

Hubungan Tingkat Pengetahuan, Manajemen Diri, Dan Efikasi Diri Dengan Kualitas Hidup Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Jogorogo

Dhian Luluh Rohmawati¹, Dika Lukitaningtyas², Mega Arianti Putri³

^{1,2}Program Studi D-III Keperawatan, Akademi Keperawatan Pemerintah Kabupaten Ngawi

³STIKES Bhakti Husada Mulia Madiun

Email : dhian.luluh@gmail.com

Kata Kunci

Efikasi Diri,
Hipertensi,
Kualitas
Hidup,
Manajemen
Diri, Tingkat
Pengetahuan.

Abstrak

Latar belakang: Tingkat pengetahuan, manajemen diri, dan efikasi diri merupakan kemampuan individu mengendalikan tekanan darah, melakukan perawatan diri, dan taat terhadap terapi yang pada akhirnya mampu berpengaruh terhadap kualitas hidup seseorang. **Tujuan:** Tujuan penelitian ialah menganalisis hubungan antara tingkat pengetahuan, manajemen diri, dan efikasi diri dengan kualitas hidup penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Jogorogo. **Metode:** Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif korelasi yang menerapkan pendekatan cross-sectional. Teknik purposive sampling digunakan untuk memilih 95 responden sebagai sampel dalam penelitian ini. Kuesioner tingkat pengetahuan, kuesioner self-management behavior questionnaire, kuesioner efikasi diri, dan kuesioner WHOQOL-Bref digunakan untuk mengumpulkan data. Spearman rank digunakan untuk uji statistik. **Hasil:** Hasil penelitian menunjukkan hubungan antara tingkat pengetahuan dengan kualitas hidup diperoleh hasil p -value 0,005 $r = -0,288$, hubungan antara manajemen diri dengan kualitas hidup diperoleh hasil p -value 0,001 $r = 0,330$, hubungan antara efikasi diri dengan kualitas hidup diperoleh hasil p -value 0,095 $r = 0,172$. **Kesimpulan:** Ada hubungan antara tingkat pengetahuan dan manajemen diri dengan kualitas hidup. Tidak ada hubungan antara efikasi diri dengan kualitas hidup penderita hipertensi.

Connection Level of Knowledge, Self-management, and Self-Efficacy with the Quality of Life of Hypertensive Patients in the Work Area of the Public Health Center Jogorogo

Key Words:

Self-Efficacy,
Hypertension, Self-
Management, Quality
Of Life, Level Of
Knowledge.

Abstract

Background: The level of knowledge, self-management, and self-efficacy is an individual's ability to control blood pressure, perform self-care, and adhere to treatment which in turn can affect a person's quality of life. The level of knowledge, self-management, and self-efficacy is very necessary for people with hypertension, because all three are an important part in determining the quality of life. **Purpose:** The aim of the study was to analyze the relationship between the level of knowledge, self-management, and self-efficacy with the quality of life of hypertension sufferers in the working area of the Jogorogo Health Center. **Method:** This research is a correlation descriptive study using a cross-sectional approach. Purposive sampling technique was used to select 95 respondents as the sample in this study. Knowledge level questionnaire, self-management behavior questionnaire, self-efficacy questionnaire, and WHOQOL-Bref questionnaire were used to collect data. Spearman rank is used for statistical tests. **Result:** The results showed that the relationship between the level of knowledge and quality of life result were obtained p -value 0.005 $r = -0.288$, the relationship between self-management and quality of life was obtained

result p-value 0.001 r = 0.330, the relationship between self-efficacy and quality of life obtained result p-value 0.095 r=0.172. Conclusion: There is a relationship between the level of knowledge and self-management and quality of life. There is no relationship between self-efficacy and quality of life in hypertension sufferers.

1. PENDAHULUAN

Hipertensi dianggap sebagai *silent killer* karena biasanya tidak memiliki gejala, menyebabkan penderitanya tidak menyadari kondisinya hingga berakibat terjadi komplikasi (Supriati, 2020). Hipertensi didefinisikan sebagai peningkatan tekanan darah sistolik dan diastolik secara terus-menerus, dengan tekanan darah sistolik di atas 140 mmHg dan tekanan darah diastolik melebihi 90 mmHg. (Nabila et al., 2022). Salah satu penyebab utama kematian secara global adalah hipertensi. Upaya global untuk mencegah penyakit tidak menular juga telah menetapkan sasaran untuk mengurangi tingkat kejadian hipertensi sebesar 33% antara tahun 2010 dan 2030 (WHO, 2021).

Berdasarkan data dari Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), prevalensi hipertensi mencapai 22% dari seluruh populasi global. Wilayah dengan prevalensi hipertensi tertinggi adalah Afrika dan Asia Tenggara dengan prevalensi 25% dari total populasi berada di urutan ketiga. (WHO, 2019). Di Indonesia, Kalimantan Selatan memiliki angka kejadian hipertensi paling tinggi, yaitu sebesar 44,1%, sementara Provinsi Papua memiliki tingkat prevalensi hipertensi yang paling rendah, yaitu sebesar 22,2%. Prevalensi hipertensi di Jawa Timur pada tahun 2018 mengalami peningkatan sebesar 9,9% dibandingkan data Riskesdas 2013 (Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur, 2021). Menurut data yang

diberikan oleh Dinas Kesehatan Kabupaten Ngawi, pada tahun 2020 jumlah penderita hipertensi di pelayanan puskesmas di tahun tercatat terdapat 40.134 kasus (Dinkes Kabupaten Ngawi, 2020). Prevalensi hipertensi di Puskesmas Jogorogo pada tahun 2021 sejumlah 1.614 kasus dan pada bulan Januari-Oktober 2022 terdapat 1.485 kasus hipertensi (Puskesmas Jogorogo, 2021)

Hipertensi merupakan penyakit kronis yang menurunkan kualitas hidup seseorang. Banyak penelitian telah dilakukan untuk mengevaluasi kualitas hidup penderita hipertensi, dan sebagian besar penemuan menunjukkan bahwa penderita hipertensi memiliki kualitas hidup yang rendah (Widyastuti, 2021).

Kualitas hidup dapat dijelaskan sebagai instrumen pengukuran yang dapat digunakan tenaga kesehatan dalam mengevaluasi kesehatan pasien dengan kondisi kronis (Widyastuti, 2021). Pasien penyakit kronis biasanya mengalami kualitas hidup yang rendah atau memburuk. Karakteristik individu dan lingkungan berpengaruh terhadap kualitas hidup.

Hipertensi dapat dicegah jika faktor risiko dikendalikan tepat waktu, sehingga deteksi dini hipertensi dan kepatuhan berobat merupakan kunci pengendalian tekanan darah. Potensi untuk meminimalkan prevalensi hipertensi di Indonesia melalui promosi kesadaran tekanan darah di antara individu, kelompok, dan komunitas. Individu yang

memiliki pengetahuan tentang tekanan darah dapat membantu mengontrol hipertensi karena mengetahui perlunya kunjungan rutin ke fasilitas pelayanan kesehatan dan kepatuhan minum obat hipertensi (Maswibowo, 2018). Pasien dengan tingkat pengetahuan yang tinggi akan meningkatkan sikap mereka terhadap pengaturan tekanan darah, yang juga akan meningkat. Dalam studi yang dilakukan oleh Kurniawati (2020), terdapat temuan yang mengindikasikan adanya hubungan antara tingkat pengetahuan pasien yang menderita hipertensi dengan kualitas hidup mereka.

Manajemen diri merupakan salah satu dari pengobatan penyakit untuk menghindari komplikasi (Utami & Hudiyawati, 2020). Manajemen penyakit diperlukan oleh individu untuk menjaga tekanan darah dalam kisaran normal. Isnaini dan Lestari (2018) menemukan bahwa manajemen diri memiliki pengaruh positif terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi. Manajemen diri yang tinggi berakibat pada rendahnya tekanan darah, sedangkan manajemen diri yang rendah mengakibatkan bertambah tingginya tekanan darah pada penderita hipertensi. Program manajemen diri mendorong individu untuk mengambil tanggung jawab terhadap kesehatan pribadi mereka melalui pengamatan penyakit, peningkatan pemahaman tentang kondisi kesehatan mereka saat ini, serta kerja sama dengan dokter untuk memonitor perkembangan penyakit (Neesa, 2021). Penting untuk secara konsisten melaksanakan manajemen diri guna meningkatkan kualitas hidup bagi mereka yang menderita hipertensi.

Kualitas hidup individu dapat meningkat jika ia dapat menerima kondisinya dan mematuhi rencana perawatan (Sulistyaningsih, 2017). Efikasi diri adalah salah satu faktor yang berpotensi mempengaruhi peningkatan kepatuhan dalam pengobatan. Efikasi diri sudah teruji menjadi prediktor pada beragam perilaku yang berkenaan dengan kesehatan dan dikembangkan untuk meningkatkan kepatuhan minum obat pada pasien penyakit kronis (Isolpia, 2021). Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Huang et al dalam Afandi dan

Kurniawan (2017), terdapat peningkatan yang signifikan dalam kualitas hidup individu yang mempunyai tingkat efikasi diri tinggi dan mampu menjalankan aktivitas sehari-hari dengan kemudahan. Berdasarkan studi lapangan sederhana kepada 5 penderita hipertensi didapatkan 5 responden dengan tingkat pengetahuan tinggi, 4 responden dengan manajemen diri tinggi, 4 responden dengan efikasi diri tinggi, 1 responden dengan manajemen diri sedang, dan 1 responden dengan efikasi diri sedang. Telah banyak penelitian yang dilangsungkan untuk mengamati hubungan antara tingkat pengetahuan, manajemen diri, dan efikasi diri dengan kualitas hidup penderita hipertensi di suatu wilayah tertentu. Akan tetapi penelitian yang menggabungkan antara ketiga variabel tersebut belum dilakukan sebelumnya. Dilatarbelakangi oleh fakta yang ada, peneliti tertarik untuk melaksanakan penelitian tentang “Hubungan Antara Tingkat Pengetahuan, Manajemen Diri, Dan Efikasi Diri Dengan Kualitas Hidup Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Jogorogo”.

2. METODE PENELITIAN

Desain penelitian korelasional dengan metode cross-sectional digunakan dalam penelitian ini. Sampel terdiri dari 95 orang hipertensi yang dipilih menggunakan *purposive sampling* berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi yang telah ditetapkan. Penelitian ini dilaksanakan di wilayah kerja Puskesmas Jogorogo. Setelah penjelasan tujuan penelitian kepada responden yang memenuhi kriteria, peneliti meminta persetujuan melalui tanda tangan pada formulir *informed consent*. Kemudian, responden diberikan kuesioner tingkat pengetahuan, kuesioner *hypertension self-management behaviour questionnaire*, kuesioner efikasi diri, dan kuesioner WHOQOL-Bref.

Penelitian ini melibatkan analisis univariat dan bivariat. Analisis univariat digunakan untuk mengevaluasi karakteristik responden seperti jenis kelamin, usia, pendidikan, pekerjaan, tingkat pengetahuan, manajemen diri, efikasi diri, dan kualitas hidup penderita

hipertensi. Sedangkan analisis bivariat menggunakan uji *Spearman Rank* dengan ρ -value 0,000 ($\rho < 0,05$), menunjukkan adanya hubungan antara tingkat pengetahuan, manajemen diri, dan efikasi diri dengan kualitas hidup penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Jogorogo.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Berikut adalah hasil yang diperoleh dari penelitian ini:

A. Analisa Univariat

Tabel 4.1 Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin, Umur, Pendidikan Terakhir, Dan Pekerjaan Pada Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Jogorogo (n=95).

Demografi	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Jenis Kelamin		
Laki-laki	22	23,2
Perempuan	73	76,8
Umur		
35-45Thn	10	10,5
46-55 Thn	31	32,6
56-65 Thn	54	56,8
Pendidikan		
Tidak sekolah	17	17,9
SD	45	47,4
SMP	22	23,2
SMA	9	9,5
Perguruan Tinggi	2	2,1
Pekerjaan		
Tidak bekerja	6	6,3
PNS	2	2,1
Petani	64	67,4
Wiraswasta	13	13,7
Lain-lain	10	10,5

Berdasarkan informasi di atas, dapat ditarik kesimpulan bahwa individu yang menderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Jogorogo lebih banyak ditemukan pada wanita dengan jumlah 73 responden (76,8%). Rentang umur responden yang paling banyak menderita

hipertensi pada rentang 56-65 tahun sebanyak 54 responden (56,8%). Dengan jumlah responden sebanyak 45 orang (47,4%), lulusan SD merupakan mayoritas pendidikan terakhir responden. Dengan total 64 responden (67,4%), sebagian besar dari mereka bekerja sebagai petani.

Tabel 4.2 Distribusi Responden Berdasarkan Tingkat Pengetahuan, Manajemen Diri, Efikasi Diri, dan Kualitas Hidup Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Jogorogo (n=95)

Karakteristik	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Tingkat pengetahuan		
Baik	45	47,4
Cukup	37	38,9
Kurang	13	13,7
Manajemen diri		
Baik	82	86,3
Cukup	8	8,4
Kurang	5	5,3
Efikasi diri		
Tinggi	92	96,8
Rendah	5	3,2
Kualitas hidup		
Tinggi	79	83,2
Sedang	13	13,7
Rendah	3	3,2

Hasil tabel 4.2 menunjukkan penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Jogorogo berdasarkan survei terbanyak memiliki tingkat pengetahuan baik sebanyak 45 responden (47,4%), manajemen diri baik sebanyak 82 responden (86,3%), efikasi diri tinggi sebanyak 92 responden (96,8%), dan kualitas hidup tinggi sebanyak 79 responden (83,2%).

B. Analisa Bivariat

Tabel 4.1 Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Kualitas Hidup Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Jogorogo (n=95)

Tingkat Pengetahuan	Kualitas Hidup						Total	%	p-value	R
	Tinggi	%	Sedang	%	Rendah	%				
Baik	35	77,8	9	20	1	2,2	45	47,4	0,005	-0,288
Cukup	32	86,5	3	8,1	2	5,4	37	38,9		
Kurang	12	92,3	1	7,7	0	0	13	13,7		

Berdasarkan tabel yang disajikan di atas, hasil uji korelasi *Rank Spearman* menunjukkan nilai ρ -value sebesar 0,005 ($\rho < 0,05$) dengan $r = -0,288$. Hal ini mengindikasikan adanya hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan dengan kualitas hidup penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Jogorogo, meskipun kekuatan hubungan tersebut tergolong rendah.

Tabel 4.2 Hubungan Manajemen Diri Dengan Kualitas Hidup Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Jogorogo (n=95)

Manajemen Diri	Kualitas Hidup						Total	%	p-value	R
	Tinggi	%	Sedang	%	Rendah	%				
Baik	68	82,9	12	14,6	2	2,4	82	86,3	0,001	0,330
Cukup	6	75,0	1	12,5	1	12,5	8	8,4		
Kurang	5	100	0	0	0	0	5	5,3		

Berdasarkan tabel yang disajikan di atas, hasil uji korelasi *Rank Spearman* menunjukkan nilai ρ -value sebesar 0,001 ($\rho < 0,05$) dengan $r = 0,330$. Hal ini menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara manajemen diri dengan kualitas hidup penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Jogorogo, meskipun kekuatan hubungan tersebut tergolong rendah.

Tabel 4.3 Hubungan Efikasi Diri Dengan Kualitas Hidup Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Jogorogo (n=95)

Efikasi Diri	Kualitas Hidup						Total	%	p-value	R
	Tinggi	%	Sedang	%	Rendah	%				
Tinggi	77	83,7	12	13	3	3,3	92	96,8	0,095	0,172
Rendah	2	66,7	1	33,3	0	0	3	3,2		

Berdasarkan tabel yang disajikan di atas, hasil uji korelasi *Rank Spearman* menunjukkan nilai ρ -value sebesar 0,095 ($\rho < 0,05$) dengan $r = 0,172$. Hal ini menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara efikasi diri dengan kualitas hidup penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Jogorogo, dan kekuatan hubungan tersebut tergolong rendah.

Pembahasan

1. Gambaran karakteristik responden

Berdasarkan penelitian ini, ditemukan bahwa penyandang hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Jogorogo memiliki rata-rata usia antara 56-65 tahun. Temuan ini selaras dengan penelitian Utami (2020) yang juga menemukan mayoritas penderita hipertensi berusia antara 56-65 tahun, dengan jumlah responden sebanyak 55 orang. Risiko terkena hipertensi cenderung meningkat seiring dengan bertambahnya usia seseorang. Peneliti berasumsi bahwa peningkatan tekanan darah terjadi sebagai akibat dari perubahan struktur dan fungsi sistem pembuluh darah yang terjadi seiring bertambahnya usia. Perubahan ini meliputi penurunan kemampuan adaptasi vaskular, adanya aterosklerosis, serta penurunan pelepasan otot polos. Selain itu, perubahan dalam supai volume darah juga berkontribusi dalam menurunkan curah jantung dan meningkatkan resistensi perifer (Rohmawati, 2021).

Berdasarkan hasil penelitian, mayoritas responden adalah perempuan dengan hasil 73 responden (76,8%). Penelitian ini selaras dengan penelitian Toulasik (2019) yang mengungkapkan bahwa mayoritas penderita hipertensi adalah perempuan, dengan 121 responden (60,5%). Tidak ada variasi yang terlihat dalam prevalensi responden pria dan wanita. Asumsi peneliti, bahwa hormon estrogen wanita memiliki berbagai dampak metabolisme, salah satunya adalah menjaga konstruksi pembuluh darah yang baik. Karena produksi estrogen menurun setelah menopause, peran mempertahankan pembentukan pembuluh darah ikut menurun, hal ini yang membuat wanita lebih rentan terhadap hipertensi (Meteng, Undap, dan Kabo, 2016).

Dengan jumlah responden sebanyak 45 orang (47,4%) lulusan SD merupakan mayoritas pendidikan responden. Temuan

dari penelitian ini selaras dengan penelitian yang dilangsungkan oleh Utami (2020), yang mendapatkan mayoritas penderita hipertensi memiliki tingkat pendidikan SD, dengan jumlah sebanyak 46 responden. Peneliti berpendapat bahwa tingkat pendidikan seseorang memiliki pengaruh terhadap kejadian hipertensi. Risiko terkena hipertensi cenderung meningkat bersamaan dengan rendahnya tingkat pendidikan seseorang karena kurangnya pengetahuan dan kesadaran tentang kesehatan. Penderita hipertensi yang memiliki tingkat pengetahuan rendah memiliki risiko menghadapi masalah dalam pengelolaan penyakit mereka. Ketidakmampuan mengendalikan hipertensi dapat menyebabkan berbagai komplikasi di masa depan (Hastutik, 2020).

Berdasarkan pekerjaan mayoritas responden bekerja sebagai petani dengan jumlah 64 responden (67,4%). Penelitian ini selaras dengan studi yang dilangsungkan oleh Retnoningtyastuti et al. (2022), yang mengindikasikan bahwa mayoritas responden bekerja sebagai petani, dengan jumlah 15 responden (30%). Temuan ini juga selaras dengan penelitian Hasanah et al. (2022), yang menunjukkan bahwa beban kerja berdampak pada kejadian hipertensi. Peneliti berasumsi bahwa responden yang bekerja sebagai petani memiliki aktivitas yang dimulai dari pagi hingga sore, serta beban kerja yang berat dapat menyebabkan stres dan meningkatkan risiko hipertensi. Penyakit hipertensi sendiri memiliki salah satu faktor risiko yang terkait dengan pekerjaan. Beban kerja yang berat dapat mempengaruhi kesehatan seseorang. Stres dapat menyebabkan peningkatan detak jantung yang lebih cepat dan lebih kuat, yang mengakibatkan peningkatan tekanan darah. Jika stres berkepanjangan, tubuh akan mengalami perubahan yang

berpotensi menimbulkan penyakit patologis seperti hipertensi.

2. Gambaran Tingkat Pengetahuan, Manajemen Diri, Efikasi Diri, Dan Kualitas Hidup Penderita Hipertensi

Berdasarkan temuan penelitian, mayoritas responden yaitu 45 orang (47,4%), memiliki tingkat pengetahuan yang baik. Penelitian ini mendukung temuan Septianingsih (2018) yang menemukan bahwa mayoritas responden yang berjumlah 43 (54,4%) memiliki tingkat pengetahuan baik. Peneliti mengasumsikan bahwa adanya informasi yang baik dapat meningkatkan kesadaran individu tentang kepribadian mereka, sehingga mereka dapat membuat penilaian yang lebih baik. Dalam keadaan ini, seseorang akan menggunakan ilmunya untuk mempertahankan kesehatan dirinya sendiri dengan mengikuti pengobatan hipertensi dan mengunjungi fasilitas kesehatan secara rutin (Hastutik, 2020).

Berdasarkan hasil penelitian, mayoritas responden sebanyak 82 orang (86,3%) memiliki manajemen diri yang baik. Penelitian ini mendukung temuan Utami dan Hudiyawati (2020) yang menemukan bahwa mayoritas responden yang berjumlah 46 orang memiliki keterampilan manajemen diri yang tinggi. Menurut Utomo et al. (2019), manajemen diri mengacu pada tindakan perawatan diri yang bertujuan untuk mengendalikan kesehatan, pertumbuhan, dan kesejahteraan individu. Dalam konteks penelitian ini, diasumsikan bahwa manajemen diri yang efektif akan memiliki dampak positif terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi, karena manajemen diri berperan dalam mengelola dan mempertahankan stabilitas tekanan darah. Manajemen diri dipengaruhi oleh adanya dukungan dari keluarga, dengan diberikan dukungan yang memadai, pasien dengan hipertensi

akan semangat dalam menjalani manajemen diri (Nabila et al., 2022).

Berdasarkan temuan penelitian, mayoritas responden, sebanyak 92 orang (96,8%), menunjukkan tingkat efikasi diri yang tinggi. Penelitian ini mendukung temuan Retnoningtyastuti et al., (2022), yang menemukan bahwa paling banyak responden sejumlah 43 orang (86%) mempunyai efikasi diri yang tinggi. Asumsi peneliti bahwa efikasi diri yang tinggi mengarah pada coping yang lebih baik pada individu hipertensi. Efikasi diri memungkinkan pasien hipertensi memiliki dorongan untuk bertindak dan berusaha untuk sembuh (Tiara, 2022).

Berdasarkan temuan penelitian, mayoritas responden, yaitu 92 orang (96,8%), menunjukkan tingkat kualitas hidup yang tinggi. Temuan ini selaras dengan penelitian yang dilangsungkan oleh Arsela (2021), yang juga mengindikasikan bahwa mayoritas responden memiliki kualitas hidup yang tinggi, dengan jumlah 60 responden (75%). Peneliti berasumsi bahwa kualitas hidup yang tinggi pada pasien hipertensi ditentukan oleh anggapan individu terhadap kualitas hidup yang mereka alami. Beberapa hal dapat berdampak pada kualitas hidup seseorang., antara lain aktivitas fisik, dukungan sosial, dan kepatuhan minum obat hipertensi (Puciato et al., 2017; Ghimire et al., 2017). Pasien dengan kualitas hidup yang tinggi tidak memiliki keluhan, fungsi fisik dan perasaan normal, merasa sehat dan bahagia, memiliki pekerjaan yang memuaskan, menjaga hubungan interpersonal yang kuat, bekerja dengan baik, dan dapat menangani stres dalam kehidupan sehari-hari. Widyastuti et al., (2021).

3. Hubungan tingkat pengetahuan dengan kualitas hidup

Hasil penelitian ini mengindikasikan terdapat korelasi antara tingkat pengetahuan dan kualitas hidup penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Jogorogo, meskipun hubungan tersebut memiliki kekuatan yang rendah (p -value 0,005, $r = -0,288$). Temuan ini selaras dengan penelitian yang dilakukan oleh Pratiwi (2020), yang menemukan hubungan antara tingkat pengetahuan dan kualitas hidup pada lansia dengan kondisi kronis berdasarkan uji analisis *Chi Kuadrat* (nilai p -value = 0,001). Menurut temuan Pratiwi (2020), tingkat pengetahuan yang tinggi berkontribusi sebesar 80,9% terhadap kualitas hidup. Menurut penelitian Nur dan Mukhlis (2020), orang yang kurang pengetahuan memiliki kemungkinan 4,4 kali lebih besar untuk mempunyai kualitas hidup yang rendah. Dalam survei ini, mayoritas responden menunjukkan tingkat keahlian yang tinggi. Tingkat informasi yang kuat dapat membantu individu memahami dirinya sendiri dengan lebih baik dan membuat penilaian yang lebih baik.

Penelitian ini mengindikasikan adanya hubungan yang rendah dan berpola negatif antara tingkat pengetahuan dan kualitas hidup penderita hipertensi. Hal ini berarti semakin rendah tingkat pengetahuan yang dimiliki, semakin tinggi kualitas hidup yang dialami oleh penderita hipertensi. Peneliti berasumsi bahwa responden memiliki kualitas hidup baik karena mampu secara finansial dan selalu dibantu oleh keluarganya saat menjalani terapi. Ada juga responden yang mendapat dukungan dan perhatian dari keluarga, sehingga kualitas hidupnya meningkat. Ini sejalan dengan temuan Azmi (2018) yang menyimpulkan bahwa kualitas hidup responden meningkat karena adanya dukungan yang diterima dari keluarga dan lingkungan sosial mereka.

4. Hubungan manajemen diri dengan kualitas hidup

Hasil penelitian ini mengindikasikan adanya hubungan yang rendah dan berpola positif antara manajemen diri dan kualitas hidup penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Jogorogo (p -value 0,001, $r = 0,330$). Temuan ini selaras dengan penelitian yang dilangsungkan oleh Utami et al (2021), yang juga menemukan hubungan antara manajemen diri dan kualitas hidup lansia hipertensi yang bekerja di Puskesmas Buleleng I menggunakan uji Rank Spearman (nilai p -value = 0,000). Penelitian tersebut mengindikasikan bahwa semakin baik manajemen diri yang dilakukan, semakin baik kualitas hidup penderita hipertensi. Temuan ini juga mendukung temuan Benzo et al. (2016), yang mengutarakan adanya hubungan antara manajemen diri dan kualitas hidup. Penelitian tersebut mengemukakan bahwa kemampuan dalam mengendalikan gejala hipertensi dapat membantu menjaga kebugaran, meningkatkan interaksi sosial, mengembangkan kestabilan emosional, dan mencapai kondisi kesehatan yang lebih baik.

Perolehan hasil signifikan pada manajemen diri merupakan suatu upaya yang mampu diaplikasikan demi menjaga tekanan darah tetap stabil. Hasil penelitian ini, ditemukan hubungan yang rendah dan berpola positif antara manajemen diri dan kualitas hidup penderita hipertensi. Artinya, semakin baik manajemen diri yang diterapkan, semakin tinggi kualitas hidup yang dialami oleh penderita hipertensi. Pasien hipertensi yang mempraktikkan manajemen diri yang tepat akan mendapatkan akses ke program manajemen diri yang memungkinkan mereka untuk meningkatkan kualitas hidup mereka. Program ini mengajak masyarakat untuk memeriksakan tekanan darahnya guna menjaga kesehatannya, mempelajari kondisinya, dan

berkolaborasi dengan dokter untuk menganalisis perkembangan penyakit hipertensi (Galson, 2019).

5. Hubungan efikasi diri dengan kualitas hidup

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tidak ada korelasi antara efikasi diri dan kualitas hidup penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Jogorogo (p -value 0,095, $r = 0,172$). Temuan ini selaras dengan penelitian yang dilangsungkan oleh Isolpia (2021) yang juga menemukan bahwa tidak ada hubungan antara efikasi diri dan kualitas hidup pada pasien hipertensi di Puskesmas Andalas Kota Padang pada tahun 2021. Namun, penelitian ini berbeda dengan temuan Susanti et al. (2020), yang menunjukkan adanya hubungan antara *self-efficacy* dan kualitas hidup pasien hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Silo Jember dengan nilai p -value = 0,001 menggunakan uji *Spearman Rank*.

Menurut temuan Susanti et al. (2020), terdapat korelasi antara efikasi diri dan coping pada penderita hipertensi. Efikasi diri yang tinggi akan menjadikan individu mampu menghadapi keadaan atau stresor yang ada dengan baik. Pasien hipertensi yang memiliki *self-efficacy* tingkat tinggi lebih termotivasi untuk sembuh dari penyakitnya. Mereka lebih mampu mengatasi stres, mengambil tindakan yang tepat, dan menjaga kesehatan dengan disiplin. Dengan demikian, efikasi diri yang tinggi dapat membantu penderita hipertensi mengatasi hambatan penyakitnya dan meningkatkan potensi dirinya untuk sembuh dan menjalani kehidupan yang lebih baik. Dalam konteks penelitian ini, efikasi diri dipandang sebagai faktor penting dalam manajemen diri individu dengan kondisi kronis. Individu yang memiliki perasaan efikasi diri yang kuat dapat menikmati kualitas hidup yang lebih baik. Sehingga mereka dapat menjalani kehidupan yang

memuaskan meskipun mengalami hipertensi. Pasien yang percaya bahwa mereka mempunyai tingkat efikasi diri yang tinggi dalam menghadapi kondisi mereka akan merasa lebih mudah untuk menjalani kehidupan sehari-hari secara normal.

Hasil penelitian ini mengindikasikan bahwa semua pasien dengan tingkat efikasi diri yang tinggi mempunyai kualitas hidup yang tinggi. Walaupun dalam penelitian ini tidak didapati hubungan yang signifikan antara efikasi diri dan kualitas hidup. Peneliti mengasumsikan bahwa hasil yang tidak signifikan dalam penelitian ini dapat diakibatkan oleh kurangnya kepatuhan penderita hipertensi terhadap pengobatan dan kurangnya motivasi untuk memeriksakan kesehatan secara berkala. Berdasarkan hasil pengisian kuesioner, responden cenderung mengonsumsi obat hanya ketika mereka merasakan keluhan, dan mereka khawatir bahwa terlalu banyak mengonsumsi obat dapat berdampak buruk pada kesehatan mereka. Selain itu, kurangnya motivasi responden untuk memeriksakan kesehatan secara berkala dapat berkenaan dengan sebagian besar responden yang bekerja sebagai petani, dengan jadwal kerja yang padat dari pagi hingga sore. Hal ini menyebabkan mereka tidak memiliki waktu untuk melakukan pemeriksaan kesehatan secara teratur di layanan kesehatan.

4. SIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan dari penelitian ini adalah :

1. Mayoritas responden hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Jogorogo berjenis kelamin perempuan, rata-rata berusia 56-65 tahun. Tingkat pendidikan SD yang paling dominan dan penderita hipertensi terbanyak bekerja sebagai petani.
2. Mayoritas penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Jogorogo memiliki tingkat pengetahuan yang

- baik, manajemen diri yang baik, efikasi diri yang tinggi, dan kualitas hidup yang tinggi.
3. Ada hubungan antara tingkat pengetahuan dengan kualitas hidup penderita hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Jogorogo dengan p -value = 0,005 ($p < 0,05$) dan nilai $r = -0,288$. Hubungan ini memiliki kekuatan yang rendah dan berpola negatif.
 4. Ada hubungan antara manajemen diri dengan kualitas hidup penderita hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Jogorogo dengan p -value = 0,001 ($p < 0,05$) dan nilai $r = 0,330$. Hubungan ini memiliki kekuatan yang rendah dan berpola positif.
 5. Tidak ada hubungan yang signifikan antara efikasi diri dan kualitas hidup penderita hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Jogorogo, dengan p -value = 0,092 ($p < 0,05$) dan nilai $r = 0,172$.

Saran

1. Bagi Penderita Hipertensi
Disarankan kepada penderita hipertensi untuk meningkatkan pengetahuan dengan menambah informasi dari sumber data yang valid,

Referensi

- Alini, T. (2021). Hubungan Pengetahuan Dengan Sikap Ibu Hamil Tentang Pemanfaatan Buku KIA. *Jurnal Ilmiah Maksitek ISSN. 2655-4399*, 6(3). <https://doi.org/10.36049/jgk.v6i2.95>
- Arsela, D. A. C. (2021). *Hubungan Self Efficacy Dengan Kualitas Hidup Pada Pasien Hipertensi Di Puskesmas Siwalankerto Surabaya* (Vol. 26, Issue 2) [Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Hang Tuah Surabaya]. <http://www.ufrgs.br/actavet/31-1/artigo552.pdf>
- Barudin, K. I. (2021). *Gambaran kualitas hidup penderita hipertensi di puskesmas tasikmadu karanganyar*. Universitas Muhammadiyah Surakarta.

menjaga kesehatan dengan cara rutin kontrol tekanan darah, mengonsumsi obat antihipertensi, mengurangi garam supaya dapat memiliki kualitas hidup yang baik dan sehat.

2. Bagi Instansi Akademik
Instansi akademik hendaknya menambah buku referensi terbaru di perpustakaan sehingga dapat digunakan sebagai sumber dan pedoman dalam penyusunan karya tulis ilmiah selanjutnya. Penelitian ini dapat digunakan oleh institusi akademik keperawatan untuk memajukan pengetahuan di bidang pendidikan kesehatan, khususnya di bidang manajemen diri, efikasi diri, dan kualitas hidup penderita hipertensi.
3. Bagi Peneliti Selanjutnya
Penelitian ini dapat digunakan sebagai titik awal untuk penelitian selanjutnya. dan sebagai sumber untuk mengembangkan atau memperbaiki penelitian yang sedang dilakukan, seperti meningkatkan jumlah sampel yang digunakan atau menambahkan kriteria inklusi agar hasilnya lebih signifikan.

Clara, F., Hui, J., Oka, P., Dambha-miller, H., & Tan, N. C. (2021). *The association between self-efficacy and self-care in essential hypertension: a systematic review*. 1–12.

Fasha, A. M. (2022). *Hubungan Pengetahuan, Sikap, & Perilaku Dengan Kualitas Hidup Pasien Hipertensi* (Vol. 1, Issue 69). Universitas Muhammadiyah Malang.

Fitria, A. (2022). *Perbedaan Self Management Pasien Hipertensi Di Wilayah Pedesaan Jatisari Dan Kelurahan Patrang*. Universitas dr.Soebandi Jember.

- 2017.81005<http://www.scirp.org/journal/PaperDownload.aspx?DOI=10.4236/as.2012.34066><http://dx.doi.org/10.1016/j.p>
- Hasanah, I. N., Rohmawati, D. L., & Ekayamti, E. (2022). *Media Publikasi Penelitian; 2022; Volume 9; No 1 Website : <http://jurnal.akperngawi.ac.id> Hubungan Tingkat Stres , Pola Makan dan Dukungan Keluarga Terhadap Tingkat Kekambuhan Hipertensi di Desa Sidolaju Correlation between Stress Levels , Diet , and F.* 9(1), 19–30. <http://jurnal.akperngawi.ac.id>
- Hastutik, K. P. (2020). Hubungan Tingkat Pengetahuan dengan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi di Ruang Rawat Inap RSUD Sultan Imanudin Pangkalan Bun. In <http://repository.stikesbcm.ac.id/id/epri nt/137/1/SKRIPSI%20KRISTIANA%20 PUDJI%20H.%20%2818111AL15%29. pdf>.
- Isolpia, F. (2021). *Hubungan Antara Efikasi Diri Dengan Kualitas Hidup Pada Penderita Hipertensi Di Puskesmas Andalas Kota Padang Tahun 2021* [Universitas Andalas]. <https://medium.com/@arifwicaksanaa/p engertian-use-case-a7e576e1b6bf>
- Itsnnani, U. C. (2022). *Hubungan Lama Menderita Hipertensi Dengan Kualitas Hidup Pada Pasien Hipertensi.* [Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bina Sehat PPNI]. https://repositori.stikes- ppni.ac.id/bitstream/handle/123456789/ 1404/BABII_201801106.pdf?sequence= 5
- Kurniawan, A. W. (2020). *Pengaruh Management Dagusibu Terhadap Self Management Pada Penderita Hipertensi* (Vol. 2, Issue 1) [Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Insan Cendekia Medika Jombang]. <http://clik.dva.gov.au/rehabili tation-library/1- introductionrehabilitation><http://www.scir p.org/journal/doi.aspx?DOI=10.4236/as>
- Kurniawati, W. D. (2020). *Hubungan Pengetahuan Dengan Kualitas Hidup Pasien Hipertensi Di Poli Klinik Rs Tingkat III Baladhika Husada.* <http://repository.unej.ac.id/handle/1234 56789/104559>
- Lestari, F. D. (2021). *Hubungan Self Efficacy Dengan Kualitas Hidup Penderita Hipertensi.* Universitas Islam Sultan Agung Semarang.
- Marasabessy, N. (2019). Hubungan antara Self-Efficacy dengan Self Care pada Lansia dengan Hipertensi di Kelurahan Tello Baru Puskesmas Batua Kota Makassar. In *Skripsi*, 6(11), 951–952. Universitas Hasanuddin Makassar.
- Maswibowo, R. D. (2018). Hubungan Antara Tingkat Pengetahuan Tentang Hipertensi Dengan Perilaku Pengendalian Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Wilayah Kerja UPK Puskesmas Gang Sehat Pontianak 2018. *Jurnal Mahasiswa PSPD FK Universitas Tanjungpura*, 4(1), 2–13.
- Mufidah, N. (2021). Hubungan Manajemen Diri Terhadap Tekanan Darah Pasien Hipertensi Di Poli Rawat Jalan Rumah Sakit Anwar Medika Sidoarjo. In *Repositori STIKES Rumah Sakit Anwar Medika*. Stikes Rumah Sakit Anwar Medika Sidoarjo.
- Musa, E. C., Kesehatan, F., Universitas, M., & Ratulangi, S. (2021). *Sam Ratulangi*. 2(September), 60–65.
- Nabila, A., Arnita, Y., & Mulyati, D. (2022). *Self Management Penderita Hipertensi. JIM FKep Volume V Nomor 4 Tahun 2022*, V(4), 1–6.
- Neesa, H. S. (2021). *Hubungan Self-*

Management Dengan Kualitas Hidup Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Baki Sukoharjo. Universitas Muhammadiyah Surakarta.

[oceeding/article/view/1117http://repository.urecol.org/index.php/proceeding/article/download/1117/1088](http://repository.urecol.org/index.php/proceeding/article/download/1117/1088)

- Pramita, M. T. S. (2021). *Hubungan Self Care Management Dengan Self Efficacy Pada Penderita Hipertensi Di Rt. IV Kelurahan Kedung Rukem Surabaya.* Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Hang Tuah Surabaya.
- Prastika, Y. D., & Siyam, N. (2021). Faktor Risiko Kualitas Hidup Lansia Penderita Hipertensi. *Indonesian Journal of Public Health and Nutrition*, 1(3), 407–419.
<http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/IJPHNFaktor>
- Rachmawati, A. W. (2021). *Hubungan Self Efficacy Dengan Tingkat Kepatuhan Minum Obat Dan Self Care Management Pada Penderita Hipertensi Di Rw 006 Kelurahan Darmo Surabaya* (Vol. 5, Issue 3). Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Hang Tuah Surabaya.
- Rohmawati, dhian luluh. (2021). *Jurnal Keperawatan*. 13(September), 661–674.
<https://journal.stikeskendal.ac.id/index.php/keperawatan>
- Simanullang, S. M. P. (2019). *Self Management Pasien Hipertensi Di Rsup H. Adam Malik Medan.* Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Santa Elisabeth Medan.
- Supriati. (2020). *Hubungan Gaya Hidup Sehat Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia Di Desa Natai Kondang Kecamatan Permata Kecubung Kabupaten Sukamara Propinsi Kalimantan Tengah Tahun 2020.*
- Utami, A. P., & Hudiyawati, D. (2020). *Gambaran dukungan keluarga terhadap Self-Management Penderita Hipertensi.* 9–15.
<http://repository.urecol.org/index.php/pr>
- Utami, G. N. M., Widyanthari, D. M., & Suarningsih, N. K. A. (2021). Hubungan Self-Management Dengan Kualitas Hidup Lansia Hipertensi. *Community of Publishing In Nursing (COPING)*, P-ISSN 2303-1298, E-ISSN 2715-1980, 9(6), 712–717.
- Wahyuni, S., & Pratiwi, W. N. (2021). *Depresi, Stres, Kecemasan, dan Faktor Demografi terhadap Kejadian Hipertensi Usia 35-65 Tahun.* 46–55.
- Wati, F. R. (2021). *Hubungan Kepatuhan Konsumsi Obat Anti-Hipertensi Dengan Kualitas Hidup Pada Pasien Hipertensi Dengan Penyakit Penyerta Diabetes Mellitus Di Puskesmas Dinoyo Malang.* 1–120.
- Widyastuti. (2021). *Hubungan Dukungan Keluarga dan Kebutuhan Spiritual terhadap Kualitas Hidup Penderita Hipertensi di Puskesmas Bandongan.* Universitas Muhamadiyah Magelang.