



**PENGARUH APLIKASI HT.CO (*HYPERTENSION CONTROL*)  
TERHADAP MANAJEMEN DIRI DAN TEKANAN  
DARAH PENDERITA HIPERTENSI**

**SKRIPSI**

**TANZIYLA ARINI FAZRIN**

**2110711137**

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM SARJANA  
2025**



**PENGARUH APLIKASI HT.CO (*HYPERTENSION CONTROL*)  
TERHADAP MANAJEMEN DIRI DAN TEKANAN  
DARAH PENDERITA HIPERTENSI**

**SKRIPSI**

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar  
Sarjana Keperawatan**

**TANZIYLA ARINI FAZRIN**

**2110711137**

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL "VETERAN" JAKARTA  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM SARJANA  
2025**

## PERNYATAAN ORISINALITAS

Skripsi ini adalah hasil karya sendiri dan semua sumber yang dikutip maupun yang dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Nama : Tanziyla Arini Fazrin  
NIM : 2110711137  
Tanggal : 10 Januari 2025

Bilamana dikemudian hari ditemukan ketidaksesuaian dengan pernyataan saya ini, maka saya bersedia dituntut dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Jakarta, 10 Januari 2025  
Yang Menyatakan,



(Tanziyla Arini Fazrin)

**PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI  
UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

---

Sebagai civitas akademik Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Tanziyla Arini Fazrin  
NIM : 2110711137  
Fakultas : Fakultas Ilmu Kesehatan  
Program Studi : SI Keperawatan

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta, Hak Bebas Royalti Non eksklusif (*Non-exclusive Royalty Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul:

"Pengaruh Aplikasi Ht.Co (*Hypertension Control*) Terhadap Manajemen Diri Dan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi"

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti ini Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik hak cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Jakarta  
Pada tanggal : 10 Januari 2025  
Yang Menyatakan



(Tanziyla Arini Fazrin)

## PENGESAHAN

Skripsi diajukan oleh :

Nama : Tanziyla Arini Fazrin  
NIM : 2110711137  
Program Studi : SI Keperawatan  
Judul Skripsi : Pengaruh Aplikasi Ht.Co (*Hypertension Control*)  
Terhadap Manajemen Diri Dan Tekanan Darah Pada  
Penderita Hipertensi

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Tim Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar sarjana pada Program Studi Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta

  
Ns. Santi Herlina, M.Kep., Sp.Kep.MB  
Penguji I

  
Ns. Anah Herliana, M.Kep.  
Penguji II  
  
Desfiawati, SKP, M.Kep., Sp.Kep., Mat., PhD  
Dekan FIKES UPN "Veteran" Jakarta

  
Ns. Mareta Dea Rosaline, S.Kep., M.Kep.  
Penguji III (Pembimbing)

  
Ns. Gamya Tri Hastuti, S.Kep., M.Kep.  
Koordinator Program Studi Keperawatan  
Program Sarjana

Ditetapkan di : Jakarta  
Tanggal Ujian : 10 Januari 2025

# **PENGARUH APLIKASI HT.CO (*HYPERTENSION CONTROL*) TERHADAP MANAJEMEN DIRI DAN TEKANAN DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI**

**Tanziyla Arini Fazrin**

## **Abstrak**

Hipertensi merupakan penyakit yang sering kali terjadi di masyarakat dan bersifat kronis, oleh karena itu hipertensi perlu dicegah dengan meningkatkan gaya hidup sehat dengan manajemen diri yang baik untuk mengatasi hipertensi. Oleh karena itu untuk meningkatkan manajemen diri menjadi lebih baik dengan menggunakan aplikasi berbasis teknologi yang mudah diakses kapan saja dan dimana saja. Tujuan dari penelitian ini adalah menganalisis pengaruh Aplikasi Ht.Co (*Hypertension Control*) terhadap manajemen diri dan tekanan darah pada penderita hipertensi. Desain penelitian ini menggunakan *pra-eksperimental* dengan pendekatan *one group pre-test post-test design* dengan menggunakan aplikasi Ht.Co (*Hypertension Control*) sebagai media intervensi. Teknik sampling menggunakan *non probability* dengan metode *purposive sampling* sebanyak 23 responden. Penelitian ini dilakukan selama 21 hari. Pengumpulan data menggunakan *Hypertension Self Management Behaviour Questionnaire (HSMBQ)*. Berdasarkan hasil analisis menggunakan uji *Wilcoxon Signed Rank Test* pengaruh aplikasi Ht.Co (*Hypertension Control*) terhadap manajemen diri dan tekanan darah sebelum dan sesudah diberikan intervensi didapatkan hasil ( $p\text{-value} = 0,000 < 0,05$ ), sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh aplikasi Ht.Co (*Hypertension Control*) terhadap manajemen diri dan tekanan darah sudah pada penderita hipertensi. Oleh karena itu aplikasi Ht.Co (*Hypertension Control*) ini dapat menjadi terapi komplementer pada penderita hipertensi untuk menurunkan tekanan darah

**Kata Kunci :** Aplikasi Ht.Co (*Hypertension Control*) Hipertensi, Manajemen Diri, Tekanan Darah

# ***THE EFFECT OF HT. CO (HYPERTENSION CONTROL) APPLICATION ON SELF-MANAGEMENT AND BLOOD PRESSURE IN PATIENTS WITH HYPERTENSION***

**Tanziyla Arini Fazrin**

## **Abstract**

*Hypertension is a disease that often occurs in the community and is chronic, therefore hypertension needs to be prevented by improving a healthy lifestyle with good self-management to overcome hypertension. Therefore, to improve self-management for the better by using technology-based applications that are easily accessible anytime and anywhere. The purpose of this study was to analyze the effect of the Ht.Co (Hypertension Control) Application on self-management and blood pressure in patients with hypertension. This research design uses pre-experimental with a one group pre-test post-test design approach using the Ht.Co (Hypertension Control) application as an intervention medium. The sampling technique used non probability with purposive sampling method as many as 23 respondents. This research was conducted for 21 days. Data collection using the Hypertension Self Management Behavior Questionnaire (HSMBQ). Based on the results of the analysis using the Wilcoxon Signed Rank Test, the effect of the Ht.Co (Hypertension Control) application on self-management and blood pressure before and after the intervention was obtained ( $p\text{-value} = 0.000 < 0.05$ ), so it can be concluded that there is an effect of the Ht.Co (Hypertension Control) application on self-management and blood pressure already in people with hypertension. therefore the Ht.Co (Hypertension Control) application can be a complementary therapy for people with hypertension to lower blood pressure*

**Keywords :** *Blood Pressure, Ht.Co (Hypertension Control) Hypertension Application, Self-Management*

## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT atas segala karunia-Nya sehingga Skripsi ini berhasil diselesaikan. Judul yang dipilih dalam penelitian ini yang dilaksanakan sejak Agustus 2024 adalah “Pengaruh Aplikasi Ht.Co (*Hypertension Control*) Terhadap Manajemen Diri Dan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi”. Pada kesempatan ini, dengan penuh rasa hormat penulis mengucapkan terima kasih kepada Bapak Dr. Anter Venus, MA, Comm, selaku Rektor UPN “Veteran” Jakarta; penulis juga mengucapkan terima kasih kepada Ibu Desmawati, SKP, MKep, Sp.Mat, PhD selaku Dekan FIKES UPN “Veteran” Jakarta; Ibu Ns. Ganya Tri Utami, M.Kep selaku Koordinator Program Studi Keperawatan Program Sarjana; serta Ibu Ns. Mareta Dea Rosaline, S.Kep., M.Kep. selaku Dosen Pembimbing yang telah memberikan arahan, bimbingan, kritik serta saran sehingga skripsi ini dapat selesai dengan tepat waktu.

Di samping itu, ucapan terima kasih juga disampaikan kepada pihak Suku Dinas Kesehatan Jakarta Timur selanjutnya, ucapan terima kasih juga disampaikan oleh Pihak Puskesmas Ciracas. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada, Keluarga terlebih mamah, Sahabat - sahabatku, engkolvee, karabat dekat, teman seperjuangan S1 Keperawatan dan teman – teman lain dari UPNVJ yang tidak henti – hentinya memeberikan penulis semangat, dukungan dan doa.

Jakarta, 10 Januari 2025

Penulis

(Tanziyla Arini Fazrin)



## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERNYATAAN ORISINALITAS .....	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI .....	iii
PENGESAHAN .....	iv
ABSTRAK .....	v
ABSTRACT.....	vi
KATA PENGANTAR .....	vii
DAFTAR ISI.....	vii
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR GAMBAR .....	xi
DAFTAR SKEMA.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
I.1 Latar Belakang.....	1
I.2 Rumusan Masalah.....	4
I.3 Tujuan Penelitian .....	5
I.4 Manfaat Penelitian.....	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	7
II.1 Konsep Hipertensi .....	7
II.2 Manajemen Diri .....	21
II.3 Tekanan Darah.....	26
II.4 Aplikasi.....	28
II.5 Kerangka Teori .....	31
II.6 Tabel Penelitian Terdahulu.....	32
BAB III METODE PENELITIAN.....	40
III.1 Kerangka Konsep.....	40
III.3 Desain Penelitian .....	44
III.4 Populasi dan Sampel Penelitian.....	45
III.5 Lokasi dan Waktu Penelitian .....	46
III.6 Metode Pengumpulan Data.....	47
III.7 Instrumen Penelitian.....	52
III.8 Uji Validitas dan Reliabilitas.....	53
III.9 Analisis Data.....	54
III.10 Etika Penelitian .....	56
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	59
IV.1 Gambaran Umum Tempat Penelitian .....	59
IV.2 Proses Penelitian.....	60
IV.3 Hasil Penelitian.....	62
IV.4 Pembahasan.....	71
IV.5 Keterbatasan Penelitian.....	82

BAB V PENUTUP.....	83
V.1 Kesimpulan.....	83
V.2 Saran .....	84
DAFTAR PUSTAKA .....	89
RIWAYAT HIDUP	
LAMPIRAN	

## DAFTAR TABEL

Tabel 1	Klasifikasi Hipertensi menurut.....	8
Tabel 2	Tabel Penelitian Terdahulu .....	32
Table 3	Definisi Operasional.....	42
Tabel 4	Desain Penelitian.....	45
Tabel 5	Tabel Kisi – kisi Instrumen Self-Management Hipertensi.....	53
Tabel 6	Analisis Data Univariat .....	55
Tabel 7	Analisa Data Bivariat .....	56
Tabel 8	Hasil Uji Normalitas Data.....	63
Tabel 9	Distribusi Rata-rata Karakteristik Responden Berdasarkan Usia Penderita Hipertensi yang Menerima Intervensi Melalui Aplikasi Ht.Co (Hypertension Control) (n=23) .....	64
Tabel 10	Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin Penderita Hipertensi yang Menerima Intervensi Melalui Aplikasi Ht.Co (Hypertension Control) (n=23) .....	64
Tabel 11	Distribusi Karekteristik Responden Berdasarkan Tingkat Pendidikan Penderita Hipertensi yang Menerima Intervensi Melalui Aplikasi Ht.Co (Hypertension Control) (n=23) .....	65
Tabel 12	Distribusi Karateristik Responden Berdasarkan Pekerjaan Penderita Hipertensi yang Menerima Intervensi Melalui Aplikasi Ht.Co (Hypertension Control) (n=23) .....	66
Tabel 13	Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Lama Menderita Hipertensi Pada Penderita Hipertensi yang Menerima Intervensi Melalui Aplikasi Ht.Co (Hypertension Control) (n=23).....	66
Tabel 14	Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Skor Kuesioner Manajemen Diri Sebelum dan Sesudah Pada Penderita Hipertensi yang Menerima Intervensi Melalui Aplikasi Ht.Co (Hypertension Control) (n=23).....	67
Tabel 15	Distribusi Karakteristik Responden Sebelum dan Sesudah Pada Penderita Hipertensi yang Menerima Intervensi Melalui Aplikasi Ht.Co (Hypertension Control) (n=23) .....	68
Tabel 16	Distribusi Karakteristik Responden Sebelum dan Sesudah Pada Penderita Hipertensi yang Menerima Intervensi Melalui Aplikasi Ht.Co (Hypertension Control) (n=23) .....	69
Tabel 17	Analisis Pengaruh Terapi Aplikasi Ht.Co (Hypertension Control) Pada Penderita Hipertensi Terhadap Manajemen Diri.....	70
Tabel. 18	Analisis Pengaruh Terapi Aplikasi Ht.Co (Hypertension Control) Pada Penderita Hipertensi Terhadap Tekanan Darah Sistole.....	71

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1	Tampilan menu aplikasi .....	28
Gambar 2	Tampilan menu aplikasi .....	28

## DAFTAR SKEMA

Skema 1	Kerangka Teori.....	31
Skema 2	Kerangka Konsep .....	40
Skema 3	Alur Penelitian.....	50

## DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Lembar Penjelasan Penelitian
- Lampiran 2 Lembar Persetujuan (Informed Consent)
- Lampiran 3 Kuesioner Self-Management Hipertensi
- Lampiran 4 Panduan Penggunaan Aplikasi Ht.Co (Hypertension Control)
- Lampiran 5 Perizinan menggunakan kuesioner manajemen diri
- Lampiran 6 Surat izin ke suku dinas Kesehatan Jakarta timur
- Lampiran 7 Surat izin pengambil data
- Lampiran 8 Surat Balasan dari Suku Dinas Kesehatan Jakarta Timur
- Lampiran 9 Surat Balasan dari Puskesmas Ciracas
- Lampiran 10 Formulir Pendaftaran Ujian Sidang Proposal Skripsi Fakultas Kesehatan UPN Veteran Jakarta
- Lampiran 11 Lembar Persetujuan Judu; Skripsi
- Lampiran 12 Kartu Monitoring Bimbingan Skripsi
- Lampiran 13 Informed Consent
- Lampiran 14 Surat Permohonan Ethical Clearance UPN "Veteran" Jakarta
- Lampiran 15 Surat Ethical Clearance UPN "Veteran" Jakarta
- Lampiran 16 Foto Penelitian di Ruang Tunggu PTM Puskesmas Ciracas
- Lampiran 17 Standar Operasional Prosedur (SOP) Pemeriksaan Tekanan Darah
- Lampiran 18 Timeline penelitian
- Lampiran 19 Rincian Data Responden
- Lampiran 20 Hasil Output IBM SPSS Statistic 25
- Lampiran 21 Surat Perpanjangan Penelitian
- Lampiran 22 Surat Balasan Perpanjangan Penelitian Suku Dinas Kesehatan Jakarta Timur
- Lampiran 23 Surat Balasan Perpanjangan Penelitian Puskesmas Ciracas
- Lampiran 24 Lembar Persetujuan Pendaftaran Sidang Skripsi
- Lampiran 25 Pernyataan Bebas Plagiarisme
- Lampiran 26 Hasil Uji Turnitin