

**GAMBARAN *SELF MANAGEMENT* PENDERITA  
HIPERTENSI DI PUSKESMAS GROGOL KABUPATEN  
SUKOHARJO**



**SKRIPSI**

Diajukan Untuk Memenuhi Tugas dan Syarat-syarat Guna Memperoleh Gelar  
Sarjana Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan  
Universitas Muhammadiyah Surakarta

Oleh :

**YUNI EKA CAHYANI**

**J 210 150 114**

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA  
2019**

**LEMBAR PERSETUJUAN**

Yang bertanda tangan dibawah ini menyatakan bahwa skripsi yang berjudul :

**GAMBARAN *SELF MANAGEMENT* PENDERITA HIPERTENSI DI  
PUSKESMAS GROGOL KABUPATEN SUKOHARJO**

Disusun oleh :

Yuni Eka Cahyani

J210150114

Telah memenuhi syarat dan disetujui untuk mengikuti ujian skripsi

Program Studi Sarjana Ilmu Keperawatan

Fakultas Ilmu Kesehatan

Universitas Muhammadiyah Surakarta

Oleh :

**Pembimbing**



**Ns. Betti Kristinawati, M.Kep., Sp. Kep. MB**

**Tanggal : 13 Mei 2019**

**HALAMAN PENGESAHAN**  
**GAMBARAN *SELF MANAGEMENT* PENDERITA HIPERTENSI DI**  
**PUSKESMAS GROGOL KABUPATEN SUKOHARJO**

Yang dipersiapkan dan disusun oleh :

**YUNI EKA CAHYANI**

**J 210.150.114**

Telah berhasil dipertahankan didepan dewan penguji pada tanggal 14 Mei 2019 dan diterima sebagai persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan pada Program Studi Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Surakarta

**Susunan Dewan Penguji:**

1. Ns. Beti Kristinawati, M.Kep., Sp. Kep. MB (.....)
2. Arif Widodo, A.Kep., M.Kes (.....)
3. Okti Sri Purwanti, S.Kep., M.Kep.,Ns.,Sp.Kep.,MB (.....)

Surakarta, 15 Mei 2019

Fakultas Ilmu Kesehatan

Universitas Muhammadiyah Surakarta

Dekan,



(Dr. Mutalazimah, S.KM. M.Kes)

NIK. 786

## PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan disuatu perguruan tinggi dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan orang lain, kecuali secara tertulis diacu dalam naskah dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Apabila kelak terbukti ada ketidakbenaran dalam pernyataan diatas, maka akan saya pertanggung jawabkan sepenuhnya.

**Surakarta, 14 Mei 2019**

Penulis



**Yuni Eka Cahyani**

**J 210 150 114**

## **MOTTO**

“Maka jangan sekali-kali membiarkan kehidupan dunia ini memperdayakanmu”

(Q.S Fatir: 5)

“Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya”

(Al-Baqarah: 286)

“Menyia-nyiakan waktu lebih buruk dari kematian.

Karena kematian memisahkanmu dari dunia sementara menyia-nyiakan waktu  
memisahkanmu dari Allah”

(Imam bin Al Qayim)

“Barang siapa keluar untuk mencari ilmu maka dia berada di jalan Allah”

(HR. Turmudzi)

“Barang siapa yang keluar dalam menuntut ilmu maka ia adalah seperti berperang  
di jalan Allah hingga pulang”

(H.R. Tirmidzi)

“Mendapatkan mimpi dengan cara kembali tidur, maka tahajud biar mimpimu  
terwujud”

(Yec 2019)

“Cepat skripsi biar cepat jadi istri”

(Yec 2019)

## HALAMAN PERSEMBAHAN



**Skripsi ini saya persembahkan kepada:**

### **Kedua Orang Tua**

(Bapak Subroto dan Ibu Susanti)

Terimakasih atas dukungan, doa, memberikan kasih sayang yang tiada hentinya, mendidik dengan sabar, serta pengorbanan kerja keras demi kesuksesan yang saya cita-citakan (*love you my hero's*)

### **Adik dan Saudaraku Tersayang**

Dinda N.M dan ND. Baskara yang telah mendukung serta memberikan semangat dalam berjuang menyelesaikan dalam menempuh jenjang pendidikan sarjana.

### **Partner Terbaik**

Bagas Biyanzah Drajad Pamukhti yang telah membantu jalannya penelitian serta meberikan motivasi yang tiada lelahnya dalam penyusunan skripsi ini (*I will not forget your services and we are always together until Jannah, Aamiin*).

### **Sahabatku Tercinta**

Imelda Widyatama, Vevi Herliani, Yessy Nur B, Ahlakql K.T.P.H, Linda Ayu.P, Wahyu Buono, Rika Safetyka, Ayunda T.T, Lucky D.H, Natali D.N, Cikal S. Wachidah N telah menjadi keluargaku ditanah perantauan.

### **Teman Berjuang**

Seluruh teman kelas C yang tidak dapat disebutkan satu persatu terimakasih atas keceriaan dan kekompakan kalian untuk berjuang menyelesaikan studi keperawatan serta sangat memberikan kesan selama 4 tahun bersama atas tawa dan canda kalian semua (*successful friends until they meet in the next life*).

## KATA PENGANTAR



*Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh*

Segala puji bagi Allah Subhanahu wa Ta'ala yang telah memberikan kemudahan dan pertolongan-Nya sehingga saya dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini. Shalawat serta salam semoga terlimpah curahkan kepada baginda tercinta Nabi Muhammad Sallallahu Alaihi wa Sallam yang kita nanti-nantikan syafa'atnya di akhirat nanti. Atas berkat dan rahmat-Nya saya dapat menyelesaikan proposal skripsi yang berjudul “Gambaran *Self Management* Penderita Hipertensi Di Puskesmas Grogol Kabupaten Sukoharjo”.

Skripsi yang saya susun dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Sarjana Keperawatan Program Studi Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta. Saya menyadari bahwa tanpa bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, mulai dari pengajuan judul sampai penyusunan proposal skripsi ini, sangatlah sulit bagi saya untuk menyelesaikannya. Oleh karena itu penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak Dr. Sofyan Anif, M.Si, selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Surakarta
2. Dr. Mutalazimah, SKM., M.Kes, selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta
3. Arum Pratiwi, S.Kp.,M.Kes, selaku Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta.

4. Ns. Beti Kristinawati, M.Kep., Sp. Kep. MB selaku dosen pembimbing
5. Kedua orang tua, adik tercinta serta seluruh keluarga besar yang selalu memberikan doa dan dukungan semangat kepada saya.
6. Teman-teman S1 Keperawatan Reguler Universitas Muhammadiyah Surakarta yang selalu membantu saya dalam menyusun proposal dan menyelesaikan penelitian ini.
7. Semua pihak yang ikut membantu yang tidak dapat saya sebut satu persatu.

Akhir kata, semoga Allah Subhanahu Wa'taala membalas kebaikan semua pihak yang telah membantu saya dalam penyusunan proposal ini. Semoga penelitian yang saya lakukan memberikan tambahan ilmu dan pengetahuan terutama bagi bidang Keperawatan. Peneliti menyadari bahwa dalam penyusunan skripsi ini masih terdapat banyak kekurangan. Kritik dan saran yang membangun dari pembaca sangat peneliti harapkan untuk kesempurnaan penelitian selanjutnya.

*Wassalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh*

Surakarta, 14 Mei 2019

**Yuni Eka Cahyani**



## **GAMBARAN *SELF MANAGEMENT* PENDERITA HIPERTENSI DI PUSKESMAS GROGOL KABUPATEN SUKOHARJO**

### **Abstrak**

Hipertensi yang tidak terkontrol menyebabkan komplikasi seperti stroke, penyakit gagal jantung dan gagal ginjal. Maka bagi penderita sangat penting menerapkan *self management* hipertensi untuk mencegah dan mengurangi dampak dari komplikasi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran *self management* penderita hipertensi di Puskesmas Grogol Kabupaten Sukoharjo. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah *deskriptif analitik* dengan pendekatan *cross sectional*, jenis penelitian ini adalah kuantitatif. Sampel yang digunakan 46 responden yang aktif mengikuti kegiatan Prolanis yang diperoleh dengan teknik *total sampling*. Instrument yang digunakan adalah *Hypertension Self Management Behavior Questionnaire (HSMBQ)* yang telah dimodifikasi serta di uji validitas dan reliabilitas. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *self management* hipertensi terbanyak dalam kategori cukup. Dapat disimpulkan bahwa *self management* hipertensi responden yang mengikuti kegiatan Prolanis di Puskesmas Grogol Kabupaten Sukoharjo telah melaksanakan dan menerapkan *self management* dalam memonitoring penyakit hipertensinya.

**Kata Kunci :** *Self Management*, Hipertensi

## **Abstract**

Uncontrolled hypertension caused complications such as stroke, heart failure disease and renal failure. For patients, it is important to implement self management of hypertension to prevent and reduce the impact of complications. This research aims to know the description of self management of people with hypertension in Grogol Puskesmas District Sukoharjo. The method used in this study is descriptive analytic with a cross sectional approach, this type of research is quantitative. Samples used 46 respondents who actively followed the Prolanis obesity obtained by total sampling techniques. The instruments used are Hypertension Self Management Behavior Questionnaire (HSMBQ) which has been modified as well as in the validity and reliability test. The results showed that the most hypertension self management in the category was sufficient. It can be concluded that the self management of hypertensive respondents who participated in the activity of Prolanis at the health center of Grogol Sukoharjo District has implemented and implemented self management in monitoring the disease of the hyperlink.

**Keywords :** Self Management, Hypertension

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL .....</b>	<b>i</b>
<b>LEMBAR PERSETUJUAN .....</b>	<b>ii</b>
<b>HALAMAN PENGESAHAN PENGESAHAN .....</b>	<b>iii</b>
<b>PERNYATAAN.....</b>	<b>iv</b>
<b>MOTTO .....</b>	<b>v</b>
<b>HALAMAN PERSEMBAHAN .....</b>	<b>vi</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>vii</b>
<b>ABSTRACT .....</b>	<b>ix</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>xi</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>xiii</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>xiv</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>xv</b>
<b>BAB 1 PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah.....	5
C. Tujuan Penelitian .....	5
D. Manfaat Penelitian .....	6
E. Keaslian Penelitian.....	7
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....</b>	<b>9</b>
A. Tinjauan Teori.....	9
B. Kerangka Teori.....	23
C. Kerangka Konsep.....	24
D. Pertanyaan Penelitian.....	24
<b>BAB III METODE PENELITIAN. ....</b>	<b>25</b>
A. Rancangan Penelitian.....	25
B. Lokasi dan Waktu Penelitian .....	25
C. Populasi dan Sampel Penelitian .....	26
D. Variabel Penelitian.....	27
E. Definisi Operasional.....	28

F. Instrumen Penelitian .....	28
G. Uji Validitas Dan Reliabilitas .....	30
H. Pengelolaan Data .....	31
I. Analisis Data .....	35
J. Etika Penelitian.....	37
K. Rencana Penelitian.....	39
L. Alur Pelaksanaan Pengambilan Data .....	42
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>43</b>
A. Hasil Penelitian .....	43
B. Pembahasan.....	47
C. Keterbatasan Penelitian.....	63
<b>BAB V. PENUTUP.....</b>	<b>64</b>
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>67</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>73</b>

## **DAFTAR GAMBAR**

Gambar 2.1 Kerangka Teori.....	23
Gambar 2.2 Kerangka Konsep .....	24
Gambar 3.3 Alur Pelaksanaan Pengambilan Data .....	42

## DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Klasifikasi Tekanan Darah pada Dewasa.....	11
Tabel 3.1 Definisi Operasional .....	28
Tabel 3.2 Kisi-Kisi Kuesioner.....	30
Tabel 4.1 Distribusi Karakteristik Responden .....	44
Tabel 4.2 <i>Self Management</i> Hipertensi .....	46

## **DAFTAR LAMPIRAN**

Lampiran 01. Informed Consent

Lampiran 02. Kuesioner

Lampiran 03. Penghitungan SPSS

Lampiran 04. Surat Ijin Penelitian