

Hubungan *self-management* dengan tekanan darah pada pasien hipertensi

The relationship between self-management and blood pressure in hypertension patients

Fitriani^{1*}, Titi Iswanti Afelya², Diyah Astuti Nurfa'izah¹

¹Program Studi Profesi Ners, Fakultas Kedokteran Universitas Cenderawasih, Jayapura, Indonesia

²Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Kedokteran, Universitas Cenderawasih, Jayapura, Indonesia

Abstrak

Article history

Received date: 24 September 2025

Revised date: 28 Oktober 2025

Accepted date: 21 November 2025

*Corresponding author:

Fitriani,
Universitas Cenderawasih,
Jayapura, Indonesia,
fitrianhy2512@gmail.com

Self-management merupakan komponen penting dalam pengelolaan hipertensi untuk menjaga tekanan darah tetap terkontrol dan mencegah terjadinya komplikasi. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara *self-management* dan tekanan darah pada pasien hipertensi di Kota Jayapura. Penelitian menggunakan desain analitik korelasional dengan pendekatan *cross-sectional*. Penelitian dilaksanakan pada Mei–Juli 2025 di tiga puskesmas di Kota Jayapura dengan jumlah sampel 80 responden yang dipilih menggunakan teknik *accidental sampling*. *Self-management* diukur menggunakan *Hypertension Self-Management Behavior Questionnaire* (HSMBQ) yang telah tervalidasi, sedangkan tekanan darah diukur menggunakan sfigmomanometer digital. Analisis data dilakukan menggunakan uji Chi-Square. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki *self-management* kategori baik (47,5%), dengan tekanan darah sistolik dan diastolik dominan pada kategori hipertensi derajat I (masing-masing 42,5% dan 38,8%). Hasil analisis bivariat menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara *self-management* dan tekanan darah pada pasien hipertensi ($p = 0,001$). Penelitian ini menyimpulkan bahwa *self-management* berhubungan dengan tingkat tekanan darah pada pasien hipertensi, sehingga penguatan *self-management* melalui edukasi dan pendampingan berkelanjutan perlu dilakukan untuk mendukung pengendalian tekanan darah secara optimal.

Kata Kunci : *Self-management*, hipertensi, tekanan darah

Abstract

Self-management is a crucial component in hypertension management to maintain controlled blood pressure and prevent complications. This study aimed to analyze the relationship between self-management and blood pressure among hypertensive patients in Jayapura City. This study employed an analytical correlational design with a cross-sectional approach. The research was conducted from May to July 2025 at three community health centers in Jayapura City, involving 80 respondents selected using accidental sampling. Self-management was measured using the validated Hypertension Self-Management Behavior Questionnaire (HSMBQ), while blood pressure was measured using a digital sphygmomanometer. Data were analyzed using the Chi-square test. The results showed that most respondents had good self-management (47.5%), with systolic and diastolic blood pressure predominantly classified as stage I hypertension (42.5% and 38.8%, respectively). Bivariate analysis demonstrated a significant relationship between self-management and blood pressure among hypertensive patients ($p = 0.001$). Self-management is significantly associated with blood pressure levels in hypertensive patients, highlighting the need for strengthening self-management through continuous education and support to achieve optimal blood pressure control.



Copyright: © 2025 by the authors.
This is an open access article
distributed under the terms and
conditions of the CC BY-SA 4.0.

Keywords : *Self-management*, hypertension, blood pressure

PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan penyakit kronik yang dapat menimbulkan komplikasi dan kematian, namun sering tidak bergejala sehingga banyak penderita tidak menyadari kondisinya (Fernalia et al., 2019). Hipertensi ditandai oleh tekanan darah sistolik ≥ 140 mmHg dan/atau tekanan darah diastolik ≥ 90 mmHg. Selain hipertensi primer, kondisi ini juga dapat bersifat sekunder, antara lain berkaitan dengan penyakit ginjal dan kelainan jantung tertentu (Fernalia et al., 2019). Secara global, prevalensi hipertensi pada tahun 2019 dilaporkan mencapai 33,1% (World Health Organization, 2024). Di Indonesia, prevalensi hipertensi sekitar 30,8% pada penduduk usia ≥ 18 tahun berdasarkan hasil pengukuran tekanan darah. Di Provinsi Papua, angka kejadian hipertensi dilaporkan sebesar 25,8% pada tahun 2023 (Kementerian Kesehatan, 2023).

Tingginya prevalensi hipertensi memerlukan perhatian karena hipertensi merupakan faktor risiko utama terjadinya gangguan kardiovaskular dan penyakit ginjal kronik. Upaya deteksi dini dan pencegahan perlu dilakukan untuk menurunkan risiko komplikasi (Sonia et al., 2023). Pengelolaan hipertensi meliputi konsumsi obat secara rutin serta penerapan pola hidup sehat untuk mencegah komplikasi kardiovaskular dan ginjal akibat tekanan darah yang tidak terkontrol (Sonia et al., 2023). Pengendalian tekanan darah berkontribusi dalam menurunkan morbiditas dan mortalitas akibat hipertensi (Ameliani et al., 2023). Kepatuhan minum obat merupakan salah satu determinan penting dalam pengendalian tekanan darah, namun pengelolaan diri melalui perubahan gaya hidup dan aktivitas juga memiliki peranan yang signifikan (Sonia et al., 2023).

Self-management merupakan kemampuan individu dalam mengelola penyakit kronik melalui perilaku kesehatan yang mendukung pengendalian gejala dan pencegahan komplikasi (Mulyati et al., 2013; Akhter, 2010). Penerapan *self-management* yang baik membantu pasien dan keluarga dalam mempertahankan kesehatan serta mencegah komplikasi akibat tekanan darah yang tidak terkontrol (Ameliani et al., 2023; Sonia et al., 2023). *Self-management* pada pasien hipertensi diperlukan untuk mencegah penurunan kondisi kesehatan yang berulang (Fernalia et al., 2019). Seiring waktu, pemeliharaan kesehatan yang konsisten melalui *self-management* dapat membantu mengontrol tekanan darah. Kemampuan *self-management* pasien hipertensi dilaporkan berhubungan dengan hasil klinis, termasuk tekanan darah (Rantetondok et al., 2024). *Self-management* mencakup beberapa komponen yang saling berkaitan, yaitu integritas diri, regulasi diri, kepatuhan terhadap pengobatan, pemantauan tekanan darah, serta interaksi dengan tenaga kesehatan (Sonia et al., 2023).

Studi sebelumnya di Kota Jayapura menunjukkan bahwa *self-management* pasien hipertensi berada pada kategori baik, namun masih ditemukan perilaku yang belum optimal, seperti tidak membatasi konsumsi makanan tinggi natrium, tidak berhenti merokok, dan tidak menghentikan konsumsi alkohol (Fitriani & Afelya, 2023). Penelitian tersebut masih berfokus pada aspek deskriptif, sehingga diperlukan kajian lanjutan untuk menganalisis hubungan antara *self-management* dan tekanan darah. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan *self-management* dengan tekanan darah pada pasien hipertensi.

METODE

Desain

Penelitian ini merupakan penelitian analitik korelasional dengan pendekatan *cross-sectional*. Penelitian dilaksanakan pada bulan Mei hingga Juli 2025 di tiga fasilitas pelayanan kesehatan tingkat pertama di Kota Jayapura, yaitu Puskesmas Kotaraja, Puskesmas Abepura, dan Puskesmas Abepantai. Pemilihan lokasi penelitian didasarkan pada tingginya kasus hipertensi serta kemudahan aksesibilitas pasien di wilayah tersebut.

Sampel

Jumlah sampel penelitian sebanyak 80 responden yang ditentukan menggunakan rumus Cochran. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *accidental sampling*, yaitu pemilihan responden yang memenuhi kriteria penelitian dan hadir pada saat pengumpulan data berlangsung. Kriteria inklusi meliputi pasien berusia ≥ 18 tahun, terdiagnosis hipertensi selama lebih dari satu tahun, dan bersedia menjadi responden. Kriteria eksklusi meliputi pasien dengan penyakit penyerta berat serta pasien yang menolak berpartisipasi. Responden dipilih dari pasien yang berkunjung ke lokasi penelitian dan ditetapkan sebagai sampel apabila memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi.

Variabel penelitian

Variabel independen dalam penelitian ini adalah *self-management*, yang diklasifikasikan ke dalam tiga kategori, yaitu baik (skor 120–160), cukup (skor 100–119), dan kurang (skor ≤ 99). Variabel dependen adalah tekanan darah responden, yang meliputi tekanan darah sistolik dan diastolik. Kategori tekanan darah mengacu pada klasifikasi WHO (2023), yaitu normal (sistolik <120 mmHg dan diastolik <80 mmHg), prehipertensi (sistolik 120–139 mmHg dan diastolik 80–89 mmHg), hipertensi derajat I (sistolik 140–159 mmHg dan diastolik 90–99 mmHg), serta hipertensi derajat II (sistolik ≥ 160 mmHg dan diastolik ≥ 100 mmHg).

Pengumpulan data

Instrumen yang digunakan untuk mengukur variabel *self-management* adalah *hypertension self-management behavior questionnaire* (HSMBQ) yang terdiri dari 40 butir pertanyaan, meliputi 13 item integritas diri, 9 item regulasi diri, 9 item integrasi dengan tenaga kesehatan, 4 item pemantauan tekanan darah, dan 5 item kepatuhan terhadap anjuran. Kuesioner ini telah dialihbahasakan ke dalam bahasa Indonesia dan dinyatakan valid dengan nilai r-hitung berkisar antara 0,375–0,781 serta reliabel dengan nilai Cronbach's alpha sebesar 0,949.

Pengukuran tekanan darah dilakukan menggunakan sfigmomanometer digital merek TensiOne yang telah dikalibrasi sebelum digunakan. Pengumpulan data dilakukan secara langsung oleh peneliti. Setiap responden terlebih dahulu diberikan penjelasan penelitian dan diminta menandatangani lembar *informed consent*. Selanjutnya dilakukan pengukuran tekanan darah, kemudian responden diminta mengisi kuesioner penelitian. Pengukuran tekanan darah dilakukan pada pagi hari saat responden datang ke fasilitas pelayanan kesehatan.

Analisis data

Analisis data dilakukan menggunakan perangkat lunak SPSS versi 25. Analisis univariat digunakan untuk menggambarkan distribusi frekuensi dan persentase karakteristik responden serta variabel penelitian. Analisis

bivariat dilakukan untuk mengetahui hubungan antara *self-management* dan tekanan darah menggunakan uji Chi-Square dengan tingkat kepercayaan 95% ($\alpha = 0,05$).

Etika Penelitian

Penelitian ini telah memperoleh persetujuan dari Komite Etik Penelitian Kesehatan Poltekkes Kemenkes Jayapura dengan nomor 069/KEPK-J/VI/2025. Seluruh responden memberikan persetujuan tertulis sebelum berpartisipasi. Kerahasiaan data dijaga dengan menggunakan kode numerik pada setiap responden selama proses pengumpulan dan analisis data.

HASIL

Tabel 1. Karakteristik responden (n=80)

Karakteristik	n	%
Usia		
Dewasa (18 – 59 tahun)	42	52,2
Lansia (≥ 60 tahun)	38	47,2
Pendidikan		
Tidak Sekolah	3	3,8
Sekolah dasar	17	21,3
Sekolah menengah pertama	25	31,3
Sekolah menengah atas	28	35,0
Perguruan tinggi	7	8,8
Jenis kelamin		
Laki-laki	15	18,8
Perempuan	65	81,3
Status perkawinan		
Menikah	77	96,3
Belum menikah	3	3,8
Pekerjaan		
Pensiunan	8	10
Aparatur sipil negara (PNS/TNI/Polri)	4	5
Karyawan swasta	6	7,5
Wiraswasta	6	7,5
Ibu rumah tangga	55	68,8
Tidak bekerja	1	1,3
Lama Terdiagnosis		
<5 tahun	28	35
≥ 5 tahun	52	65

Tabel 1 menyajikan karakteristik responden penelitian sebanyak 80 pasien hipertensi. Berdasarkan kelompok usia, responden sebagian besar berada pada kategori dewasa (18–59 tahun) sebanyak 42 orang (52,2%), sedangkan lansia (≥ 60 tahun) sebanyak 38 orang (47,5%). Tingkat pendidikan terakhir responden didominasi oleh lulusan sekolah menengah atas (35,0%), diikuti sekolah menengah pertama (31,3%) dan sekolah dasar (21,3%). Mayoritas responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 65 orang (81,3%), hampir seluruhnya berstatus menikah (96,3%). Berdasarkan pekerjaan, sebagian besar responden merupakan ibu rumah tangga (68,8%). Lama terdiagnosis hipertensi menunjukkan bahwa mayoritas responden telah menderita hipertensi selama ≥ 5 tahun (65,0%).

Tabel 2. Distribusi *self-management* dan tekanan darah (n=80)

Karakteristik	n	%
<i>Self management</i>		
Baik	38	47,5
Cukup	13	16,3
Kurang	29	36,3
Tekanan darah sistolik		
Normal	2	2,5
Pre hipertensi	31	38,8
Hipertensi derajat I	34	42,5
Hipertensi derajat II	13	16,3
Tekanan darah diastolik		
Normal	12	15
Pre hipertensi	28	35
Hipertensi derajat I	31	38,8
Hipertensi derajat II	9	11,3

Tabel 2 menunjukkan distribusi tingkat self-management dan kategori tekanan darah responden. Hampir setengah responden memiliki self-management dalam kategori baik (47,5%), sementara 36,3% berada pada kategori kurang dan 16,3% pada kategori cukup. Berdasarkan tekanan darah sistolik, sebagian besar responden berada pada kategori hipertensi derajat I (42,5%), diikuti prehipertensi (38,8%). Sementara itu, tekanan darah diastolik juga didominasi oleh kategori hipertensi derajat I (38,8%) dan prehipertensi (35,0%).

Tabel 3. Hubungan *self-management* dengan tekanan darah

Tekanan darah	Self-management	Normal, n (%)	Prehipertensi, n (%)	Hipertensi I, n (%)	Hipertensi II, n (%)	Nilai p
Sistolik	Baik	2 (2,5)	24 (30,0)	11 (13,7)	1 (1,3)	0,001
	Cukup	0 (0,0)	4 (5,0)	7 (8,7)	2 (2,5)	
	Kurang	0 (0,0)	3 (3,7)	16 (20,0)	10 (12,5)	
Diastolik	Baik	5 (6,2)	23 (28,8)	9 (11,3)	1 (1,3)	0,001
	Cukup	3 (3,7)	4 (5,0)	4 (5,0)	2 (2,5)	
	Kurang	4 (5,0)	1 (1,3)	18 (22,5)	6 (7,5)	

Tabel 3 menunjukkan bahwa pada kelompok dengan *self-management* baik, sebagian besar responden berada pada kategori tekanan darah sistolik prahipertensi (30,0%) dan hipertensi derajat I (13,7%), serta tekanan darah diastolik prahipertensi (28,8%). Sebaliknya, pada kelompok dengan *self-management* kurang, proporsi responden lebih banyak ditemukan pada kategori hipertensi derajat I dan II, baik pada tekanan darah sistolik (20,0% dan 12,5%) maupun diastolik (22,5% dan 7,5%). Uji statistik menunjukkan adanya hubungan yang bermakna antara *self-management* dengan tekanan darah sistolik dan diastolik ($p = 0,001$), yang mengindikasikan bahwa perbedaan tingkat *self-management* berkaitan dengan variasi tingkat tekanan darah pada pasien hipertensi.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa hampir setengah responden memiliki *self-management* dalam kategori baik. Temuan ini menggambarkan bahwa sebagian pasien hipertensi telah mampu menerapkan perilaku pengelolaan diri dalam kehidupan sehari-hari sebagai upaya mengendalikan tekanan darah. Hasil ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang melaporkan bahwa mayoritas pasien hipertensi memiliki tingkat *self-management* yang baik (Fitriani & Afelya, 2023; Ameliani et al., 2023). *Self-management* yang efektif berperan dalam meningkatkan pengetahuan, keterampilan, dan motivasi pasien untuk mengenali masalah kesehatan, merencanakan tindakan, serta mengevaluasi keberhasilan pengelolaan penyakit secara mandiri (Adriani et al., 2021).

Meskipun demikian, masih ditemukan proporsi responden dengan *self-management* yang kurang, yang mencerminkan adanya variasi kemampuan pengelolaan diri antar pasien. Variasi ini dapat dipengaruhi oleh faktor usia, pekerjaan, dan lama menderita hipertensi (Fitriani et al., 2024). Dalam penelitian ini, lansia cenderung memiliki *self-management* yang lebih baik dibandingkan kelompok usia dewasa, yang dapat dikaitkan dengan pengalaman hidup dan adaptasi yang lebih panjang terhadap penyakit kronis. Selain itu, responden dengan lama terdiagnosa hipertensi ≥ 5 tahun menunjukkan kecenderungan *self-management* yang lebih baik, sejalan dengan temuan bahwa durasi penyakit berhubungan dengan peningkatan kesiapan dan kemampuan pasien dalam mengelola kondisi kesehatannya (Tursina et al., 2022).

Terkait tekanan darah, sebagian besar responden berada pada kategori hipertensi derajat I, baik pada tekanan darah sistolik maupun diastolik. Temuan ini konsisten dengan penelitian Azizah et al. (2022) yang melaporkan bahwa hipertensi derajat I merupakan kategori yang paling sering ditemukan pada pasien hipertensi di layanan kesehatan primer. Usia dan jenis kelamin diduga turut berperan dalam distribusi ini. Mayoritas responden merupakan perempuan dan berada pada rentang usia dewasa hingga lansia, kelompok yang secara fisiologis rentan mengalami peningkatan tekanan darah akibat perubahan hormonal dan penurunan elastisitas pembuluh darah (Sonia et al., 2023; Tursina et al., 2022).

Analisis hubungan menunjukkan adanya keterkaitan yang bermakna antara *self-management* dengan tekanan darah sistolik dan diastolik. Hasil ini mengindikasikan bahwa perbedaan tingkat *self-management* berasosiasi dengan variasi tingkat tekanan darah pada pasien hipertensi. Temuan ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang melaporkan hubungan signifikan antara perilaku *self-management* dan pengendalian tekanan darah (Ameliani et al., 2023; Azizah et al., 2022). *Self-management* yang lebih baik umumnya berkaitan dengan tekanan darah yang lebih terkendali, meskipun hubungan ini bersifat asosiatif dan tidak menunjukkan hubungan sebab-akibat secara langsung.

Secara konseptual, *self-management* mencakup integritas diri, regulasi diri, interaksi dengan tenaga kesehatan, pemantauan tekanan darah, dan kepatuhan terhadap anjuran pengobatan (Akhter, 2010). Namun, temuan penelitian ini juga menunjukkan bahwa *self-management* yang tergolong baik tidak selalu diikuti oleh tekanan darah normal. Analisis respons kuesioner mengindikasikan bahwa beberapa komponen gaya hidup, seperti pembatasan konsumsi garam dan aktivitas fisik teratur, belum dijalankan secara optimal oleh sebagian responden. Hal ini menunjukkan bahwa keberhasilan *self-management* sangat bergantung pada keterpaduan

seluruh komponennya, bukan hanya pada kepatuhan pengobatan semata (Lestari & Isnaini, 2018; Sonia et al., 2023).

Selain faktor perilaku, usia lanjut juga menjadi faktor yang membatasi optimalisasi pengendalian tekanan darah melalui *self-management*. Proses penuaan menyebabkan perubahan struktural dan fungsional pembuluh darah yang tidak sepenuhnya dapat dikompensasi oleh perilaku kesehatan. Oleh karena itu, pengelolaan hipertensi pada populasi ini memerlukan pendekatan komprehensif yang mengombinasikan intervensi medis dengan penguatan *self-management*, dukungan keluarga, serta pendampingan berkelanjutan dari tenaga kesehatan.

IMPLIKASI DAN KETERBATASAN

Temuan ini dapat dimanfaatkan untuk pelayanan khususnya bagi pasien hipertensi. pasien dapat mengetahui bahwa pengontrolan tekanan darah dapat dilakukan dengan *self management* yang baik. Demikian pula dalam bidang keperawatan, dalam praktik keperawatan informasi ini dapat menjadi referensi saat perencanaan asuhan keperawatan untuk pasien hipertensi agar tekanan darah tetap terkontrol. Untuk bidang keilmuan, hasil studi berimplikasi terhadap ilmu keperawatan komunitas dan promosi kesehatan dalam memberikan gambaran pemberian edukasi kesehatan pada pasien hipertensi.

Keterbatasan dalam penelitian ini adalah *self-management* diukur hanya dengan menganalisis jawaban responden dengan kuesioner tanpa adanya validasi tambahan melalui wawancara dan pengamatan langsung terhadap perilaku responden.

KESIMPULAN

Hasil penelitian menemukan adanya hubungan antara *self-management* dengan tekanan darah yang dimiliki pasien hipertensi. Semakin baik *self-management* maka semakin rendah kategori tekanan darah. *Self-management* yang baik dapat lebih ditingkatkan dengan kegiatan edukasi oleh tenaga kesehatan, sehingga perilaku pengontrolan tekanan darah dapat terwujud. Penelitian lanjutan dapat melibatkan pengamatan langsung dan wawancara untuk mendapatkan hasil yang lebih dalam tentang *self-management* pada pasien hipertensi.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih atas dukungan dana penelitian dari Fakultas Kedokteran Universitas Cenderawasih pada tahun 2025.

REFERENSI

- Adriani, S. W., Bafadhal, R. N., & Mahudeh. (2021). Efektivitas Self-Management Program Terhadap Manajemen Diri Klien Hipertensi. *Jl-Kes (Jurnal Ilmu Kesehatan)*, 5(1), 57–63.
- Akhter, N. (2010). *Self Management Among Patient With Hypertension in Bangladesh*. Prince Of Songkla University.
- Ameliani, I., Sartika, I., & Rohmah, M. (2023). Hubungan Self Management Behavior Dengan Tekanan Darah Pada Penderita hipertensi Di Rumah Sakit An-Nisa. *Riset Media Keperawatan*, 7(2), 55–64.
- Azizah, A., Padoli, P., & Suwito, J. (2022). Hubungan Self Management Dengan Tekanan Darah Pada Klien Hipertensi Di Desa Jantiganggong Perak Kabupaten Jombang. *Jurnal Keperawatan*, 16(3), 115–124.
- Fernalia, Busrat, & Jumaiyah, W. (2019). Efektivitas Metode Edukasi Audio Visual Terhadap Self Management Pada Pasien Hipertensi. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 3, 221–233.
- Fitriani, & Afelya, T. I. (2023). Exploration Of Self Management Of Hypertension Patients In The City Of Jayapura. *Journal Of Islamic Nursing*, 8(December), 36–40.
- Fitriani, Afelya, T. I., & Nurfa'izah, D. A. (2024). Faktor yang mempengaruhi Self-Management Penderita Hipertensi. *Jurnal Keperawatan Tropis Papua*, 07(2), 141–146.
- Kesehatan, K. (2023). Survei Kesehatan Indonesia (SKI). In *Kementrian Kesehatan*.
- Lestari, I. G., & Isnaini, N. (2018). Pengaruh Self Management Terhadap Tekanan Darah Lansia Yang Mengalami Hipertensi. *Indonesian Journal for Health Sciences*, 2(1), 7. <https://doi.org/10.24269/ijhs.v2i1.725>
- Mulyati, L., Yetti, K., Sukmarini, L., Tinggi, S., Kesehatan, I., Keperawatan, F. I., & Indonesia, U. (2013). Analisis Faktor yang Mempengaruhi Self Management Behaviour pada Pasien Hipertensi Analysis of Factors Effecting Self-Management Behaviour among Patients with Hypertension. *Jurnal Ilmu Kesehatan Bhakti Husada*, 1 nomor 2, 112–123.
- Nabila, A., Arnita, Y., & Mulyati, D. (2022). Self Management Penderita Hipertensi. In *JIM FKep: Vol. V*.
- Rantetondok, E. T., Zainal, S., & Kadrianti, E. (2024). Pengaruh Self Management Terhadap Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di RSUP Dr.Tadjuddin Chalid Makassar. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa & Penelitian Keperawatan*, 4(1), 123–129.
- Sakinah, S., Ratu, J. M., & Weraman, P. (2020). Hubungan antara Karakteristik Demografi dan Pengetahuan dengan Self Management Hipertensi Pada Masyarakat Suku Timor: Penelitian Cross sectional. *Jurnal Penelitian Kesehatan "SUARA FORIKES" (Journal of Health Research "Forikes Voice")*, 11(3), 245. <https://doi.org/10.33846/sf11305>

- Sonia, F. S., Subiyanto, P., & Noviati, B. E. (2023). Hubungan Antara Self Management Behavior Terhadap Pengendalian Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Rumah Sakit Panti Rini. *Jurnal Keperawatan Klinis Dan Komunitas*, 7(November), 173–184. <https://doi.org/10.22146/jkkk.90070>
- Tursina, H. M., Nastiti, E. M., & Sya'id, A. (2022). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Self Management (Manajemen Diri) pada Pasien Hipertensi. *Jurnal Keperawatan Cikini*, 3(1), 20–25.
- World Health Organization. (2024). *World Health Statistics 2024: Monitoring Health For The SDGs, Sustainable Development Goals*.