



Hubungan Self-Efficacy, Dukungan Keluarga dan Faktor Sosio- Demografi dengan Manajemen Diri pada Penderita Hipertensi di Puskesmas Ingin Jaya Kabupaten Aceh Besar

Asasun Naja¹, Basri Aramico^{2*}, Vera Nazhira Arifin³

¹⁻³ Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Muhammadiyah Aceh, Banda Aceh, Indonesia

*Penulis Korespondensi: basri.aramico@yahoo.com

Abstract. Hypertension is a non-communicable disease that remains a major public health problem in Indonesia, including in Aceh Besar District. The success of hypertension control is strongly influenced by patients' self-management abilities. Self-management can be affected by psychological factors such as self-efficacy, social factors such as family support, and sociodemographic factors. This study aimed to determine the relationship between self-efficacy, family support, education, and occupation with self-management among hypertensive patients in the working area of the Ingin Jaya Community Health Center, Aceh Besar District. This study employed a quantitative research design with a cross-sectional approach. The study population consisted of hypertensive patients aged 15–59 years who visited or participated in the Posbindu program at the Ingin Jaya Health Center. A total of 90 respondents were selected using accidental sampling technique. Data were analyzed using univariate and bivariate analyses with the Chi-Square test at a significance level of $p < 0.05$. The results showed that most respondents had good self-management (54.4%). Bivariate analysis indicated a significant relationship between self-efficacy ($p = 0.030$) and family support ($p = 0.000$) with self-management, while education ($p = 0.406$) and occupation ($p = 0.201$) showed no significant relationship. This study concludes that self-efficacy and family support play an important role in hypertension self-management, whereas education and occupation are not significantly associated. The findings are expected to contribute to the development of nursing and public health science and serve as a basis for strengthening family-based health education and improving patients' self-efficacy in optimizing independent hypertension management.

Keywords: Community Health Center; Family Support; Hypertension; Self-Efficacy; Self-Management.

Abstrak. Hipertensi merupakan penyakit tidak menular yang masih menjadi masalah kesehatan utama di Indonesia, termasuk di Kabupaten Aceh Besar. Keberhasilan pengendalian hipertensi sangat dipengaruhi oleh kemampuan manajemen diri penderita. Manajemen diri dapat dipengaruhi oleh faktor psikologis seperti self-efficacy, faktor sosial seperti dukungan keluarga, serta faktor sosiodemografi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan self-efficacy, dukungan keluarga, pendidikan, dan pekerjaan dengan manajemen diri pada penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Ingin Jaya Kabupaten Aceh Besar. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain cross sectional. Populasi penelitian adalah penderita hipertensi usia 15–59 tahun yang berobat atau mengikuti Posbindu di wilayah kerja Puskesmas Ingin Jaya. Sampel berjumlah 90 responden yang dipilih menggunakan teknik accidental sampling. Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat menggunakan uji Chi-Square dengan nilai signifikansi $p < 0,05$. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki manajemen diri baik (54,4%). Analisis bivariat menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara self-efficacy ($p=0,030$) dan dukungan keluarga ($p=0,000$) dengan manajemen diri, sedangkan pendidikan ($p=0,406$) dan pekerjaan ($p=0,201$) tidak menunjukkan hubungan yang signifikan. Penelitian ini menunjukkan bahwa self-efficacy dan dukungan keluarga berperan penting dalam manajemen diri penderita hipertensi, sedangkan pendidikan dan pekerjaan tidak berhubungan signifikan. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi pengembangan ilmu keperawatan dan kesehatan masyarakat, serta menjadi dasar bagi Puskesmas dalam memperkuat edukasi kesehatan berbasis keluarga dan meningkatkan self-efficacy pasien untuk mengoptimalkan pengendalian hipertensi secara mandiri.

Kata kunci : Dukungan Keluarga; Hipertensi; Manajemen Diri; Puskesmas; Self-Efficacy.

1. LATAR BELAKANG

Hipertensi merupakan salah satu penyebab utama kematian dini di dunia, terutama di negara berpendapatan rendah dan menengah yang menyumbang sekitar dua pertiga kasus global (Eslamimehr et al., 2024; Tata Azzalia Khairan, 2026). Menurut World Health Organization, sekitar 1,28 miliar orang dewasa dan lansia mengalami hipertensi. Namun, hampir setengah penderitanya tidak menyadari kondisi tersebut. Selain itu, kurang dari 50% penderita telah mendapatkan diagnosis dan pengobatan, dan hanya sekitar 21% yang mampu mengontrol tekanan darah dengan baik. Untuk menekan dampak penyakit tidak menular, ditetapkan target global penurunan prevalensi hipertensi sebesar 33% pada periode 2010–2030 (Kreutz et al., 2024).

Berdasarkan Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, prevalensi hipertensi pada penduduk usia ≥ 18 tahun di Indonesia tahun 2023 sebesar 30,8%, menurun dibandingkan tahun 2018 yang mencapai 34,1%. Namun, angka tersebut masih menunjukkan bahwa hipertensi menjadi masalah kesehatan masyarakat yang penting (Kemenkes RI, 2024). Di Provinsi Aceh, prevalensi hipertensi mencapai 35,3%, lebih tinggi dibandingkan rata-rata nasional berdasarkan hasil pengukuran tekanan darah langsung (Kemenkes, 2023).

Data Dinas Kesehatan Kabupaten Aceh Besar tahun 2024 menunjukkan bahwa kasus hipertensi tertinggi di Kabupaten Aceh Besar berada di wilayah kerja Puskesmas Darul Imarah sebanyak 3.504 kasus, diikuti Puskesmas Ingin Jaya sebanyak 1.923 kasus dan Puskesmas Darussalam sebanyak 1.229 kasus. Beberapa wilayah lain seperti Kuta Baro, Sukamakmur, dan Mesjid Raya juga memiliki angka kasus yang cukup tinggi, sedangkan wilayah Leupung, Simpang Tiga, dan Pulo Aceh mencatat kasus paling rendah, yaitu kurang dari 500 kasus. Berdasarkan laporan tahunan Puskesmas Ingin Jaya, jumlah kasus hipertensi mengalami peningkatan dari 1.126 kasus pada tahun 2023 menjadi 1.923 kasus pada tahun 2024. Sementara itu, pada periode Januari hingga Juni 2025 tercatat sebanyak 899 kasus hipertensi. Kondisi ini menunjukkan bahwa hipertensi masih menjadi masalah kesehatan yang terus meningkat dan memerlukan upaya pengendalian yang lebih optimal.

Kerangka Individual and Family Self-Management Theory menjelaskan bahwa keberhasilan manajemen diri dipengaruhi oleh konteks individu, proses manajemen diri seperti self-efficacy dan dukungan keluarga, serta hasil kesehatan. Self-efficacy dan dukungan keluarga berperan penting dalam meningkatkan efektivitas pengelolaan hipertensi dan pencapaian kesehatan yang optimal (Durra Sadrina Hasan & Tamaulina Br. Sembiring, 2024; Khasanah et al., 2024). Husna (2023) dalam penelitiannya menunjukkan bahwa pekerjaan dan pendidikan berhubungan signifikan dengan manajemen diri penderita hipertensi. Temuan

tersebut menunjukkan bahwa faktor psikologis, sosial, dan demografis berperan dalam manajemen diri hipertensi. Namun, penelitian yang mengkaji secara bersamaan self-efficacy, dukungan keluarga, pendidikan, dan pekerjaan masih terbatas, khususnya di Puskesmas Ingin Jaya. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan menganalisis hubungan keempat faktor tersebut dengan kemampuan manajemen diri penderita hipertensi sebagai dasar pengembangan program pengelolaan hipertensi yang lebih tepat sasaran.

2. KAJIAN TEORITIS

Hipertensi atau tekanan darah tinggi merupakan suatu kondisi medis ditandai dengan meningkatnya kontraksi pembuluh darah arteri sehingga terjadi resistensi aliran darah yang meningkatkan tekanan darah pada dinding pembuluh darah (Irfan et al., 2021; Leiwakabessy et al., 2025). Manajemen diri merupakan suatu proses di mana individu secara sadar dan aktif terlibat dalam pengelolaan kesehatannya, terutama dalam menangani penyakit kronis seperti hipertensi. Proses ini mencakup kemampuan untuk memantau gejala, mengelola terapi medis, menyesuaikan pola makan dan aktivitas fisik, serta menjaga komunikasi efektif dengan tenaga kesehatan sebagai bagian dari upaya mempertahankan kualitas hidup (Husna, 2023; Rofingatul Hasanah et al., 2023).

Manajemen diri hipertensi dapat dijelaskan melalui Health Belief Model yang menekankan pentingnya persepsi terhadap risiko, keparahan penyakit, manfaat pengobatan, hambatan, isyarat bertindak, dan self-efficacy (Zhao et al., 2020). Persepsi yang baik terhadap bahaya hipertensi dapat meningkatkan kepatuhan pasien dalam pengobatan dan perubahan gaya hidup. Selain itu, self-efficacy serta motivasi internal juga berperan penting dalam meningkatkan perilaku perawatan diri dan kepatuhan minum obat pada penderita hipertensi (Merlis & Alfiah, 2022).

Hipotesis dalam penelitian ini adalah terdapat hubungan antara self-efficacy, dukungan keluarga, pendidikan, dan pekerjaan dengan manajemen diri pada penderita hipertensi. Semakin baik self-efficacy dan dukungan keluarga serta semakin tinggi tingkat pendidikan dan status pekerjaan yang dimiliki, maka semakin baik pula kemampuan manajemen diri penderita hipertensi.

3. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain cross sectional untuk menganalisis hubungan self-efficacy, dukungan keluarga, pendidikan, dan pekerjaan dengan manajemen diri pada penderita hipertensi di Puskesmas Ingin Jaya. Populasi penelitian adalah penderita hipertensi usia produktif 15–59 tahun yang datang berobat atau kontrol rutin di Puskesmas serta mengikuti kegiatan Posbindu, dengan jumlah populasi Januari–Juni 2025 sebanyak 899 kasus. Teknik pengambilan sampel menggunakan accidental sampling dengan besar sampel 90 responden berdasarkan rumus Slovin. Kriteria inklusi meliputi penderita hipertensi usia 15–59 tahun, laki-laki dan perempuan, bersedia menjadi responden, serta hadir saat pengumpulan data, sedangkan kriteria eksklusi adalah responden dengan kondisi akut atau tidak bersedia berpartisipasi. Data yang digunakan berupa data kuantitatif yang diperoleh melalui data primer menggunakan kuesioner terstruktur dan data sekunder dari Puskesmas Ingin Jaya, Dinas Kesehatan Kabupaten Aceh Besar, jurnal, dan sumber terkait lainnya. Pengolahan data dilakukan melalui tahap editing, coding, entry data, dan pemeriksaan ulang data. Analisis data terdiri dari analisis univariat untuk melihat distribusi frekuensi variabel dan analisis bivariat menggunakan uji chi-square dengan tingkat kepercayaan 95% ($\alpha=0,05$).

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Manajemen Diri, Self-Efficacy, Dukungan Keluarga, Pendidikan, dan Pekerjaan di Puskesmas Ingin Jaya Tahun 2025

No	Variabel	Kategori	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1	Manajemen Diri	Kurang	41	45.6
		Baik	49	54.4
2	Self-Efficacy	Kurang	29	32.2
		Baik	61	67.8
3	Dukungan Keluarga	Kurang	24	26.7
		Baik	66	73.3
4	Pendidikan	Dasar	8	8.9
		Menengah	41	45.6
		Tinggi	41	45.6
5	Pekerjaan	Tidak Bekerja	35	38.9
		Bekerja	55	61.1
Total		Total	90	100.0

Berdasarkan tabel 1 distribusi frekuensi, variabel yang paling dominan adalah dukungan keluarga baik sebanyak 66 responden (73.3%), diikuti self-efficacy baik sebanyak 61 responden (67.8%). Selain itu, mayoritas responden memiliki manajemen diri baik sebanyak 49 responden (54.4%) dan sebagian besar responden bekerja sebanyak 55 responden (61.1%). Pada tingkat pendidikan, responden dengan pendidikan menengah dan tinggi memiliki proporsi yang sama, masing-masing sebanyak 41 responden (45.6%).

Tabel 2. Hubungan Self-Efficacy, Dukungan Keluarga, Pendidikan, dan Pekerjaan dengan Manajemen Diri pada Penderita Hipertensi di Puskesmas Ingin Jaya

Variabel	Kategori	Manajemen Diri						P-Value
		Kurang		Baik		Total		
		f	%	f	%	f	%	
Self-Efficacy	Kurang	18	62.1	11	37.9	29	100	0.030
	Baik	23	37.7	38	62.3	61	100	
Dukungan Keluarga	Kurang	20	83.3	4	16.7	24	100	0.000
	Baik	21	31.8	45	68.2	66	100	
Pendidikan	Dasar	5	62.5	3	37.5	8	100	0.406
	Menengah	20	48.8	21	51.2	41	100	
	Tinggi	16	39.0	25	61.0	41	100	
Pekerjaan	Tidak Bekerja	28	50.9	27	49.1	55	100	0.201
	Bekerja	13	37.1	22	62.9	35	100	

Berdasarkan hasil analisis bivariat, responden dengan self-efficacy baik sebagian besar memiliki manajemen diri baik sebanyak 38 responden (62.3%), sedangkan responden dengan self-efficacy kurang mayoritas memiliki manajemen diri kurang sebanyak 18 responden (62.1%). Pada variabel dukungan keluarga, responden dengan dukungan keluarga baik sebagian besar memiliki manajemen diri baik sebanyak 45 responden (68.2%), sementara responden dengan dukungan keluarga kurang mayoritas memiliki manajemen diri kurang sebanyak 20 responden (83.3%). Pada variabel pendidikan, responden dengan pendidikan tinggi lebih banyak memiliki manajemen diri baik sebanyak 25 responden (61.0%), sedangkan pendidikan dasar lebih dominan memiliki manajemen diri kurang sebanyak 5 responden (62.5%). Berdasarkan pekerjaan, responden yang bekerja sebagian besar memiliki manajemen diri baik sebanyak 22 responden (62.9%), sedangkan responden yang tidak bekerja lebih banyak memiliki manajemen diri kurang sebanyak 28 responden (50.9%). Hasil uji chi-square menunjukkan bahwa self-efficacy ($p=0.030$) dan dukungan keluarga ($p=0.000$) memiliki hubungan signifikan dengan manajemen diri, sedangkan pendidikan ($p=0.406$) dan pekerjaan

($p=0.201$) tidak memiliki hubungan yang signifikan dengan manajemen diri pada penderita hipertensi

Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki manajemen diri yang baik, yaitu 49 responden (54,4%), sedangkan 41 responden (45,6%) masih memiliki manajemen diri kurang. Temuan ini menunjukkan bahwa sebagian penderita hipertensi telah mampu mengelola penyakitnya secara mandiri melalui kepatuhan pengobatan, pengaturan pola makan, dan kontrol kesehatan rutin. Menurut teori Dahlgren and Whitehead Model dan Individual and Family Self-Management Theory, manajemen diri dipengaruhi oleh faktor individu, dukungan keluarga, serta lingkungan sosial yang berperan dalam mendukung perilaku kesehatan penderita hipertensi. Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian (Shella dkk, 2024) yang menyatakan bahwa sebagian besar penderita hipertensi memiliki kemampuan manajemen diri yang baik dalam berbagai aspek pengendalian penyakit. Penelitian (susi *et al.*, 2022) di Puskesmas Kassi-Kassi Makassar juga menunjukkan bahwa responden umumnya berada pada kategori cukup hingga baik dalam mengelola hipertensi. Kesamaan hasil ini menunjukkan bahwa pada kelompok usia produktif, kemampuan manajemen diri penderita hipertensi cenderung berada pada kategori cukup hingga baik.

Menurut analisis peneliti, meskipun mayoritas responden telah memiliki manajemen diri yang baik, masih terdapat responden dengan manajemen diri kurang sehingga diperlukan peningkatan edukasi kesehatan, konseling, serta dukungan berkelanjutan dari tenaga kesehatan dan keluarga. Secara keseluruhan, hasil penelitian ini mendukung teori Dahlgren and Whitehead Model dan Individual and Family Self-Management Theory yang menyatakan bahwa perilaku kesehatan dipengaruhi oleh faktor individu dan lingkungan sosial dalam membentuk manajemen diri penderita hipertensi.

Hubungan *Self-Efficacy* dengan Manajemen Diri pada Penderita Hipertensi

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki self-efficacy yang baik. Kondisi ini mengindikasikan bahwa penderita hipertensi di wilayah penelitian umumnya memiliki keyakinan diri yang cukup dalam menjalankan pengelolaan penyakitnya, seperti pengaturan pola makan, kepatuhan minum obat, serta kontrol tekanan darah secara rutin. Self-efficacy yang baik menjadi modal penting dalam membentuk perilaku kesehatan yang positif dan berkelanjutan. Temuan analisis bivariat menunjukkan adanya kecenderungan hubungan antara self-efficacy dan manajemen diri. Responden dengan self-efficacy yang baik lebih banyak menunjukkan manajemen diri yang optimal, sedangkan responden dengan self-efficacy yang rendah cenderung memiliki manajemen diri yang kurang.

Hal ini menggambarkan bahwa keyakinan individu terhadap kemampuannya berperan penting dalam menentukan keberhasilan pengelolaan penyakit hipertensi sehari-hari. Secara statistik, hubungan tersebut terbukti signifikan dengan nilai p-value 0,030 ($p < 0,05$). Artinya, self-efficacy memiliki keterkaitan yang bermakna dengan manajemen diri pada penderita hipertensi. Semakin tinggi self-efficacy yang dimiliki individu, maka semakin besar pula kemampuannya dalam mengatur perilaku kesehatan secara konsisten. Hasil ini sejalan dengan teori kognitif sosial yang menekankan bahwa keyakinan diri merupakan faktor kunci dalam perubahan dan pemeliharaan perilaku kesehatan.

Penelitian terdahulu terbaru secara konsisten menunjukkan bahwa self-efficacy berhubungan dengan kemampuan manajemen diri pada pasien hipertensi. Penelitian tahun 2024 melaporkan bahwa peningkatan self-efficacy melalui edukasi kesehatan dapat memperbaiki perilaku perawatan diri pasien, termasuk kepatuhan minum obat dan pengendalian tekanan darah. Studi lain juga menemukan bahwa pasien dengan self-efficacy tinggi cenderung memiliki self-management yang lebih baik dibandingkan mereka yang memiliki self-efficacy rendah (Upoyo et al., 2024). Selain itu, self-efficacy tidak hanya berpengaruh pada pengelolaan penyakit, tetapi juga berdampak pada kualitas hidup pasien hipertensi. Penelitian tahun 2023 turut memperkuat temuan ini dengan menunjukkan adanya hubungan signifikan antara self-efficacy dan self-care, terutama dalam aspek diet, aktivitas fisik, dan kepatuhan pengobatan. Secara umum, berbagai hasil penelitian tersebut menegaskan bahwa self-efficacy merupakan faktor penting dalam keberhasilan manajemen diri pada penderita hipertensi (Rantepadang & Hadibrata, 2023).

Responden dengan self-efficacy yang baik lebih mampu menjalankan anjuran kesehatan seperti diet, minum obat teratur, dan kontrol tekanan darah karena memiliki keyakinan diri yang tinggi. Sebaliknya, self-efficacy yang rendah membuat manajemen diri kurang optimal akibat kurangnya kepercayaan diri. Secara umum, hasil penelitian menunjukkan bahwa self-efficacy berhubungan dengan manajemen diri pada penderita hipertensi dan berperan penting dalam keberhasilan pengelolaan penyakit kronis.

Hubungan Dukungan Keluarga dengan Manajemen Diri pada Penderita Hipertensi

Sebagian besar responden memiliki dukungan keluarga yang baik (73,3%). Responden dengan dukungan keluarga baik lebih banyak menunjukkan manajemen diri yang baik, sedangkan yang dukungan keluarganya kurang cenderung memiliki manajemen diri yang kurang. Hasil uji statistik menunjukkan adanya hubungan signifikan antara dukungan keluarga dan manajemen diri pada penderita hipertensi ($p = 0,000$). Secara teori, dukungan keluarga

sebagai bagian dari lingkungan sosial berperan penting dalam membentuk dan mempertahankan perilaku kesehatan, karena dapat meningkatkan motivasi, kepatuhan, dan kemampuan individu dalam mengelola penyakit kronis.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Dewi *et al.*, (2022) menemukan adanya hubungan signifikan antara dukungan keluarga dan manajemen diri penderita hipertensi. Penelitian Aty *et al.*, (2022) juga melaporkan bahwa dukungan keluarga berhubungan signifikan dengan manajemen diri pasien hipertensi ($p = 0,02$). Konsistensi hasil ini menunjukkan bahwa dukungan keluarga merupakan faktor eksternal yang berperan penting dalam meningkatkan keberhasilan pengelolaan hipertensi.

Sebuah teori terbaru menjelaskan bahwa manajemen diri pada penyakit kronis, termasuk hipertensi, dipengaruhi oleh interaksi antara individu dan lingkungan sosialnya, terutama keluarga. Dalam pendekatan *self-management* modern berbasis dukungan sosial, keluarga dipandang sebagai bagian penting yang dapat memperkuat motivasi, kepatuhan, dan kemampuan pasien dalam menjalankan perawatan diri secara berkelanjutan (Li *et al.*, 2025). Dukungan keluarga yang baik membantu pasien lebih disiplin dalam minum obat, mengatur pola makan, dan melakukan kontrol kesehatan (Konlan & Shin, 2023). Selain itu, keterlibatan keluarga secara aktif juga terbukti dapat meningkatkan kemampuan pasien dalam mengelola penyakitnya. Dengan demikian, dukungan keluarga menjadi salah satu faktor kunci yang berperan dalam keberhasilan manajemen diri pada penderita hipertensi (Hamedani *et al.*, 2021).

Menurut analisis peneliti, responden yang mendapatkan dukungan keluarga yang baik cenderung lebih teratur dalam mengonsumsi obat, menjaga pola makan, serta melakukan pemeriksaan kesehatan secara rutin. Dukungan tersebut memberikan motivasi dan rasa tanggung jawab dalam menjalankan pengelolaan penyakit. Sebaliknya, kurangnya dukungan keluarga dapat menyebabkan responden kurang disiplin dalam menjalankan manajemen diri. Secara keseluruhan, hasil penelitian ini mendukung hipotesis bahwa terdapat hubungan antara dukungan keluarga dengan manajemen diri pada penderita hipertensi. Dukungan keluarga terbukti menjadi faktor sosial yang berperan penting dalam membentuk dan mempertahankan perilaku manajemen diri pada penyakit kronis.

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan. Pertama, desain penelitian yang digunakan bersifat *cross-sectional* sehingga hubungan antar variabel hanya dapat menggambarkan asosiasi pada satu waktu tanpa dapat menjelaskan hubungan sebab akibat. Kedua, pengumpulan data menggunakan kuesioner *self-report* sehingga memungkinkan adanya bias jawaban dari responden, seperti kecenderungan memberikan jawaban yang dianggap baik secara sosial. Ketiga, penelitian ini hanya dilakukan pada satu wilayah

puskesmas sehingga hasilnya belum dapat digeneralisasikan untuk populasi yang lebih luas. Selain itu, faktor lain yang dapat memengaruhi manajemen diri penderita hipertensi seperti tingkat pengetahuan, akses layanan kesehatan, dan kondisi psikologis tidak diteliti secara mendalam.

5. KESIMPULAN DAN SARAN

Penelitian ini menyimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara self-efficacy dan dukungan keluarga dengan manajemen diri pada penderita hipertensi, sedangkan pendidikan dan pekerjaan tidak menunjukkan hubungan yang signifikan. Responden dengan self-efficacy dan dukungan keluarga yang baik cenderung memiliki kemampuan manajemen diri yang lebih optimal dibandingkan dengan yang kurang. Oleh karena itu, disarankan agar tenaga kesehatan di pelayanan primer lebih mengoptimalkan edukasi dan konseling untuk meningkatkan self-efficacy serta melibatkan keluarga secara aktif dalam perawatan pasien hipertensi, pasien diharapkan meningkatkan kemandirian dalam pengelolaan penyakit melalui kepatuhan terhadap pengobatan dan perubahan gaya hidup, serta peneliti selanjutnya dapat mengembangkan penelitian dengan menambahkan variabel lain yang berpengaruh dan menggunakan desain penelitian yang lebih kuat seperti longitudinal.

DAFTAR REFERENSI

- Aty, Y. M. V. B., Suni, M. I. L., Gonsalves, D., Sambriang, M., & Elfi, T. (2022). Hubungan Dukungan Keluarga dengan Manajemen Diri Penyakit Hipertensi di Puskesmas Sikumana Kecamatan Maulafa Kota Kupang. *Bima Nursing Journal*, 4(1), 39–46.
- Dewi, O.P.K., Kristiyawati, S.P., & Victoria, A. Z. (2022). *Hubungan Dukungan Keluarga dan Penerimaan Diri Terhadap Self Management Mahasiswa Prodi S-1 Keperawatan , STIKES Telogorejo , Semarang , Indonesia . Dosen Prodi S-1 Keperawatan , STIKES Telogorejo , Semarang , Indonesia . Info Artikel Menerima : 12 Mei 20. 1(1).*
- Durra Sadrina Hasan & Tamaulina Br. Sembiring (2024). Mengetahui Penyakit Tekanan Darah Tinggi (Hipertensi). *DIAGNOSA: Jurnal Ilmu Kesehatan dan Keperawatan*, 2(3). <https://doi.org/10.59581/diagnosa-widyakarya.v2i3.3944>
- Eslamimehr, F., Hosseini, Z., Aghamolaei, T., Nikparvar, M., & Ghanbarnejad, A. (2024). Predictors of self-care behaviors in patients with hypertension: The integrated model of theories of “planned behavior” and “protection motivation.” *Journal of Education and Health Promotion*, 13(1), 213.
- Hamedani, M. A., Salar, A., & Kermansaravi, F. (2021). Effect of family-centered empowerment model on quality of life of patients with hypertension. *Medical-Surgical Nursing Journal*, 10(10).
- Husna, A. (2023). *Hubungan karakteristik demografi dengan self management hipertensi pada lansia di desa u baroh kecamatan cot girek kabupaten aceh utara.*

- Irfan, M., Mujiarahmah, E., Iriyanti, R., & Fadillah, N. A. (2021). Edukasi Hipertensi Kepada Masyarakat Desa Pemurus Rt 002 Secara Daring Menggunakan Media Audio Visual. *SELAPARANG Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*, 4(3), 521. <https://doi.org/10.31764/jpmb.v4i3.4796>
- Kemenkes. (2023). Survei Kesehatan Indonesia 2023 (SKI). *Kemenkes*, 235.
- Kemenkes RI. (2024). *Factsheet PTM 2024*.
- Khasanah, U., Kelliat, B. A., Afiyanti, Y., Besral, B., & Sari, D. W. (2024). The problems and needs of self-management among Indonesian older adults with hypertension: a qualitative study. *SAGE Open Nursing*, 10, 23779608241282916.
- Konlan, K. D., & Shin, J. (2023). Determinants of self-care and home-based management of hypertension: an integrative review. *Global Heart*, 18(1), 16.
- Kreutz, R., Brunström, M., Burnier, M., Grassi, G., Januszewicz, A., Muiesan, M. L., Tsioufis, K., de Pinho, R. M., Albin, F. L., Boivin, J.-M., & others. (2024). 2024 European Society of Hypertension clinical practice guidelines for the management of arterial hypertension. *European Journal of Internal Medicine*, 126, 1–15.
- Leiwakabessy, et al. (2025). Identifikasi Tekanan Darah Tinggi pada Warga Binaan Rumah Tahanan Kelas II B Masohi Tahun 2025. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 6(1). <https://doi.org/10.55606/nusantara.v6i1.7404>
- Li, J., Zhang, J., Wang, Y., Zhang, H., & Ma, Y. (2025). Does social support improve self-management among rural hypertensive patients? An empirical analysis based on generalized propensity score matching. *Frontiers in Public Health*, 12, 1445946.
- Merlis, S., & Alfiah. (2022). Hubungan Antara Lama Menderita Hipertensi dan Motivasi Berobat Dengan Kepatuhan Minum Obat Pada Penderita Hipertensi. *Nursing Inside Community*, 5(1), 1–5.
- Rantepadang, A., & Hadibrata, B. E. S. (2023). Self-Efficacy dan self-care management pada penderita hipertensi. *Klabat Journal of Nursing*, 5(1), 67–73.
- Rofingatul Hasanah, et al. (2023). GAMBARAN AKTIVITAS FISIK LANSIA PENDERITA HIPERTENSI DI PUSKESMAS SIMPANG TIGA. *Jurnal Ilmu Kesehatan dan Gizi*, 1(1). <https://doi.org/10.55606/jikg.v1i1.831>
- September, N., Kesmas, J., Jkmj, J., Susanti, S., Bujawati, E., Aulia, R., Sadarang, I., Ihwana, D., & Barru, K. (2022). Hubungan Self Efficacy dengan Manajemen Diri Penderita Hipertensi Di Puskesmas Kassi-Kassi Kota Makassar Tahun 2022 *Relationship of Self Efficacy with Self Management of Hypertension Patients at Kassi-Kassi Health Center Makassar City in 2022 Program Stud.* 6(2), 48–58.
- Shella, R. N., Hasnur, H., & Ichwansyah, F. (2024). Puskesmas Krueng Barona Jaya Kecamatan Krueng Barona Jaya Kabupaten Aceh Besar tahun 2023. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 5, 513–521.
- Tata Azzalia Khairan (2026). Upaya Penanganan Hipertensi dalam Kesehatan Masyarakat. *Inovasi Kesehatan Global*, 3(2). <https://doi.org/10.62383/ikg.v3i2.3055>
- Upoyo, A. S., Sari, Y., Taufik, A., Anam, A., & Kuswati, A. (2024). The effect of online group education on promoting knowledge, motivation, self-efficacy, self-care behaviors and preventing uncontrolled blood pressure in hypertensive patients: a quasi-experiment study. *SAGE Open Nursing*, 10, 23779608241299290.

Zhao, J., Hu, Y., Zhang, X., Zhang, G., Lin, M., Chen, X., Lin, X., & Wang, X. (2020). Efficacy of empowerment strategies for patients with hypertension: A systematic review and meta-analysis. *Patient Education and Counseling*, *103*(5), 898–907.