.kemkes.go.id/resource/download/pusdatin/infodatin/infodatin-hipertensi-si-pembunuh-senyap.pdf>
- Kemenkes RI. (2021). Penyakit tidak menular. In *Kementrian Kesehatan RI*. <https://pusdatin.kemkes.go.id/resource/download/pusdatin/infodatin/infodatin-hipertensi-si-pembunuh-senyap.pdf>
- Ma'rief, AA. 2022. Gambaran *self care behavior* pada penderita hipertensi di Kota Makassar. Universitas Hasanudin.
- Nurhidayati, I., Aniswari, A., Sulistyowati, A., & Sutaryono, S. (2019). Penderita hipertensi dewasa lebih patuh daripada lansia dalam minum obat penurun tekanan darah. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 13(2), 1–5.
- NICE. (2022). *Hypertension in adults: Diagnosis and management* (National I). London. <https://www.nice.org.uk/guidance/ng136/chapter/recommendations>
- Novian, A (2013). *Kepatuhan diet pasien hipertensi*. *Jurnal kesehatan masyarakat*. Vol 9(1)
- Proboningsih, J., & Almahmudah, M. (2019). Gambaran kepatuhan diet dan minum obat pada pasien hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Pacar Keling Surabaya. *Prosiding Seminar Nasional Kesehatan Poltekkes Kemenkes Surabaya*, 1(1), 6–10.
- Purwono, J., Sari, R., Ratnasari, A., & Budianto, A. (2020). Pola konsumsi garam dengan kejadian hipertensi pada lansia. *Jurnal Wacana Kesehatan*, 5(1), 531–542.
- Suprayitno, E., & Wahid, A. (2019). Pendampingan tentang penyakit hipertensi dan perawatan keluarga dengan hipertensi.
- Sutrisno, Widayati, C. N., & Radate. (2018). Hubungan tingkat pendidikan dan sikap lansia terhadap perilaku pengendalian hipertensi pada lansia di Desa Jono Kecamatan Tawangharjo Kabupaten Grobogan. *The Sine Cahaya Dunia Ners*, 3(02), 16–27. <https://doi.org/https://doi.org/10.35720/tscners.v3i2.121>
- Tani, V. A., Siwu, J., & Rompas, S. (2017). Hubungan konsep diri dengan perawatan diri pada lansia di BPLU Senja Cerah Propinsi Sulawesi Utara. *Jurnal Keperawatan*, 5(02).

- <https://doi.org/https://doi.org/10.35790/jkp.v5i2.16848>
- Wahyuni, S., Bafadhal, R. N., & Mahudeh, M. (2021). Efektivitas Self-Management Program terhadap Manajemen Diri Klien Hipertensi. *JI-KES (Jurnal Ilmu Kesehatan)*, 5(1), 57–63. <https://doi.org/10.33006/jikes.v5i1.255>
- Winata, I. G., Asyrofi, A., & Nurwijayanti, A. M. (2018). Faktor-faktor yang berhubungan dengan self care pada orang dewasa yang mengalami hipertensi di Puskesmas Kendal 01 Kabupaten Kendal. *Jurnal Manajemen Asuhan Keperawatan*, 2(02), 46–53. <https://doi.org/https://doi.org/https://doi.org/10.33655/mak.v2i2.33>
- World Health Organization. (2018). Global Health Estimates 2018 Summary Tables: Death by Cause, Age and Sex, by World Bank Income Group, 2010-2017