



Hubungan Peran Perawat Sebagai Edukator dan Dukungan Keluarga dengan *Self-care Management* pada Penderita Hipertensi

¹ Shinta Amelia Oktaviani*, ² Retno Setyawati, ³ Suyanto

^{1,2,3} Program Studi S1 Keperawatan, Fakultas Ilmu Keperawatan,
Universitas Islam Sultan Agung, Semarang, Indonesia

Email : shintaameliaoktaviani@std.unissula.ac.id, retnosetyawati@unissula.ac.id,
suyanto@unissula.ac.id

Abstract. Hypertension is a non-communicable disease that is often referred to as "the silent killer" because of its asymptomatic nature. Surgical education plays an important role in providing important information and motivational support to hypertensive patients, which has the potential to increase the effectiveness of treatment. In addition, family involvement is the main foundation for successful monitoring and prevention of complications, because hypertension management is highly dependent on effective self-care management. This study used a quantitative descriptive correlational research design with a cross-sectional approach. Data collection used a questionnaire given to 75 participants registered in the Hypertension Chronic Disease Management Program in the Bangetayu and Tlogosari Kulon Health Centers. Statistical analysis used the Somer's d correlation test. Among the 75 study respondents, 92% (n = 69) rated the role of nurses as good educators, while 88% (n = 66) reported good family support, and 84% (n = 63) showed good self-care management. Statistical analysis revealed a significant correlation between the role of nurses as educators with self-care management of hypertension patients ($p=0.016$, correlation coefficient=0.525). Likewise, family support showed a significant relationship with self-care management ($p=0.01$, correlation coefficient=0.491). This study shows that there is a significant relationship between the role of nurses as educators and family support with self-care management in hypertension patients in the working areas of Bangetayu Health Center and Tlogosari Kulon Health Center.

Keywords : Family Support, Role of Nurses as Educators, –Self-Care Management.

Abstrak. Hipertensi merupakan penyakit tidak menular yang sering disebut sebagai "the silent killer" karena sifatnya yang tidak menimbulkan gejala. Edukasi keperawatan memainkan peran penting dalam memberikan informasi esensial dan dukungan motivasi kepada pasien hipertensi, yang berpotensi meningkatkan efektivitas pengobatan. Selain itu, keterlibatan keluarga menjadi landasan utama untuk pemantauan yang berhasil dan pencegahan komplikasi, karena penatalaksanaan hipertensi sangat bergantung pada *self-care management* yang efektif. Penelitian ini menggunakan desain penelitian kuantitatif deskriptif korelasional dengan pendekatan *cross-sectional*. Pengumpulan data menggunakan kuesioner yang diberikan kepada 75 peserta yang terdaftar dalam Program Pengelolaan Penyakit Kronis hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Bangetayu dan Tlogosari Kulon. Analisis statistik menggunakan uji korelasi *somer's d*. Di antara 75 responden penelitian, 92% (n=69) menilai peran perawat sebagai edukator adalah baik, sementara 88% (n=66) melaporkan dukungan keluarga yang baik, dan 84% (n=63) menunjukkan *self-care management* yang baik. Analisis statistik mengungkapkan korelasi signifikan antara peran perawat sebagai edukator dengan *self-care management* penderita hipertensi ($p=0.016$, koefisien korelasi=0.525). Demikian pula, dukungan keluarga menunjukkan hubungan signifikan dengan *self-care management* ($p=0.01$, koefisien korelasi=0.491). Penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan signifikan antara peran perawat sebagai edukator dan dukungan keluarga dengan *self-care management* pada penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Bangetayu dan Puskesmas Tlogosari Kulon.

Kata kunci : Dukungan Keluarga, Peran Perawat Sebagai Edukator, *Self-care Management*.

1. LATAR BELAKANG

Hipertensi menjadi penyakit tidak menular yang disebut sebagai *the silent killer* karena kerap hadir tanpa menimbulkan gejala, sehingga penderita seringkali baru menyadari kondisinya setelah muncul komplikasi. Selain mendapat julukan sebagai *the silent killer*, hipertensi juga dikenal dengan *heterogeneous group of disease* mengingat kemampuannya menyerang berbagai kelompok usia (Novitarum et al., 2022). Data tahun 2019 menunjukkan bahwa lebih dari satu miliar individu dengan hipertensi (82% dari total penderita global) berdomisili di Negara-negara berpendapatan rendah (Geneva, 2021). Di Indonesia sendiri,

hasil Riskesdas tahun 2018 menunjukkan bahwa 33,7 % penderita hipertensi merupakan penduduk pedesaan, angka tersebut hampir sama dengan penduduk perkotaan yang sebesar 34,4% (Kemenkes RI, 2018).

Hasil Riskesdas tahun 2018 juga mencatat bahwa prevalensi hipertensi di Jawa Tengah mencapai 37,57% atau sekitar 89.648 individu. Insiden pada perempuan (40,17%) tercatat lebih tinggi dibandingkan pada laki-laki (34,83%). Prevalensi di wilayah perkotaan sedikit lebih tinggi (38,11%) dibandingkan di kawasan pedesaan (37,01%). Angka kejadian meningkat seiring bertambahnya usia. Estimasi jumlah penderita hipertensi berusia 15 tahun ke atas pada 2021 adalah 8.700.512 individu atau 30,4% dari total penduduk pada usia tersebut. Dari jumlah tersebut, sekitar 4.431.538 orang atau 50,9% telah mendapatkan layanan kesehatan. Kota Semarang tercatat sebagai wilayah dengan persentase pelayanan kesehatan untuk penderita hipertensi tertinggi, sementara Grobogan menempati posisi terendah (Jateng Dinkes, 2021).

Berbagai faktor yang memengaruhi hipertensi dapat bersumber dari aspek internal maupun eksternal. Salah satu faktor eksternal yang berpengaruh terhadap kondisi penderita adalah peran tenaga medis (Rosyadi & Lestari, 2023). Salah satu fungsi utama perawat adalah sebagai edukator bagi pasien, dengan memberikan pengetahuan mengenai kondisi kesehatan, penanganan yang akan dilaksanakan, dan prosedur tindakan medis (Wirentanus, 2019). Pendekatan edukasi merupakan salah satu metode terbaik untuk meningkatkan kesehatan, yakni dengan menyediakan informasi dan dorongan motivasi kepada penderita hipertensi yang bermanfaat untuk meningkatkan efektivitas terapi dan mengembangkan kemampuan pengambilan keputusan dalam perawatan, serta memberikan perspektif kepada penderita untuk mengembangkan sikap dan tindakan yang tepat (Sofiana, 2020). Menurut Puwanti et al (2018) dalam (Siregar, 2021) menunjukkan bahwa fungsi perawat dalam mengedukasi pasien hipertensi berpengaruh terhadap peningkatan wawasan dan sikap penderita yang akan memperbaiki pola hidup dan membantu mengontrol tekanan darah secara optimal.

Sementara itu, dukungan keluarga menjadi salah satu faktor yang memengaruhi lemahnya upaya pencegahan hipertensi. Dukungan keluarga yang adekuat dan tersedia secara positif akan berdampak pada keberhasilan pengobatan, kualitas perawatan, dan kepatuhan penderita hipertensi, serta memberikan mereka kemampuan untuk mengelola kondisi kesehatannya (Azizah & Kristinawati, 2023). Bentuk kontribusi keluarga dalam mendukung tatalaksana hipertensi dapat diimplementasikan melalui dukungan terhadap manajemen perawatan mandiri (*self-care management*).

Penatalaksanaan hipertensi sangat bergantung pada kemampuan manajemen perawatan diri, yang berarti bahwa keberhasilan penanganan kondisi ini sangat ditentukan oleh kapasitas penderita itu sendiri dalam mengatur, memperbaiki, dan mempertahankan perilaku efektif yang

mendapat dukungan dari lingkungan keluarga (Sagala & Sinaga, 2023). Aktivitas dalam pengelolaan perawatan diri untuk hipertensi meliputi penggunaan obat antihipertensi secara tepat, pemantauan tekanan darah dan gejala penyakit secara rutin, kepatuhan terhadap program diet yang sesuai untuk pengendalian tekanan darah, pelaksanaan aktivitas fisik sesuai rekomendasi, dan melakukan tindakan preventif untuk mencegah komplikasi (Miranti et al., 2023).

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti di Puskesmas Bangetayu Semarang, didapatkan hasil populasi sebesar 140 pasien pada bulan Maret 2024, pada bulan April 2024 sebesar 150 pasien, dan pada bulan Mei 2024 sebesar 175 pasien. Dimana terjadi peningkatan jumlah pasien yang signifikan setiap bulannya. Menurut temuan survey ini, beberapa pasien datang ke puskesmas sendirian dan ada yang di antarkan oleh keluarga pasien. Pasien yang datang berobat diberikan pendidikan kesehatan oleh perawat Puskesmas Bangetayu dan Tlogosari Kulon Semarang. Didapatkan bahwa self-care management pasien hipertensi di Puskesmas Bangetayu dari 10 pasien, terdapat 7 pasien dengan self-care management baik dan 3 pasien dengan self-care management cukup baik dengan adanya temuan bahwa setiap bulannya terdapat 116 pasien hipertensi yang kontrol 2-4 kali perbulan. Didapatkan pula jumlah pasien hipertensi yang masuk dalam grup prolans di Puskesmas Bangetayu sebanyak 524 pasien dan yang kontrol rutin setiap bulan sekali berjumlah 50 pasien hipertensi. Sedangkan pada prolans Puskemas Tlogosari Kulon terdapat 25 penderita hipertensi yang kontrol tiap bulan.

Berdasarkan fenomena yang telah dipaparkan, didukung oleh landasan teori dan riset terdahulu, peneliti memiliki ketertarikan untuk melakukan studi dengan judul "Hubungan Peran Perawat Sebagai Edukator dan Dukungan Keluarga dengan *Self-care Management* pada Penderita Hipertensi."

2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini mengadopsi metodologi kuantitatif deskriptif korelasional dengan desain cross-sectional. Subjek penelitian mencakup 75 pasien hipertensi yang terdaftar dalam program prolans di dua puskesmas di Semarang—50 pasien dari Puskesmas Bangetayu dan 25 pasien dari Puskesmas Tlogosari Kulon. Seluruh anggota populasi dipilih sebagai sampel menggunakan metode Total Sampling. Pengumpulan data dilaksanakan melalui kuesioner di kedua lokasi tersebut selama periode Oktober hingga Desember 2024. Analisis data meliputi metode univariat dan bivariat dengan tingkat signifikansi $\alpha=0,05$. Untuk mengevaluasi korelasi antara variabel independen (peran perawat sebagai edukator dan dukungan keluarga) dengan variabel dependen (self-care management), peneliti menerapkan uji statistik Somers'd.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik Responden

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Karakteristik Responden, dan Usia, Jenis Kelamin, Pendidikan Terakhir, dan Pekerjaan Penderita Hipertensi di Prolanis Wilayah Kerja Puskesmas Bangetayu dan Puskesmas Tlogosari Kulon. (n=75)

Karakteristik	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Usia		
Dewasa akhir (36-45 th)	1	1,3
Lansia awal (45-55 th)	13	17,3
Lansia akhir (56-65 th)	39	52,0
Manula (> 65 th)	22	29,3
Total	75	100,0
Jenis Kelamin		
Perempuan	49	65,3
Laki-laki	26	34,7
Total	75	100,0
Pendidikan		
SD/Sederajat	19	25,3
SMP/Sederajat	22	29,3
SMA/Sederajat	29	38,7
Perguruan Tinggi	5	6,7
Total	75	100,0
Pekerjaan		
Tidak bekerja (IRT, Pensiunan, di rumah)	68	90,7
Wiraswasta		
Pedagang	2	2,7
Juru Parkir	4	5,3
	2	1,3
Total	75	100,0
Lama Menderita		
Durasi pendek (1-5 tahun)	54	72,0
Durasi Sedang (6-10 tahun)	14	18,7
Durasi Panjang (>10 tahun)	7	9,3
Total	75	100,0
Status Tempat Tinggal		
Tinggal dengan keluarga	66	88,0
Tinggal sendiri	9	12,0
Total	75	100,0

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan hasil bahwa mayoritas responden berada pada usia lansia akhir (56-65 tahun) dengan frekuensi 39 responden (52%), terdapat 22 responden

(29,3%) berada pada usia manusia lanjut usia atau manula (>65 tahun), dan terdapat 13 responden (17,3%) yang berada pada usia lansia awal (46-55 tahun). Sedangkan minoritas responden berada di usia dewasa akhir (36-45 tahun) dengan frekuensi 1 (1,3%).

Berdasarkan tabel 1, hasil untuk karakteristik jenis kelamin , mayoritas responden adalah perempuan dengan frekuensi 49 (65,3%), sedangkan laki laki hanya sebanyak 26 (34,7%).

Hasil untuk karakteristik pendidikan mayoritas responden berpendidikan terakhir SMA/ Sederajat yaitu sebanyak 29 responden dengan persentase (38,7%), terdapat 22 responden (29,3%) dengan pendidikan terakhir SMP/ Sederajat, 19 responden (25,3%) dengan pendidikan terakhir SD/ Sederajat, dan minoritas responden yaitu dengan pendidikan terakhir pada perguruan tinggi sebanyak 5 responden dengan persentase (6,7%).

Hasil untuk karakteristik pekerjaan yaitu mayoritas responden sudah tidak bekerja/pensiun dan ibu rumah tangga dengan 68 responden (90,7%), terdapat responden yang bekerja sebagai pedagang (jualan) yaitu 4 responden (5,3%), dan terdapat 2 responden (2,7%) yang bekerja wiraswasta. Sedangkan minoritas responden yaitu bekerja sebagai tukang parkir sebanyak 1 responden (1,3%).

Hasil pada karakteristik lama menderita, didapatkan mayoritas responden dengan lama menderita hipertensi durasi pendek (1-5 tahun) yaitu 54 responden dengan persentase (72%), terdapat 14 responden (18,7%) dengan lama menderita durasi sedang (6-10 tahun), dan minoritas lama menderita durasi panjang (>10 tahun) yaitu 7 responden dengan persentase (9,3%).

Hasil untuk karakteristik tinggal dengan keluarga atau tinggal sendiri, mayoritas responden tinggal dengan keluarga yaitu sebanyak 66 responden (88,0%) sedangkan tinggal sendiri sebagai minoritas yaitu 9 responden (12,0%).

Tabel 1. Distribusi Statistik Karakteristik Tekanan Darah di Wilayah Kerja Puskesmas Bangetayu dan Puskesmas Tlogosari Kulon Semarang (n=75)

Tekanan darah	Mean	Median	Std. Deviation	Min	Max
Sistolik	147 mmHg	150 mmHg	13,028	125 mmHg	180 mmHg
Diastolik	89 mmHg	90 mmHg	8,683	68 mmHg	107 mmHg

Berdasarkan tabel 2 diatas, diperoleh data karakteristik tekanan darah responden dimana Tekanan darah sistolik/diastolik rata-rata (*mean*) responden berada di angka 147/89 mmHg, dengan *median* 150/90 mmHg, *std. deviation* untuk tekanan darah sistolik adalah 13,028 sedangkan diastolik 8,683. Nilai *min* untuk tekanan sistolik adalah 125 mmHg

sedangkan *max* nya adalah 180 mmHg. Untuk nilai *min* diastolic adalah 68 mmHg dan *max* nya yaitu 107 mmHg.

Variabel Penelitian

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Peran Perawat Sebagai Edukator di Wilayah Kerja Puskesmas Bangetayu dan Puskesmas Tlogosari Kulon Semarang (n=75)

Variabel	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Peran perawat sebagai edukator		
Baik	69	92,0
Buruk	6	8,0
Total	75	100,0
Dukungan Keluarga		
Baik	66	88,0
Cukup	5	6,7
Kurang	4	5,3
Total	75	100,0
Self-care Management		
Baik	63	84,0
Cukup	11	14,7
Kurang	1	1,3
Total	75	100,0

Berdasarkan table 3 diatas, diperoleh data responden berdasarkan peran perawat sebagai edukator, terdapat 69 responden (92%) yang menunjukkan bahwa peran perawat sebagai edukator di wilayah kerja Puskesmas Bangetayu dan Puskesmas Tlogosari Kulon baik, sedangkan terdapat 6 responden (8%) yang menunjukkan peran perawat sebagai edukator buruk.

Data responden berdasarkan dukungan keluarga, sebagian besar responden mendapatkan dukungan keluarga yang baik yaitu sebanyak 66 responden (88%), sedangkan responden yang mendapat dukungan keluarga cukup sebanyak 5 responden (6,7%) dan responden yang mendapat dukungan keluarga kurang sebanyak 4 responden (5,3%).

Data responden berdasarkan *self-care* management pada penderita hipertensi, terdapat 75 responden dengan persentase (84%) yang memiliki *self-care management* baik, terdapat 11 responden dengan persentase (11%) yang memiliki *self-care management* cukup dan terdapat 1 responden (1,3%) yang memiliki *self-care management* kurang.

Analisis Bivariat

Tabel 4. Hubungan Peran Perawat Sebagai Edukator dengan Self-care management di Wilayah Kerja Puskesmas Bangetayu dan Puskesmas Tlogosari Kulon Semarang (n=75)

		<i>Self-care management</i>			n	r	p
		Baik	Cukup	Kurang			
Peran perawat sebagai edukator	Baik	62	7	0	69	0,525	0,016
	Buruk	1	4	1	6		
Total		63	11	1	75		

Berdasarkan tabel 4 diatas, dalam penelitian ini didapatkan hasil terdapat hubungan antara dua variabel yaitu peran perawat sebagai edukator dengan *self-care management* dengan nilai *p value* yaitu 0,016 atau *p value* < 0,05. Maka H_0 ditolak dan H_a diterima, sehingga dapat disimpulkan jika terdapat hubungan antara peran perawat sebagai edukator dengan *self-care management* pada penderita hipertensi. Arah hubungan positif dengan keeratan hubungan atau *r* korelasi sebesar 0,525 yang artinya kekuatan hubungan sedang.

Tabel 5. Hubungan Dukungan Keluarga dengan Self-care management di Wilayah Kerja Puskesmas Bangetayu dan Puskesmas Tlogosari Kulon Semarang (n=75)

		<i>Self-care management</i>			n	r	p
		Baik	Cukup	Kurang			
Dukungan Keluarga	Baik	60	3	1	66	0,491	0,01
	Cukup	2	3	0	5		
	Kurang	1	3	0	4		
Total		63	11	1	75		

Berdasarkan tabel 5 diatas, dalam penelitian ini didapatkan hasil terdapat hubungan antara dua variabel yaitu dukungan keluarga dengan *self-care management* dengan nilai *p value* yaitu 0,01 atau *p value* < 0,05, keeratan hubungan sedang yaitu 0,491 dengan arah hubungan positif. Maka H_0 ditolak dan H_a diterima sehingga dapat disimpulkan jika terdapat hubungan antara dukungan keluarga dengan *self-care management* pada penderita hipertensi.

Pembahasan

Usia

Analisis peneliti menunjukkan korelasi positif antara penuaan dan peningkatan risiko hipertensi. Beberapa mekanisme fisiologis mendasari hubungan ini. Ketika seseorang memasuki usia 45 tahun ke atas, sistem kardiovaskular mengalami modifikasi struktural yang signifikan. Salah satu perubahan krusial adalah penebalan pada dinding arteri yang disebabkan oleh penumpukan kolagen di lapisan muskular, mengakibatkan penyempitan dan rigiditas pembuluh darah (Widjaya et al., 2020). Secara bersamaan, terjadi disfungsi pada regulasi metabolisme kalsium dan penurunan elastisitas arteri. Kondisi ini memaksa jantung untuk

meningkatkan kinerjanya dalam memompa darah. Konsekuensinya, terjadi peningkatan sirkulasi kalsium dalam aliran darah yang menyebabkan viskositas darah meningkat dan tekanan darah naik.

Penelitian yang dilakukan (Adila & Mustika, 2023) dan (Ekarini et al., 2020) memperkuat adanya kaitan antara progresivitas usia dengan peningkatan insidensi hipertensi, khususnya hipertensi sistolik pada populasi dewasa lanjut. Hasil ini didukung oleh riset (Elvira & Anggraini, 2020) yang memvalidasi hubungan antara faktor usia dan hipertensi. Studi tersebut menjelaskan bahwa serangkaian transformasi fisiologis yang terjadi dalam proses penuaan berkontribusi secara substansial terhadap kerentanan hipertensi pada kelompok lansia. Perubahan-perubahan ini merupakan bagian dari proses degeneratif alamiah yang memengaruhi fungsi kardiovaskular dan akhirnya meningkatkan susceptibilitas terhadap hipertensi.

Jenis Kelamin

Jenis kelamin merupakan faktor determinan dalam peningkatan tekanan darah. Perbedaan prevalensi hipertensi antara laki-laki dan perempuan terutama terlihat pada kelompok usia pasca menopause. Fenomena ini dapat dijelaskan melalui dua faktor utama yaitu perbedaan hormonal dan variasi pola hidup (Adila & Mustika, 2023). Pada perempuan pasca menopause, terjadi penurunan kadar estrogen yang signifikan hilangnya mekanisme vasoprotektif yang dimediasi oleh hormon estrogen menjadi faktor kunci dalam peningkatan risiko hipertensi.

Pendidikan

Terdapat korelasi positif antara tingkat pendidikan dengan kemampuan individu dalam manajemen penyakit selama masa pengobatan. Hal ini sejalan dengan temuan (Susanti et al., 2020) yang mengungkapkan bahwa tingkat pendidikan berbanding lurus dengan kemampuan menerima dan mengolah informasi, yang berimplikasi pada peningkatan pengetahuan. Sebaliknya, tingkat pendidikan yang rendah dapat menjadi hambatan dalam adaptasi terhadap informasi dan nilai-nilai baru. Meskipun demikian, perlu dicatat bahwa sumber pengetahuan dan informasi tidak terbatas pada jalur pendidikan formal. Studi yang dilakukan oleh (Dhirisma & Moerdhanti, 2022) dalam penelitiannya memperkuat argumentasi ini dengan menyatakan bahwa pengetahuan yang baik dapat diperoleh melalui intervensi eksternal.

Pekerjaan

Berdasarkan hasil analisis data, ditemukan bahwa mayoritas peserta Program Pengolaan Penyakit Kronis (Prolanis) yang menderita hipertensi tidak lagi aktif dalam kegiatan pekerjaan formal atau sudah tidak bekerja sebanyak 68 responden (90,7%). Dari kelompok tersebut, sebagian besar responden perempuan bestatus sebagai Ibu Rumah tangga (IRT).

Penelitian (Afifah et al., 2022) mengonfirmasi bahwa IRT memiliki prevalensi hipertensi yang lebih tinggi dibanding perempuan yang bekerja di sector formal. Fenomena ini dapat dijelaskan melalui kecenderungan IRT yang memiliki keterbatasan waktu untuk melakukan aktivitas fisik terstruktur seperti olahraga, yang berimplikasi pada peningkatan risiko obesitas dan hipertensi.

Berdasarkan penelitian (Kapahang et al., 2023) memperkuat argumentasi tersebut dengan menyatakan bahwa aktivitas pekerjaan yang melibatkan gerakan fisik dapat menjadi faktor protektif terhadap hipertensi, mengingat pengaruhnya terhadap fungsi musculoskeletal dan sirkulasi darah. Lebih lanjut (Abidin & Kainama, 2024) mengidentifikasi bahwa rendahnya intensitas aktivitas fisik berhubungan dengan peningkatan risiko hipertensi hingga 4,5 kali lipat.

Lama Menderita

Hipertensi yang berlangsung dalam jangka waktu panjang dapat mengakibatkan komplikasi pada berbagai organ vital, meliputi otak, mata, jantung, pembuluh darah arteri, dan ginjal. Penelitian (Harlisa et al., 2024) mengemukakan bahwa penderita hipertensi dengan durasi yang lebih lama cenderung memiliki pengalaman yang lebih baik dalam manajemen penyakit dan perawatan diri. Namun dalam studi lain ditemukan bahwa tingkat kepatuhan pengobatan berbeda berdasarkan durasi penyakit. Penderita dengan durasi ≤ 5 tahun menunjukkan tingkat kepatuhan yang lebih tinggi (64,9%) dibandingkan dengan penderita yang telah menderita hipertensi ≥ 5 tahun (31,9%) (Werawati et al., 2023).

Status Tempat Tinggal

Responden yang tinggal bersama keluarga menunjukkan tingkat kapabilitas manajemen penyakit yang lebih optimal dibandingkan dengan responden yang tinggal secara mandiri. Temuan ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Pratiwi et al., 2020) yang mengungkapkan bahwa status tempat tinggal mandiri berkontribusi pada penurunan probabilitas kepatuhan pengobatan sebesar 0,386 kali dibandingkan dengan status tinggal bersama anggota keluarga.

Populasi lansia pada umumnya mengalami degradasi berbagai fungsi kesehatan, sehingga peran keluarga menjadi fundamental dalam memberikan dukungan komprehensif. Penelitian (Nurfitasari et al., 2023) menegaskan bahwa keluarga berperan sebagai sistem pendukung utama bagi lansia dalam mempertahankan status kesehatannya. lainnya memiliki aksesibilitas yang lebih tinggi terhadap bantuan optimal. Keluarga, sebagai orang yang tinggal serumah dan memiliki kedekatan dengan lansia penderita hipertensi, memiliki tanggung jawab untuk senantiasa menyediakan dukungan multidimensional, mencakup aspek informasional, penghargaan, instrumental dan emosional bagi lansia penderita hipertensi.

Tekanan Darah

Tekanan darah merupakan tekanan yang dihasilkan oleh darah terhadap dinding pembuluh, yang dipengaruhi oleh volume darah dalam pembuluh dan elastisitas dinding pembuluh darah (Fadlilah et al., 2020). Dalam kehidupan sehari-hari, tekanan darah individu dapat bervariasi secara alami. (Wirakhmi & Purnawan, 2021) menjelaskan bahwa aktivitas fisik dapat memengaruhi tekanan darah, di mana tekanan darah cenderung meningkat saat beraktivitas dan menurun ketika beristirahat.

Penelitian (Nugraha & Bebasari, 2021) mengungkapkan beberapa faktor yang dapat memengaruhi terkontrolnya tekanan darah, terutama penggunaan obat antihipertensi dan dukungan keluarga. Selain itu, stres juga berperan penting dalam memengaruhi tekanan darah penderita hipertensi. Menurut penelitian (Ladyani et al., 2021), respon tubuh terhadap stres dapat meningkatkan tekanan darah. Lebih lanjut, individu yang mengalami stres umumnya mengalami gangguan tidur yang dapat berdampak pada peningkatan tekanan darah.

Peran Perawat Sebagai Edukator

Hasil penelitian yang dilakukan kelompok Prolanis di Puskesmas Bangetayu dan Puskesmas Tlogosari Kulon Sremang menunjukkan bahwa mayoritas responden, yaitu 69 responden (92%), menilai peran perawat sebagai edukator berada dalam kategori baik. Temuan ini mengindikasikan bahwa sebagian besar responden memiliki persepsi positif terhadap kinerja perawat dalam memberikan edukasi terkait penyakit hipertensi. Tingginya persentase penilaian positif ini mencerminkan efektivitas peran edukatif yang dijalankan oleh tenaga keperawatan di kedua puskesmas tersebut.

Di dapatkan temuan adanya 6 responden yang menganggap bahwa peran perawat sebagai edukator masih buruk. Menurut analisis peneliti, hal ini dapat karena adanya perbedaan tenaga perawat yang memberikan pelayanan kepada penderita hipertensi. Beberapa faktor yang dapat memengaruhi kinerja perawat dalam memberikan edukasi kepada pasien adalah motivasi, supervisi, dan kompetensi. Motivasi perawat terdiri dari motivasi internal dan eksternal. Motivasi eksternal meliputi dorongan untuk memenuhi kebutuhan pasien, meningkatkan kemandirian pasien, dan menambah pengetahuan pasien (Indahsari & Suroso, 2020). Penelitian (Malawat et al., 2020) mengungkapkan bahwa perawat yang mendapatkan supervise yang baik menunjukkan perilaku kerja yang lebih optimal dibandingkan perawat dengan supervise kurang. Perawat dengan supervise yang baik memiliki kemampuan 6 kali lebih baik dalam memberikan edukasi kepada pasien. Selain itu, Kompetensi/ketrampilan teknis yang dimiliki perawat dapat berpengaruh dalam pemberian pelayanan kesehatan (Kamila & Fauziah, 2024).

Dukungan Keluarga

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden, yakni 66 responden dengan persentase (88%) memperoleh dukungan keluarga yang baik dari keluarganya. Hasil analisis peneliti, responden yang menerima dukungan keluarga pada tingkat cukup dan kurang pada umumnya adalah mereka yang telah kehilangan pasangan atau tidak tinggal satu atap dengan anak-anaknya. Menurut penelitian (Lestari et al., 2022), ketika seseorang memasuki masa lansia, keluarga paling dibutuhkan sebagai tempat berlindung. Dengan adanya dukungan keluarga, para lansia dapat lebih mudah mengatasi berbagai tantangan yang mereka hadapi. Para lansia yang mendapatkan dukungan penuh dari keluarganya cenderung memiliki tingkat kepercayaan diri yang lebih besar tinggi dan semangat lebih besar dalam menangani masalah kesehatannya.

Dukungan keluarga merupakan suatu bentuk bantuan yang bertujuan untuk merawat seseorang anggota keluarga di rumah yang mengalami ketidakmampuan atau keterbatasan (Daziah & Rahayu, 2020). Keluarga memiliki fungsi yang strategis dalam menurunkan angka kekambuhan, meningkatkan kemandirian, dan mencegah berkembangnya masalah akibat tekanan darah yang dihadapi. Seseorang yang dukungan keluarganya tinggi akan lebih berhasil mencegah masalah akibat hipertensi dibanding yang tidak memiliki dukungan sama sekali (Veradita & Faizah, 2022).

Self-care Management

Self-care management didefinisikan sebagai serangkaian intervensi terstruktur dalam perencanaan dan implementasi modifikasi perilaku untuk mencapai target kesehatan yang terukur (Assegaf et al., 2024). Implementasi *self-care management* pada penderita hipertensi mencakup beberapa komponen meliputi kepatuhan dalam penggunaan obat antihipertensi, monitoring tekanan darah dan manifestasi klinis, modifikasi pola nutrisi yang disesuaikan dengan protokol penatalaksanaan hipertensi, pelaksanaan aktivitas fisik terstruktur untuk regulasi tekanan darah, serta upaya preventif terhadap komplikasi (Sihotang et al., 2021). Penelitian yang dilakukan (Fernalia et al., 2021) mengidentifikasi tiga determinan utama yang berkorelasi dengan *self-care management*, yaitu tingkat pengetahuan, sistem nilai individual dan efikasi diri.

Pernyataan bahwa efikasi diri dalam optimalisasi *self-care management* dikonfirmasi melalui penelitian yang dilakukan oleh (Hadibrata & Rantepadang, 2023), yang mengungkapkan bahwa efikasi diri memberikan kontribusi terhadap transformasi *self-care management*, khususnya pada populasi dengan hipertensi. Hal ini menggaris bawahi urgensi pengembangan efikasi diri sebagai pondasi dalam memperkuat determinasi dan keyakinan pasien hipertensi untuk mengimplementasikan *self-care management* secara konsisten, sebagai

upaya preventif terhadap progresivitas penyakit. Lebih lanjut, (Nurfitasari et al., 2023) mengidentifikasi bahwa lama menderita sebagai salah satu faktor yang berkontribusi terhadap kualitas *self-care management*. Dimana analisis menunjukkan bahwa populasi lansia dengan riwayat hipertensi yang lebih panjang cenderung menunjukkan perilaku preventif yang lebih baik terhadap faktor-faktor pemicu kambuhnya hipertensi.

Hubungan peran perawat sebagai edukator dengan *self-care management* pada penderita hipertensi

Edukasi yang diberikan oleh perawat akan menambah pengetahuan penderita tentang bagaimana merawat dan pengobatan terhadap penyakit yang diderita. Penderita akan mengetahui cara terbaik penatalaksanaan terhadap penyakit, sehingga kesadaran untuk patuh terhadap perawat dan pengobatan akan meningkat (Djibu, 2021). Nilai korelasi yang diperoleh 0,525 yang artinya tingkat korelasi sedang dengan arah hubungan adalah positif yang artinya semakin baik peran perawat sebagai edukator maka semakin baik juga *self-care management* penderita hipertensi.

Hasil penelitian ini di dukung dengan temuan (Rebokh et al., 2023) yang melakukan studi terhadap 100 responden dengan mayoritas berusia 60-70 tahun. Studi tersebut mengidentifikasi adanya hubungan antara peran edukator perawat dengan *self-care management* hipertensi, dengan nilai signifikansi 0,04 yang mengindikasikan korelasi positif meskipun dengan tingkat keeratan yang lemah. Penelitian (Mutiarra et al., 2023) menegaskan bahwa peran edukator perawat berkontribusi dalam mengklarifikasi kesalahpahaman pasien mengenai kondisi kesehatannya. Proses edukasi yang efektif dapat meningkatkan kapasitas pasien dalam memahami informasi kesehatan dan kondisi penyakitnya secara komprehensif. Hal ini diperkuat oleh penelitian (Dotulong & Karouw, 2022) yang menyatakan bahwa implementasi edukasi berkelanjutan pada pasien hipertensi memberikan dampak positif terhadap pola hidup pasien, khususnya dalam penerapan gaya hidup sehat untuk mengontrol dan mempertahankan tekanan darah dalam rentang normal.

Hubungan dukungan keluarga dengan *self-care management* pada penderita hipertensi

Berdasarkan hasil analisis, nilai korelasi yang diperoleh 0,491 yang artinya tingkat korelasi dengan arah hubungan adalah positif yang artinya semakin baik dukungan keluarga maka *self-care management* juga akan semakin baik. Hasil penelitian ini konsisten dengan temuan (Antari et al., 2024) yang mengidentifikasi adanya korelasi signifikan antara dukungan keluarga dan *self-care management* pada penderita hipertensi ($p=0,000$; $r=0,804$), menunjukkan hubungan yang sangat kuat. Penelitian tersebut menekankan signifikansi dukungan keluarga terhadap pasien hipertensi, dimana setiap sikap dan perilaku keluarga berpotensi mempengaruhi perilaku pasien hipertensi. Adanya dukungan keluarga yang baik

terbukti dapat meningkatkan motivasi, kepercayaan diri, dan kemampuan pengambilan keputusan pasien terkait manajemen kesehatannya. Pasien dengan tingkat *self-care management* dan dukungan keluarga yang rendah dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor, termasuk kontrol diri yang inadeguat, keterbatasan pengetahuan dan informasi kesehatan, serta kurangnya peran aktif keluarga dalam manajemen hipertensi (Novitarum et al., 2022).

Berdasarkan hasil penelitian ini, peneliti menemukan bahwa hubungan antara dukungan keluarga dan self-care management pasien hipertensi tidak selalu berjalan seiring. Meskipun dukungan keluarga berperan penting dalam perawatan pasien hipertensi, namun terdapat kasus dimana pasien yang telah mendapat dukungan keluarga yang baik masih menunjukkan perilaku self-care management hipertensi yang kurang optimal. Hal ini menunjukkan bahwa keberhasilan self-care management tidak hanya ditentukan oleh dukungan keluarga, tetapi juga dipengaruhi oleh tingkat kesadaran dan kemauan pasien sendiri dalam mengelola penyakitnya.

4. KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil analisis dapat disimpulkan bahwa, terdapat hubungan yang signifikan antara peran perawat sebagai edukator dan dukungan keluarga dengan *self-care management* pada penderita hipertensi. Ditemukan bahwa semakin baik edukasi penyakit yang dilakukan perawat dan semakin baik dukungan yang di dapat dari keluarga maka kemampuan *self-care management* pada penderita hipertensi juga meningkat. Disarankan agar perawat perlu mengoptimalkan peran edukatornya melalui pendidikan kesehatan terstruktur tentang *self-care management* hipertensi. Keluarga pasien hendaknya berperan aktif memberikan dukungan dan motivasi dalam penerapan *self-care management*, sedangkan peneliti selanjutnya diharapkan mengembangkan metode penelitian yang lebih beragam dengan sampel lebih besar untuk menggali pengalaman pasien secara mendalam.

DAFTAR REFERENSI

- Abidin, L. S., & Kainama, N. (2024). Analisis faktor risiko kejadian hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Letwaru, Kota Masohi. *Jurnal Kesehatan Terpadu (Integrated Health Journal)*, 15(1).
- Adila, A., & Mustika, S. E. (2023). Hubungan usia dan jenis kelamin terhadap kejadian kanker kolorektal. *Jurnal Kedokteran STM (Sains dan Teknologi Medik)*, 6(1), 53–59. <https://doi.org/10.30743/stm.v6i1.349>
- Afifah, W. V., Pakki, I. B., & Asrianti, T. (2022). Analisis faktor risiko kejadian hipertensi pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Rapak Mahang Kecamatan Tenggara Kabupaten Kutai Kartanegara. *Wal'afiat Hospital Journal*, 3(1), 59–72. <https://doi.org/10.33096/whj.v0i0.67>

- Dhirisma, F., & Moerdhanti, I. A. (2022). Hubungan antara tingkat pendidikan terhadap pengetahuan masyarakat tentang hipertensi di Posbindu Desa Srigading, Sanden, Bantul, Yogyakarta. *Jurnal Kefarmasian Akfarindo*, 7(1), 40–44. <https://doi.org/10.37089/jofar.vi0.116>
- Ekarini, N. L. P., Wahyuni, J. D., & Sulistyowati, D. (2020). Faktor-faktor yang berhubungan dengan hipertensi pada usia dewasa. *Jurnal Keperawatan*, 5(1), 61–73. <https://doi.org/10.32668/jkep.v5i1.357>
- Elvira, M., & Anggraini, N. (2020). Faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian hipertensi. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*, 8(1), 78. <https://doi.org/10.36565/jab.v8i1.105>
- Fadlilah, S., Hamdani Rahil, N., & Lanni, F. (2020). Analisis faktor yang mempengaruhi tekanan darah dan saturasi oksigen perifer (SpO₂). *Jurnal Kesehatan Kusuma Husada*, 11(1), 21–30. <https://doi.org/10.34035/jk.v11i1.408>
- Geneva. (2021). More than 700 million people with untreated hypertension. *World Health Organization*.
- Harlisa, Masriadi, & Gobel, F. A. (2024). Self-care management adalah prosedur pada individu untuk mengatur perilakunya sendiri. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 5(3), 396–405.
- Indahsari, V. Y. P., & Suroso, J. (2020). Faktor-faktor yang mempengaruhi kinerja perawat dalam pemberian pendidikan kesehatan studi fenomenologis di Puskesmas I Sokaraja. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah, Edisi Khusus*(September), 272–278.
- Jateng Dinkes. (2021). *Profil kesehatan Jawa Tengah tahun 2021*.
- Kamila, S. R., & Fauziah, M. (2024). Faktor-faktor yang berhubungan dengan kinerja perawat di instalasi rawat jalan Rumah Sakit Umum Kota Tangerang Selatan tahun 2023. *Environmental Occupational Health and Safety Journal*, 4(2), 69.
- Kapahang, G. V., Wiyono, W. I., & Mpila, D. A. (2023). Analisis faktor risiko terhadap kejadian hipertensi di Puskesmas Ratahan. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 4(2019), 637–646.
- Kemendes RI. (2018). *Hasil Riset Kesehatan Dasar tahun 2018*. Kementerian Kesehatan RI.
- Ladyani, F., Febriyani, A., Prasetya, T., & Berliana, I. (2021). Hubungan antara olahraga dan stres dengan tingkat hipertensi pada lansia. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 10(1), 82–87. <https://doi.org/10.35816/jiskh.v10i1.514>
- Lestari, K. F., Yulianti, S., & Tebisi, J. M. (2022). Analisis dukungan keluarga, tingkat pengetahuan, dan keterjangkauan akses ke pelayanan kesehatan terhadap penerapan program patuh lansia hipertensi. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 6(1), 556–565. <https://doi.org/10.31539/jks.v6i1.4595>
- Malawat, K. Y., Pratiwi, L. A., & Gayatri, D. (2020). Determinan perilaku perawat dalam pemberian edukasi pasien pada rumah sakit di Jakarta Selatan. *Dunia Keperawatan: Jurnal Keperawatan dan Kesehatan*, 8(3), 511. <https://doi.org/10.20527/dk.v8i3.9389>

- Novitarum, L., Simamora, T., & Ginting, F. B. (2022). Hubungan dukungan keluarga dengan manajemen perawatan diri pasien hipertensi di Rumah Sakit Santa Elisabeth Medan tahun 2022. *Jurnal Kesehatan Elisabeth*, 7(2), 184–191.
- Nugraha, D. P., & Bebasari, E. (2021). Faktor tekanan darah yang terkendali pada pasien hipertensi di RSUD Arifin Achmad Provinsi Riau: Studi potong lintang. *Jurnal Penyakit Dalam Indonesia*, 8(2), 88. <https://doi.org/10.7454/jpdi.v8i2.571>
- Nurfitasari, S., Handayani, L. T., & Asih, S. W. (2023). Hubungan dukungan keluarga dengan self-care management pada lansia hipertensi. *Jurnal Kesmas Asclepius*, 5(2), 115–122. <https://doi.org/10.31539/jka.v5i2.7915>
- Pratiwi, W., Harfiani, E., & Hadiwiardjo, Y. H. (2020). Faktor-faktor yang berhubungan dengan kepatuhan dalam menjalani pengobatan pada penderita hipertensi di Klinik Pratama GKI Jabar Jakarta Pusat. *Seminar Nasional Riset Kedokteran*, 1(1), 27–40.
- Rosyadi, I., & Lestari, N. W. (2023). Hubungan peran perawat (educator) dengan kepatuhan mengonsumsi obat anti hipertensi dan perilaku pencegahan stroke pada pasien hipertensi di UPT Puskesmas Sungai Pakning. *Ensiklopedia of Journal*, 5(4), 205–214.
- Siregar, D. (2021). Efektivitas edukasi hipertensi terhadap tingkat pengetahuan lansia penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Hutaimbaru. *Jurnal Ilmu Kesehatan*.
- Sofiana, L. (2020). Edukasi pencegahan hipertensi menuju lansia sehat di Dusun Tegaltandan, Desa Banguntapan, Bantul. *Dinamisia: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(3), 504–508. <https://doi.org/10.31849/dinamisia.v4i3.3867>