

STUDI DESKRIPTIF: *SELF MANAGEMENT BEHAVIOURS* PADA PASIEN HIPERTENSI KOMORBIDITI STROKE

Nimas Citra Nur Baety¹, Kartika Indarti Pinanggih², Mifta Anisa Fitria³, Sri Rahayu⁴

^{1,2,3}Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Surakarta, Surakarta

⁴Departemen Keperawatan Medikal Bedah, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Surakarta, Surakarta

Alamat: Jl. A. Yani Tromol Pos I Pabelan Kartasura Pos I Surakarta 57102

Korespondensi penulis: j210210112@student.ums.ac.id

Abstract. Hypertension often occurs in society which causes disability and death. Self-management behaviors are very important to improve self-care by hypertensive patients in order to avoid complications of stroke. The purpose of this study was to determine the description of self-management behaviors of hypertensive patients with stroke comorbidities. The method used is descriptive research using the Indonesian version of the self-management behaviors questionnaire. Participants in this study were 89 hypertensive patients with stroke comorbidities. The hospital used was RSUD dr. Soerarno Gemolong Sragen. The results of this study indicate that the description of self-management behavior in hypertensive patients at RSUD dr. Soerarno Gemolong Sragen most of them are in the sufficient category, namely 41 people (46.1%), while in the good category there were 27 people (30.3%) and in the less category there were 21 people (23.6%).

Keywords: hypertension, self management behaviors, stroke

Abstrak. Hipertensi seringkali terjadi di masyarakat yang menyebabkan kecacatan dan kematian. Penting sekali *self management behaviors* untuk meningkatkan perawatan secara mandiri oleh pasien hipertensi agar dapat terhindar dari komplikasi penyakit stroke Adapun tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran *self management behaviours* pasien hipertensi komorbiditi stroke. Metode yang akan digunakan yaitu penelitian deskriptif dengan menggunakan *self management behaviors questionnaire* versi Bahasa Indonesia. Partisipan dalam penelitian ini yaitu pasien hipertensi dengan komorbiditi stroke sebanyak 89 partisipan. Rumah sakit yang akan digunakan yaitu RSUD dr. Soerarno Gemolong Sragen. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa gambaran *self management behaviour* pada pasien hipertensi di RSUD dr. Soerarno Gemolong Sragen sebagian besar berada pada kategori cukup yaitu 41 orang (46,1%), sedangkan pada kategori baik didapatkan sebanyak 27 orang (30,3%) dan pada kategori kurang sebanyak 21 orang (23,6%).

Kata kunci : hipertensi, *self management behaviors*, stroke

1. LATAR BELAKANG

Hipertensi merupakan salah satu penyakit kardiovaskuler yang paling sering terjadi di masyarakat. Penyakit ini termasuk dalam penyakit kronis yang apabila tidak ditekan atau dicegah, akan menyebabkan komplikasi lebih lanjut. Penyakit ini terus menjadi perhatian pemerintah karena dapat menyebabkan kematian dini di seluruh dunia. Data World Health Organization (WHO) tahun 2023 memperkirakan sekitar 1,28 miliar orang dewasa berusia 30-79 tahun terdiagnosa hipertensi. Sekitar 42% orang dewasa di seluruh

STUDI DESKRIPTIF: SELF MANAGEMENT BEHAVIOURS PADA PASIEN HIPERTENSI KOMORBIDITI STROKE

dunia terdiagnosa hipertensi dan mendapat pengobatan (WHO, 2023). Sedangkan di Indonesia, prevalensinya pada perempuan sekitar 36,80% dan sekitar 31,3% pada laki-laki, dan 1 dari 3 orang dengan hipertensi yang berobat teratur ke pelayanan kesehatan (Kementerian Kesehatan RI, 2018, 2023). Hal ini dapat diartikan bahwa selebihnya masih belum terdeteksi dan belum mendapatkan pengobatan serta perawatan hipertensi.

Salah satu pencetus utama terjadinya stroke adalah hipertensi. Hipertensi yang tidak terkontrol dapat berkembang menjadi penyakit stroke. Stroke yang disebabkan oleh hipertensi terjadi karena adanya penyumbatan pada arteri yang memasok darah dan oksigen ke otak (World Health Organization, 2019). Stroke merupakan penyakit neurologis yang berkaitan dengan adanya cedera pada vaskular di sistem saraf pusat. Stroke menempati peringkat nomor dua penyebab kematian dan terjadinya disabilitas di seluruh dunia (Murphy & Werring, 2020). Sangat penting untuk mencegah hipertensi berkembang menjadi stroke dan hipertensi dengan stroke menjadi stroke sedang atau berat.

Self management behaviours merupakan solusi bagi pasien hipertensi atau hipertensi dengan stroke ringan supaya penyakitnya tidak semakin memburuk. *Self management behaviour* dalam konteks hipertensi menjadi strategi efektif dalam pengendalian hipertensi dengan mengubah perilaku diri menjadi lebih baik, dengan begitu kesehatan diri pasien hipertensi akan semakin meningkat. *Self management behaviours* menjaga nilai tekanan darah tetap terkontrol, sehingga risiko terjadinya stroke lebih kecil. *Self management behaviours* yang dilakukan dengan sungguh-sungguh akan berguna dalam meningkatkan kepuasan individu untuk menjalani hidup, meringankan biaya perawatan, meningkatkan rasa kepercayaan diri, menumbuhkan kemandirian, dan meningkatkan kualitas hidup pasien (Patmawati et al., 2021). *Self management behaviours* menjadikan pasien lebih mandiri dalam memelihara kesehatannya dari berbagai komplikasi yang mungkin berkembang akibat tekanan darah yang tidak terkontrol (Sonia et al., 2023). Maka berdasarkan penjelasan tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang bertujuan untuk mengetahui gambaran *self management behaviours* pasien hipertensi komorbiditi stroke.

2. METODE PENELITIAN

STUDI DESKRIPTIF: SELF MANAGEMENT BEHAVIOURS PADA PASIEN HIPERTENSI KOMORBIDITI STROKE

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan metode deskriptif analitik di RSUD dr. Soeratno Gemolong Sragen tahun 2024. Kriteria inklusi dari penelitian ini adalah pasien hipertensi yang ada di RSUD dr. Soeratno Gemolong Sragen dan bersedia menjadi partisipan dalam penelitian ini. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 89 partisipan. Metode pengumpulan data dikumpulkan dengan cara menyebar kuesioner *Hypertension Self Management Behaviours Questionnaire* (HSMBQ) dalam versi bahasa Indonesia kepada pasien hipertensi kemudian dilakukan pengukuran tekanan darah pada partisipan yang bersedia berpartisipasi dalam penelitian. Analisa data dilakukan menggunakan SPSS *software*. Statistik deskriptif akan digunakan untuk menjawab pertanyaan penelitian.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan 89 partisipan yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi yang merupakan pasien hipertensi di RSUD dr. Soeratno Gemolong.

Tabel 1. Karakteristik demografi partisipan

Jenis kelamin	f	%
Laki-laki	24	27%
Perempuan	65	73%
Total	89	100%
Usia	f	%
Dewasa awal	35	39.3%
Dewasa pertengahan	44	49.4%
Dewasa akhir	10	11.2%
Total	89	100%
Pendidikan	f	%
SD	21	23.6%
SMP	19	21.3%
SMA	28	31.5%
Perguruan Tinggi	21	23.6%
Total	89	100%
Riwayat Keluarga Menderita Hipertensi	f	%
Ada	34	38.2%
Tidak ada	55	61.8%
Total	89	100%

**STUDI DESKRIPTIF: SELF MANAGEMENT BEHAVIOURS PADA PASIEN
HIPERTENSI KOMORBIDITI STROKE**

Dari 89 partisipan tersebut terdapat 65 partisipan (73%) dengan jenis kelamin perempuan, 24 partisipan (27%) dengan jenis kelamin laki laki, partisipan dengan usia dewasa awal sebanyak 35 partisipan (39,3%), usia dewasa pertengahan sebanyak 44 partisipan (49,4%), dan usia dewasa akhir sebanyak 10 partisipan (11,2%).

Tabel 2. Gambaran *Self Management Behaviours* pasien Hipertensi

Jenis kelamin	f	%
Baik	27	30.3%
Cukup	41	46.1%
Kurang	21	23.6%
Total	89	100%

Pada tabel 2 menunjukkan bahwa distribusi frekuensi *self management behaviours* pasien hipertensi di RSUD dr. Soeratno Gemolong berada pada kategori cukup yaitu sebanyak 41 partisipan (46.1%)

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 89 partisipan, dalam kategori baik sebanyak 27 partisipan (30.3%), kategori cukup sebanyak 41 partisipan (46.1%), dan dengan kategori kurang sebanyak 21 partisipan (23.6%). Ini menunjukkan bahwa sebagian besar penderita hipertensi di RSUD dr. Soeratno Gemolong Sragen dalam kategori cukup. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Sonia, Subiyanto, dan Noviati (2023) yaitu dari 132 partisipan, sebanyak 83 orang (62, 9%) *self management behaviour* dalam kategori cukup. Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rantetondok, Zainal, dan Kadrianti (2024) yang menunjukkan bahwa sebagian besar partisipan memiliki *self management behaviour* dalam kategori cukup yaitu terdapat 54 orang (65,1%) dari 83 partisipan.

Hypertension self management behaviour adalah kemampuan pasien hipertensi untuk mengubah dan mempertahankan perilaku yang diharapkan untuk melindungi dan meningkatkan kesehatannya, modifikasi gaya hidup, penilaian gejala, pengobatan dan rehabilitasi penyakit (Khasanah et al., 2023). Self mangement pada pasien hipertensi berperan penting dalam pengendalian tekanan darah. Semakin baik tingkat *self management* pada pasien hipertensi maka tekanan darah akan semakin terkontrol (Andayani, 2023).

STUDI DESKRIPTIF: SELF MANAGEMENT BEHAVIOURS PADA PASIEN HIPERTENSI KOMORBIDITI STROKE

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa sebagian besar partisipan berjenis kelamin perempuan yaitu sebanyak 65 orang (73%), hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Kristinawati, et. al (2021) yang menunjukkan bahwa mayoritas penderita hipertensi berjenis kelamin perempuan yaitu sebanyak 30 orang (72,7%) dari 44 partisipan. Dari hasil penelitian juga menunjukkan bahwa sebagian besar partisipan tidak memiliki riwayat penyakit hipertensi di keluarga, hal itu menunjukkan bahwa pasien menderita hipertensi dipengaruhi oleh faktor lain. Salah satu faktor yang mempengaruhi tekanan darah tinggi adalah aktivitas fisik. Aktivitas fisik yang teratur dapat bermanfaat bagi penderita hipertensi dalam mengontrol tekanan darah (Janah & Hudiyawati, 2024).

4. KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil dari penelitian didapatkan bahwa gambaran *self management behaviour* pasien hipertensi di RSUD dr. Soeratno Gemolong sebagian besar partisipan berada pada kategori cukup atau sedang yaitu 41 orang (46.1%) dari 89 partisipan. Saran bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan lebih jauh dalam meneliti tentang *self management behaviour* pasien hipertensi seperti melihat korelasi antara tekanan darah pasien hipertensi dengan *self management behaviour* yang dilakukan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Pada kesempatan ini kami mengucapkan terimakasih kepada Program Studi Keperawatan atas kepercayaan yang telah diberikan kepada kami dalam memberikan dukungan dalam mendanai untuk melakukan hibah penelitian ini. Selain itu, peneliti juga berterimakasih kepada semua pihak yang telah berperan dan berpartisipasi dalam membantu proses penelitian ini, termasuk dosen pembimbing, rekan, dan pihak rumah sakit. Dukungan dan bantuan yang telah diberikan oleh semua pihak terkait sangat berarti bagi kami, sehingga penelitian ini dapat berlangsung dengan baik.

**STUDI DESKRIPTIF: SELF MANAGEMENT BEHAVIOURS PADA PASIEN
HIPERTENSI KOMORBIDITI STROKE**

DAFTAR REFERENSI

- Andayani, S. A. (2023). Pengaruh self management terhadap tekanan darah sistolik pada pasien hipertensi. *Jurnal Ilmiah Permas: Jurnal Ilmiah STIKES Kendal*, 13(2), 485–490. <https://doi.org/10.32583/pskm.v13i2.884>
- Janah, S., & Hudiyawati, D. (2024). Pengaruh Aktivitas Fisik Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi. *PREPOTIF : Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 8(1), 130–136.
- Kementerian Kesehatan RI. (2018). Laporan Nasional Riskesdas 2018. Retrieved from [http://www.yankes.kemkes.go.id/assets/downloads/PMK No. 57 Tahun 2013 tentang PTRM.pdf](http://www.yankes.kemkes.go.id/assets/downloads/PMK_No_57_Tahun_2013_tentang_PTRM.pdf)
- Kementerian Kesehatan RI. (2023). Hipertensi Disebut Sebagai Silent Killer, Menkes Budi Imbau Rutin Cek Tekanan Darah. Retrieved from <https://sehatnegeriku.kemkes.go.id/baca/rilis-media/20230607/0843182/hipertensi-disebut-sebagai-silent-killer-menkes-budi-imbau-rutin-cek-tekanan-darah/>
- Khasanah, S., Sasongko, D. P., Soniawati, D., Susanto, A., Yudono, D. T., & Dewi, P. (2023). *Uji validitas dan reliabilitas hypertension self management behaviours quisionnare (hsmbq)*. 16(2), 83–94.
- Kristinawati, B., Rahmawati, S., Fadhila, A. N., & Fadhila, R. A. N. (2021). Pelatihan Spiritual Emotional Freedom Technique (Seft) Untuk Meningkatkan Kualitas Tidur Dan Stabilitas Tekanan Darah Pasien Hipertensi. *Jurnal EMPATI (Edukasi Masyarakat, Pengabdian Dan Bakti)*, 2(2), 134. <https://doi.org/10.26753/empati.v2i2.630>
- Murphy, S. J., & Werring, D. J. (2020). Stroke: causes and clinical features. *Medicine (United Kingdom)*, 48(9), 561–566. <https://doi.org/10.1016/j.mpmed.2020.06.002>
- Nabila, A., Arnita, Y., & Mulyati, D. (2022). Self management penderita hipertensi. *JIM FKep*, 5, 87–92.
- Patmawati, Yunding, J., Harli, K., & R, M. A. (2021). *Hubungan self-efficacy dengan self-management behaviour pada pasien hipertensi di rumah sakit umum daerah majene*. 4(1), 6–12.
- Rantetondok, E. T., Zainal, S., & Kadrianti, E. (2024). *Pengaruh Self Management Terhadap Tekanan Tadjuddinhalid Makassar*. 4, 123–129.
- Sonia, F. S., Subiyanto, P., & Noviati, B. E. (2023). Hubungan Antara Self Management Behaviour terhadap Pengendalian Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi di Rumah Sakit Panti Rini. *Jurnal Keperawatan Klinis Dan Komunitas (Clinical and Community Nursing Journal)*, 7(3), 173. <https://doi.org/10.22146/jkkl.90070>
- World Health Organization. (2019). *Hypertension*. Geneva : World Health Organization; 2019.

***STUDI DESKRIPTIF: SELF MANAGEMENT BEHAVIOURS PADA PASIEN
HIPERTENSI KOMORBIDITI STROKE***

World Heart Federation. (2023). Hypertension. Retrieved from <https://world-heart-federation.org/what-we-do/hypertension/>