

SKRIPSI

**HUBUNGAN *SELF CARE MANAGEMENT* DENGAN KUALITAS
HIDUP PASIEN HIPERTENSI BERDASARKAN TEORI
DOROTHEA OREM**

(Studi di Wilayah Kerja Puskesmas Tanah Merah Kabupaten Bangkalan)



Oleh:

FIRDAUSI NUSULA AZIZ

NIM. 20142010012

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
STIKes NGUDIA HUSADA MADURA**

2024

**HUBUNGAN *SELF CARE MANAGEMENT* DENGAN KUALITAS
HIDUP PASIEN HIPERTENSI BERDASARKAN TEORI
DOROTHEA OREM**

(Studi di Wilayah Kerja Puskesmas Tanah Merah Kabupaten Bangkalan)

NASKAH PUBLIKASI

Diajukan Untuk Melengkapi Sebagian Persyaratan Menjadi Sarjana Keperawatan



Oleh:

FIRDAUSI NUSULA AZIZ
20142010012

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
STIKes NGUDIA HUSADA MADURA
2024**

HALAMAN PERSETUJUAN

**HUBUNGAN *SELF CARE MANAGEMENT* DENGAN KUALITAS
HIDUP PASIEN HIPERTENSI BERDASARKAN TEORI
DOROTHEA OREM**

(Studi di Wilayah Kerja Puskesmas Tanah Merah Kabupaten Bangkalan)

NASKAH PUBLIKASI

OLEH :

FIRDAUSI NUSULA AZIZ

20142010012

Telah disetujui pada tanggal :

Bangkalan, 15 Juli 2024

Pembimbing

Mulia Mayangsari, S.Kep., Ns., M.Kep., Sp.Kep.MB

NIDN : 0708088603



HUBUNGAN *SELF CARE MANAGEMENT* DENGAN KUALITAS HIDUP PASIEN HIPERTENSI BERDASARKAN TEORI DOROTHEA OREM

(Studi di Wilayah Kerja Puskesmas Tanah Merah Kabupaten Bangkalan)

Firdausi Nusula Aziz¹, Mulia Mayangsari, S.Kep., Ns., M.Kep., Sp.Kep.MB²

1) Mahasiswa S1 Keperawatan STIKes Ngudia Husada Madura

2) Dosen Keperawatan STIKes Ngudia Husada Madura

*email: keperawatanfirdausinusulaaziz@gmail.com

Abstrak

Hipertensi ialah *silent killer* karena tanda dan gejalanya tidak disadari oleh penderita. Orem memiliki salah upaya untuk meminimalisir gejala dan dampak dari hipertensi yaitu dengan *self care management*. Berdasarkan studi pendahuluan didapatkan mayoritas pasien hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Tanah Merah mempunyai kualitas hidup rendah. Tujuan penelitian menganalisis korelasi antara *self care management* dan kualitas hidup pasien dengan tekanan darah tinggi menurut teori Dorothea Orem.

Metode penelitian analitik korelasi dengan *cross-sectional*. Variabel independent ialah *self care management* sedangkan variabel dependen kualitas hidup pasien hipertensi. Populasi pasien hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Tanah Merah sejumlah 105 dengan sampel 83 Responden. Teknik pengambilan sampel *purposive sampling*. Instrumen pengumpulan data kuesioner HSMBQ dan kuisisioner WHOQoL-BreF. Uji uji *Spearman Rank* dengan $\alpha = 0,05$.

Hasil menjelaskan bahwasanya sebagian besar mempunyai *self care management* cukup sejumlah 61 (73.5%), kualitas hidup pasien hipertensi sebageian besar sedang sebanyak 47 orang (56.6%). Setelah dilakukan uji statistik *spearman rank* dengan nilai ($p\text{-value}:0,000$) < ($\alpha: 0,05$) terdapat korelasi antara *self care management* dan kualitas hidup pasien tekanan darah tinggi menurut teori Dorothea Orem di Wilayah Kerja Puskesmas Tanah Merah Bangkalan.

Penyakit hipertensi bisa berdampak terhadap kualitas hidup pasien hipertensi karena memerlukan pengobatan jangka panjang dan penyakit penyerta yang menyebabkan kualitas hidup menjadi buruk, sehingga semakin tinggi kualitas hidup maka semakin baik pula *self care managementnya*.

Peneliti selanjutnya disarankan untuk dijadikan bahan perbandingan dan refrensi pada penelitian yang signifikan dengan mengembangkan *self care management* untuk meningkatkan kualitas hidup pasien hipertensi.

Kata kunci: Kualitas Hidup, *Self care Management*, Hipertensi, Dorothea Orem

PENDAHULUAN

Tekanan darah tinggi yaitu apabila sistolik >140 mmHg sedangkan diastolik >90 mmHg selama periode lama disebut juga hipertensi kronik. Kerja jantung yang lebih besar selama pemompaan darah untuk mendapatkan oksigen dan nutrisi dapat menyebabkan hipertensi (Pae et al., 2023). Seseorang yang mengalami hipertensi harus memantau tekanan darahnya secara teratur, tetapi beberapa penderita tidak menyadari bahwasannya telah menderita hipertensi. Kondisi tersebut dapat mempengaruhi tekanan darah dan kualitas hidup penderita. Ketika seseorang memiliki kualitas hidup yang baik, mereka bisa melaksanakan kegiatan sehari-hari dengan mandiri (Damayanti et al., 2022).

Data Riskesdas 2018 menjelaskan bahwasannya di Indonesia prevalensi tekanan darah tinggi sekitar 34,1%. Sedangkan di Jawa Timur sekitar 36,32%. Menurut data dari Dinas Kesehatan Bangkalan (2018), jumlah penderita hipertensi di Bangkalan pada tahun 2015 mencapai 1.518 penderita dan meningkat di tahun 2018 sebanyak 7.034 penderita.

Berdasarkan hasil dari studi pendahuluan dimana dilaksanakan di Puskesmas Tanah Merah tanggal 12 Desember 2023 ditemukan data klien tekanan

darah tinggi pada Desember-Februari 2024 sejumlah 105 klien, kemudian dari hasil wawancara di Puskesmas Tanah Merah dengan memberikan kuisioner kualitas hidup pada 10 penderita hipertensi didapatkan hasil sebanyak 7 (70%) responden memiliki kualitas hidup yang rendah, 20% responden mempunyai kualitas hidup sedang sedangkan 10% responden mempunyai kualitas hidup yang tinggi. Berdasarkan data di wilayah kerja Puskesmas Tanah Merah dapat disimpulkan mayoritas kualitas hidup klien dengan tekanan darah tinggi rendah.

Kualitas hidup klien dengan tekanan darah tinggi dapat disebabkan berbagai penyebab yaitu sosiodemografi (usia, jenis kelamin, pendidikan serta pekerjaan), gaya hidup, aktivitas fisik, *self care management*, dan dukungan sosial (Irawan et al., (2019) dalam (Yulianti et al., (2023). Apabila faktor tersebut tidak diatasi dengan baik dan disertai dengan penyakit penyerta atau komplikasi maka penderita hipertensi cenderung mengalami penurunan kualitas hidup baik dalam hal sosial, fisik, lingkungan, serta psikologis. Dampak dari kualitas hidup rendah akan berdampak mulai dari penyebab fisik tidak bisa menciptakan penderita hilang kesempatan untuk ekspresikan diri mereka diakibatkan oleh tubuh yang terbatas, dan faktor psikologis rendah bisa mengakibatkan

penderita merasa kurang percaya diri dan putus asa dengan penyakitnya (Kholifah & Suratni, 2023).

Suatu usaha guna mengangkat kualitas hidup yaitu *self care management* (Nusalam, 2014) dalam (Maryati, 2023). *Self care management* memiliki lima komponen dalam pengelolaan tekanan darah tinggi adalah mengobrol bersama tenaga kesehatan serta orang lain, integrasi diri, memantau tekanan darah, regulasi diri, dan patuh pada peraturan yang disarankan. Perilaku *self care management* dalam meningkatkan kualitas hidup pasien tekanan darah tinggi ialah *Dietary Approaches to Stop Hypertension*, gerakan tubuh, *management* stres, membatasi alkohol, dan berhenti merokok. Jika *self care management* tidak dilaksanakan konsisten maka akan berefekt terhadap penderitaan yang lama terhadap klien, baik fisik ataupun mental, sampai bisa menekan kualitas hidup penderita. (Damayanti et al., 2022). Menurut Khademian et al. (2020) menemukan bahwa pelatihan *self care management* yang didasarkan pada teori Orem bisa mengangkat kualitas hidup klien dengan tekanan darah tinggi. Oleh karena itu *self care management* menjadi salah satu solusi untuk meningkatkan kualitas hidup klien tekanan darah tinggi.

METODE

Jenis penelitian korelasi analitik dengan *cross-sectional*. Populasi sejumlah 105 pasien dengan tekanan darah tinggi wilayah Kerja Puskesmas Tanah Merah Bangkalan dengan jumlah sampel 83 pasien hipertensi. Variabel bebas *self care management*, variabel terikat kualitas hidup pasien dengan tekanan darah tinggi. Teknik *purposive sampling*. Instrumen kuisioner HSMBQ dan WHOQoL-Bref. Analisa data menggunakan univariat (distribusi frekuensi), bivariate (tabulasi silang), analisis data *spearman rank*.

HASIL

1. Data Umum

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Usia

Usia	F	%
26 – 35 tahun (dewasa awal)	8	9.6
36 – 45 tahun (dewasa akhir)	9	10.8
46 - 55 tahun (lansia awal)	35	42.2
56 – 65 tahun (lansia akhir)	25	30.1
65 keatas (manula)	6	7.2
Total	83	100

Distribusi frekuensi diatas menjelaskan hampir setengahnya berusia 46 tahun sampai 55 tahun sejumlah 35 (42.2%).

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	F	%
Perempuan	57	68.7
Laki – Laki	26	31.3
Total	83	100.0

Distribusi frekuensi diatas menjelaskan bahwa sebagian besar berjenis

kelamin perempuan sebanyak 57 (68.7 %) pasien.

Tabel 3 Distribusi Frekuensi Pendidikan

Pendidikan	F	%
Tidak Sekolah	2	2.4
SD	20	24.1
SMP	48	57.8
SMA	11	13.3
Sarjana	2	2.4
Total	83	100.0

Distribusi frekuensi diatas menjelaskan bahwasanya sebagian besar pendidikan SMP sebanyak 48 (57.8%) pasien.

2. Data Khusus

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Self Care Management

Self care Management	F	(%)
Baik	4	4.8
Cukup	61	73.5
Rendah	18	21.7
Total	83	100.0

Distribusi frekuensi diatas menjelaskan bahwasanya data self care management sebaigian besar kategori cukup sebanyak 61 (73.5%) pasien.

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Kualitas Hidup

Kualitas hidup	F	(%)
Sedang	47	56.6
Rendah	36	43.3
Total	83	100

Distribusi frekuensi diatas menjelaskan bahwasanya data kualitas hidup pasien hipertensi sebaigian besar kategori sedang sebanyak 47 (56.6%) orang.

Tabel 3 Tabulasi Silang Antara Self Crae Management dengan Kualitas Hidup Pasien tekanan darah tinggi

		Kualitas hidup					
		Rendah		Sedang		Total	
		f	%	f	%	f	%
Self care management	Rendah	18	10	0	0	18	100
	Cukup	18	29,5	4	70,5	61	100
Total	Baik	0	0	4	100	4	100
	Total	36	43,4	4	56,6	83	100

Berdasarkan tabel menunjukkan bahwasanya nilai nilai $P\text{-value} < \alpha$ (0,05), ada korelasi antara self care management dan kualitas hidup seorang dengan tekanan darah tinggi berdasarkan teori Dorothea Orem. Berdasarkan nilai koefisien hubungan 0,569 berarti bahwasanya koefisien hubungan diantara kedua variabel kuat. Tabel diatas menjelaskan bahwasanya pasien hipertensi sebagian besar memiliki kualitas hidup sedang dengan self care management cukup sebanyak 43 (70, 5%).

PEMBAHASAN

Gambaran Self Care Management Penderita Hipertensi.

Berdasarkan hasil didapatkan sebagian besar self care management pasien tekanan darah tinggi cukup. Penelitian Kholifah, (2023) menjelaskan bahwasanya didapatkan self care management bernilai sedang sejumlah 39 (62,9%), dimana mayoritas responden menyadari pentingnya memantau tekanan darah dan mengurangi konsumsi

garam saat memasak serta mengubah pola makan (Kholifah & Suratni, 2023).

Berdasarkan analisis butir kuisioner untuk kuisioner *self care management* didapatkan parameter tertinggi yaitu integrasi diri. Hal ini sejalan dengan Aini et al., (2024). Integrasi diri merupakan kemampuan individu pada kesehatan melaksanakan perilaku hidup sehat di kehidupan setiap hari sehingga berperan penting dalam perawatan diri untuk kesadaran individu dan komitmen untuk merawat dirinya sendiri (Aini et al., 2024).

Menurut peneliti, pasien hipertensi perlu memiliki *self care management* yang baik karena akan lebih cenderung memiliki kesadaran dan mekanisme coping yang baik. Sehingga akan mampu mengoptimalkan kesehatan, mengontrol, dan mengelola tekanan darahnya serta dapat meminimalisir terjadinya komplikasi dari penyakit hipertensi tersebut.

Data demografi juga penyebab dimana dapat berdampak terhadap *self care management* salah satunya ialah jenis kelamin. Dimana sebagian besar berjenis kelamin wanita sejumlah 57 (68,7%). Penelitian Efriani et al., (2023) yang menunjukkan bahwasanya 74% dari responden adalah perempuan. Pengetahuan dan keinginan untuk mencegah hipertensi

dikaitkan dengan jenis kelamin, karena wanita lebih banyak menghabiskan waktu merena guna mempelajari mengenai penyakit yang di derita daripada laki-laki dimana lebih cenderung sibuk untuk kerja. (Efriani et al., 2023).

Gambaran Kualitas Hidup Pasien dengan tekanan darah tinggi.

Berdasarkan data yang dilakukan kepada 83 responden didapatkan hasil kualitas hidup pasien hipertensi sebagian besar sedang. Berdasarkan hasil analisis butir kuisioner didapatkan hasil domain tertinggi yaitu domain kesejahteraan psikologis.

Penelitian Supriani et al., (2021) menjelaskan bahwasanya kesehatan psikologis diantaranya penampilan, perasaan positif maupun negatif, konsentrasi serta spiritualitas, apabila tingkat spritualitasnya tinggi maka tingkat psikologisnya semakin baik (Supriani et al., 2021). Sedangkan penelitian Maryadi et al., (2021) mengatakan bahwasanya seseorang dengan ketenangan jiwa akan lebih puas serta tidak pernah menyesali sesuatu yang sudah terjadi serta selalu percaya diri dalam hidup sehingga kualitas hidupnya akan semakin baik (Maryadi et al., 2021).

Berdasarkan hasil analisis butir kuisioner didapatkan hasil skor tertinggi terdapat pada pertanyaan seberapa puaskah anda terhadap dukungan yang diperoleh dari teman dalam

domain hubungan sosial. Penelitian Maryadi et al., (2021) menjelaskan bahwasanya hubungan sosial yang baik terlihat dari keluarga maupun kerabat yang memotivasi seseorang untuk sembuh, semakin tinggi motivasi sosial yang didapatkan pasien dengan tekanan darah tinggi dari keluarga, orang berharga dan teman dalam hidupnya akan semakin tinggi jua kualitas hidup mereka

Menurut peneliti hubungan sosial sangat dibutuhkan dalam meningkatkan kualitas hidup, dengan adanya hubungan sosial yang baik maka penderita hipertensi akan mendapatkan dukungan, baik dukungan dari keluarga atau orang yang bernilai penting dalam kehidupan pasien sangat dibutuhkan oleh pasien hipertensi dikarenakan penyakit hipertensi merupakan penyakit jangka panjang dan tidak dapat disembuhkan tetapi dapat diminimalisir sehingga keluarga yang bisa menjadi pendamping dalam proses tersebut.

Sosiodemografi juga suatu penyebab dimana berdampak pada kualitas hidup, sosiodemografi mempunyai beberapa komponen didalamnya diantaranya yaitu umur. Penelitian ini responden yang didapatkan hampir setengahnya berusia 46-55 tahun sebanyak 35 (42,2%), diusia 56-65 tahun sebanyak 25 (30,1%). Penelitian Laili et al., (2019) menjelaskan hampir setengah

responden berusia 51-57 tahun, sehingga dengan bertambahnya usia fungsi organ tubuh menjadi lebih buruk .

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa penurunan fungsi tubuh menyebabkan banyak penyakit pada usia tertentu, gangguan kesehatan cenderung meningkat dengan bertambahnya usia. Pengalaman yang dialami seiring bertambahnya usia memberikan kesiapan mental yang baik untuk menyesuaikan diri dengan kondisi dan mengembangkan mekanisme coping yang baik untuk situasi penyakit yang dihadapi. Dengan bertambahnya usia individu masih dapat menjalani kualitas hidup yang baik (Laili & Purnamasari, 2019).

korelasi *Self Care Management* Dan Kualitas Hidup Pasien tekanan darah tinggi.

Dari uji statistik *spearman rank* menunjukkan bahwasanya terdapat korelasi antara *self care management* dan kualitas hidup klien tekanan darah tinggi. Nilai koefisien hubungan sebesar 0,569 berarti bahwa koefisien korelasi antar dua variabel kuat. Penelitian Efriani (2023) bahwasanya ada korelasi antara kualitas hidup dengan *self care management*, dijelaskan bahwa penyakit hipertensi bisa berefek terhadap kualitas hidup klien hipertensi karena memerlukan obat jangka panjang dan

penyakit penyerta yang menyebabkan kualitas hidup menjadi buruk.

Penelitian lain yang dilakukan Damayanti et al., (2022) menyatakan uji korelasi *spearman rank* didapatkan rs 0,940 nilai p -value= 0,000 menjeaskan bahwasanya terdapat korelasi antara *self care management* dan kualitas hidup pasien dengan tekanan darah tinggi, kualitas hidup penderita hipertensi akan lebih baik jika melakukan *self care management* secara baik, tetapi jika pasien degan tekanan darah tinggi melaksanakan *self care management* buruk kemuian kualitas hidup mereka juga buruk. Ditemukan bahwasanya kualitas hidup rendah dengan *self care management* kurang disebabkan tingkat pendidikan. dikarenakan tingkat pendidikan berdampak terhadap pola pikir individu dalam penerimaan kabar khususnya kabar kesehatan. Kualitas hidup rendah disebabkan umur. Penelitian kholifah (2023) menyatakan bahwasanya ada korelasi relevan antara *self-care management* dan kualitas hidup terhadap lanjut usia yang menderita tekanan darah tinggi dimana hasil signifikasi ($P= 0,000$) dengan nilai hubungan (r) = 0,340 ada korelasi cukup. Jadi, semakin tinggi kualitas hidupnya semakin baik *self care management*.

Menurut peneliti *Self care management* penting teruntuk pasien tekanan darah tinggi untuk meminimalisir masalah serta

mengangkat kualitas hidup. *Self care management* yang baik setiap harinya dan berkelanjutan dapat meningkatkan kemampuan pasien hipertensi untuk mengontrol dan memajemen kesehatannya serta kesembuhan yang mempengaruhi terhadap kualitas hidupnya, sedangkan *self care management* yang buruk akan menyebabkan munculnya penyakit penyerta dan komplikasi sehingga kualitas hidup akan menurun. Dalam hal ini dibutuhkan kemauan serta kesadaran tinggi agar bisa melaksanakan *self care management* dengan benar.

KESIMPULAN

- a. Pasien dengan tekanan darah tinggi menunjukkan sebagian besar *Self care management* cukup
- b. Pasien hipertensi menunjukkan sebagian besar Kualitas hidup sedang
- c. Terdapat korelasi antara *self care management* dan kualitas hidup pasien dengan tekanan dara tinggi berdasarkan teori Dorothea Orem.

REFRENSI

- Aini, I. N., Rosiah, & Minaton. (2024). Gambaran perawatan diri pada pasien hipertensi di puskesmas Kalijati Subang. *Vitamin : Jurnal Ilmu Kesehatan Umum*, 2(3), 70–78.
- Efriani, L., Hadi, I., & Aisyah, N. (2023). Hubungan Tingkat Pengetahuan dan Kualitas Hidup Terhadap Self Care Management pada Pasien Hipertensi di Puskesmas Cangkol Kota Cirebon Tahun 2022. *Borneo Journal of*

Pharmascientech, 7(1), 1–5.
<https://doi.org/10.51817/bjp.v7i1.423>

Kholifah, W. Af. N., & Suratni. (2023). Hubungan self – care management dan kualitas hidup pada lansia dengan hipertensi. *Holistik Jurnal Kesehatan*, 17(2), 181–188.

Laili, N., & Purnamasari, V. (2019). Hubungan Modifikasi Gaya Hidup Dengan Kualitas Hidup Pasien Hipertensi Di UPTD PKM Adan Adan Gurah Kediri. *Jurnal ILKES (Jurnal Ilmu Kesehatan)*, 10(1), 66–76.

Maryadi, Anggraini, A. N., & Yulitasari, B. I. (2021). *Kualitas Hidup Penderita Hipertensi Di Puskesmas Sedayu II Bantul , Yogyakarta Hypertensive Patients ' Quality o f Life At Sedayu II Bantul Public Health Center ,.* 8(2), 77–83.

Maryati, E. a. (2023). Hubungan Perilaku Perawatan Diri Dengan Kualitas Hidup Penderita Hipertensi Di Desa Rejoagung Kecamatan Ploso Kabupaten Jombang. *Jurnal Ilmiah Keperawatan*, 9(2), 478–484.

Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) (2018). Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian RI tahun 2019

Supriani, A., Kiftiyah, & Rosdiyah, N. N. (2021). Analisis Domain Kualitas Hidup Lansia Dalam Kesehatan Fisik Dan Psikologis. *Journals of Ners Community*, 12(01), 59–67.

Yulianti, Y., Tresnawan, T., Purnairawan, Y., & Oktavia, A. (2023). Identification Of Factors Affecting The Quality Of Life In Hypertension Patients. *Healthcare Nursing Journal*, 5(2), 711–721.

