

**GAMBARAN *SELF CARE MANAGEMENT* PADA PASIEN HIPERTENSI
DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS PUTRI AYU
KOTA JAMBI**

ABSTRAK

Latar Belakang: Hipertensi merupakan penyakit tidak menular (PTM) yang menjadi penyebab utama kematian di seluruh dunia. Jumlah kasus hipertensi di Indonesia yang terus mengalami peningkatan tiap tahunnya. *Self care Management* pada pasien hipertensi ini dibagi menjadi 5 perilaku pengelolaan yaitu patuh diet, aktivitas fisik, kontrol *stress*, membatasi konsumsi alkohol serta berhenti merokok. penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi *self care management* pada pasien hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Putri Ayu Kota Jambi.

Metode: Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan jenis penelitian deskriptif menggunakan pendekatan *cross sectional*. Sampel penelitian ini berjumlah 281 responden penderita hipertensi di wilayah kerja puskesmas Puskesmas Putri Ayu Kota Jambi, Pengambilan sampel menggunakan cara *probability sampling* dengan metode *cluster random sampling*.

Hasil: Hasil penelitian ini didapatkan indikator integrasi diri yang cukup (38,1%), regulasi diri yang cukup (53,7%), interaksi dengan tenaga kesehatan dan lainnya dengan kategori baik (49,1%), pemantauan tekanan darah dalam kategori cukup (48,8%), kepatuhan terhadap aturan yang dianjurkan dengan kategori baik (45,2%), berdasarkan 5 indikator *self care management* dengan kategori cukup (54,4%).

Kesimpulan: Berdasarkan 5 indikator *self care management* pasien hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Putri Ayu Kota Jambi paling banyak berada pada kategori cukup-baik.

Saran: Diharapkan penderita hipertensi dapat melakukan manajemen diri dengan baik dengan melakukan pemeriksaan darah dan konsumsi obat hipertensi secara rutin serta menerapkan pola hidup sehat.

Kata Kunci: Hipertensi, Integrasi diri, Regulasi diri, *Self care management*

**DESCRIPTION OF SELF CARE MANAGEMENT IN HYPERTENSIVE
PATIENTS IN THE WORKING AREA OF PUSKESMAS PUTRI AYU
JAMBI CITY**

ABSTRACT

Background: Hypertension is a non-communicable disease (NCD) that is the leading cause of death worldwide. The number of cases of hypertension in Indonesia continues to increase every year. Self caremanagement in hypertensive patients is divided into 5 management behaviors, namely adherence to diet, physical activity, stress control, limiting alcohol consumption and quitting smoking. This study is to identify self-care management in hypertensive patients in the working area of Puskesmas Putri Ayu Jambi City.

Method: This research is a quantitative research with a type of descriptive research using a cross sectional approach. The sample of this study amounted to 281 respondents with hypertension in the working area of the Puskesmas Putri Ayu Jambi City, Sampling using probability sampling method with cluster random sampling method.

Results: The results of this study obtained indicators of sufficient self-integration (38.1%), sufficient self-regulation (53.7%), interaction with health workers and others with good categories (49.1%), blood pressure monitoring in the sufficient category (48.8%), compliance with recommended rules with good categories (45.2%), based on 5 indicators of self care management with sufficient categories (54.4%).

Conclusion: Based on 5 indicators of self-care management of hypertensive patients in the working area of the Putri Ayu Health Center, Jambi City is most in the moderate-good category.

Advice: It is expected that people with hypertension can do good self-management by doing blood tests and consuming hypertension drugs regularly and applying a healthy lifestyle.

Keywords: Hypertension, Self-integration, Self-regulation, Self care management