



**HUBUNGAN *HYPERTENSION SELF-MANAGEMENT*
BEHAVIOR TERHADAP KUALITAS HIDUP
DAN TEKANAN DARAH PADA
PENDERITA HIPERTENSI**

SKRIPSI

PUTRI HANDAYANI

2210711003

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL VETERAN JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM SARJANA
2026**



**HUBUNGAN *HYPERTENSION SELF-MANAGEMENT*
BEHAVIOR TERHADAP KUALITAS HIDUP
DAN TEKanan DARAH PADA
PENDERITA HIPERTENSI**

SKRIPSI

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

PUTRI HANDAYANI

2210711003

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL VETERAN JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM SARJANA
2026**

PERNYATAAN ORISINALITAS

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

Nama : Putri Handayani

NIM : 2210711003

Tanggal : 17 Desember 2025

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

Jakarta, 17 Desember 2025

Yang Menyatakan,



(Putri Handayani)

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

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

Nama : Putri Handayani
NIM : 2210711003
Fakultas : Ilmu Kesehatan
Program Studi : Keperawatan Program Sarjana

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta. Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Non-exclusive Royalty Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul: “Hubungan *Hypertension Self-Management Behavior* terhadap Kualitas Hidup 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

Tanggal : 22 Desember 2025

Yang Menyatakan,



(Putri Handayani)

PENGESAHAN

Skripsi diajukan oleh:

Nama : Putri Handayani
NIM : 2210711003
Program Studi : Keperawatan Program Sarjana
Judul Skripsi : Hubungan *Hypertension Self-Management Behavior*
terhadap Kualitas Hidup 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 Program Sarjana, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta.

Jakarta, 24 Desember 2025

Penguji I

Ns. Santi Herlina, M.Kep.Sp.Kep.MB
NIP. 198202272021212008

Penguji II

Ns. Hesti Rahayu, M.Kep., Sp.Kep.MB
NIP. 198012272024062001

Penguji III

Ns. Mareta Dea Rosaline., S.Kep., M.Kep
NIP. 199103242019032014

Mengetahui,

Koordinator Program Studi
Keperawatan Program Sarjana

Ns. Gamyah Utami, S.Kep., M.Kep
NIP. 198105202008122003



Dr. Ir. Henry Hachonangan Sitorus, S.T., M.T.
NIP. 197212191999031002

HUBUNGAN *HYPERTENSION SELF-MANAGEMENT BEHAVIOR* TERHADAP KUALITAS HIDUP DAN TEKANAN DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI

Putri Handayani

Abstrak

Hipertensi merupakan penyakit kronis yang memerlukan pengelolaan jangka panjang untuk mencegah komplikasi serta mempertahankan kualitas hidup penderita. Pengendalian hipertensi tidak hanya bergantung pada terapi farmakologis, tetapi juga pada kemampuan penderita dalam menerapkan *hypertension self-management behavior*, seperti kepatuhan minum obat, pengaturan gaya hidup, dan pemantauan tekanan darah secara rutin. Manajemen diri yang kurang optimal dapat menyebabkan tekanan darah tidak terkontrol dan menurunkan kualitas hidup. Penelitian ini bertujuan menganalisis hubungan antara *hypertension self-management behavior* dengan kualitas hidup dan tekanan darah pada penderita hipertensi di RSUD Tarakan Jakarta. Penelitian menggunakan desain *cross-sectional* dengan 136 penderita hipertensi yang dipilih melalui teknik *purposive sampling*. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner *Hypertension Self-Management Behavior*, instrumen kualitas hidup SF-36, serta pengukuran tekanan darah *digital*. Analisis data dilakukan secara *univariat* dan *bivariat*. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan signifikan antara *hypertension self-management behavior* dengan kualitas hidup dan tekanan darah berdasarkan uji *Chi-Square* dan *Fisher-Freeman-Halton Exact Test* ($p = <0,001$). Penderita dengan manajemen diri yang baik cenderung memiliki kualitas hidup lebih baik dan tekanan darah lebih terkontrol.

Kata Kunci: Hipertensi, *Hypertension Self-Management Behavior*, Kualitas Hidup, Tekanan Darah

THE RELATIONSHIP BETWEEN HYPERTENSION SELF-MANAGEMENT BEHAVIOR AND QUALITY OF LIFE AND BLOOD PRESSURE IN PATIENTS WITH HYPERTENSION

Putri Handayani

Abstract

Hypertension is a chronic disease that requires long-term management to prevent complications and maintain the quality of life of individuals with hypertension. Hypertension control does not rely solely on pharmacological therapy but also on the ability of individuals to implement hypertension self-management behaviors, such as medication adherence, lifestyle modification, and regular blood pressure monitoring. Suboptimal self-management may lead to uncontrolled blood pressure and a decline in quality of life. This study aimed to analyze the relationship between hypertension self-management behavior and quality of life as well as blood pressure among individuals with hypertension at RSUD Tarakan Jakarta. This study employed a cross-sectional design involving 136 individuals with hypertension selected through purposive sampling. Data were collected using the Hypertension Self-Management Behavior questionnaire, the SF-36 quality of life instrument, and digital blood pressure measurements. Data analysis was conducted using univariate and bivariate analyses. The results showed a significant relationship between hypertension self-management behavior and both quality of life and blood pressure based on the Chi-Square test and Fisher–Freeman–Halton Exact Test ($p = < 0.001$). Individuals with good self-management tended to have a better quality of life and more controlled blood pressure.

Keywords: *Hypertension, Hypertension Self-Management Behavior, Quality of Life, Blood Pressure*

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa karena berkat Rahmat dan Ridhonya, penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul "*Hubungan Hypertension Self-Management Behavior Terhadap Kualitas Hidup dan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi*" yang diajukan untuk memenuhi syarat sebagai Sarjana Keperawatan Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta.

Dalam proses penyusunan skripsi ini, penulis banyak mendapatkan pengarahan dan dukungan dari berbagai pihak, untuk itu penulis tidak lupa mengucapkan terima kasih kepada Dr. Anter Venus, MA, Comm sebagai Rektor UPN "Veteran" Jakarta, Ns. Cut Sarida Pompey, MNS sebagai Ketua Jurusan Keperawatan, serta Ns. Gamy Tri Utami, M.Kep sebagai Kepala Program Studi Keperawatan Program Sarjana, serta Ns. Mareta Dea Rosaline., S.Kep., M.Kep selaku dosen pembimbing yang dengan sabar membimbing kami selama proses penyelesaian proposal skripsi ini.

Dengan penuh rasa syukur penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Mama, Appa dan Adik yang telah memberikan semangat, pengertian, dan dukungan secara tulus, sehingga penulis dapat melalui setiap proses dengan lebih kuat dan penuh motivasi serta rekan seperjuangan yang selalu memberikan semangat dan doa. Penulis mengucapkan terima kasih kepada diri penulis yang telah berjuang dengan penuh ketekunan dan kesabaran hingga skripsi ini dapat diselesaikan. Penulis berharap skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi pembaca serta berkontribusi dalam pengembangan ilmu pengetahuan.

Jakarta, 13 Desember 2025

Penulis



Putri Handayani

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERNYATAAN ORISINALITAS	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	iii
PENGESAHAN	iv
ABSTRAK.....	v
<i>ABSTRACT</i>	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR SKEMA.....	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii
 BAB I PENDAHULUAN	 1
I.1 Latar Belakang.....	1
I.2 Rumusan Masalah.....	7
I.3 Tujuan Penelitian	8
I.4 Manfaat Penelitian	8
 BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	 10
II.1 Konsep Hipertensi	10
II.2 Konsep <i>Hypertension Self-Management Behavior</i>	19
II.3 Konsep Kualitas Hidup.....	27
II.4 Konsep Tekanan Darah	33
II.5 Kerangka Teori.....	37
II.6 Penelitian Terdahulu.....	38
 BAB III METODE PENELITIAN.....	 44
III.1 Kerangka Konsep	44
III.2 Hipotesis Penelitian.....	48
III.3 Definisi Operasional.....	49
III.4 Desain Penelitian.....	54
III.5 Populasi dan Sample	54
III.6 Lokasi dan Waktu Penelitian	57
III.7 Metode Pengumpulan Data	57
III.8 Instrumen Penelitian.....	58
III.9 Uji Validitas dan Reliabilitas	63
III.10 Analisis Data	64
III.11 Etika Penelitian	68
 BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	 69
IV.1 Deskripsi Umum Lokasi Penelitian	69
IV.2 Proses Penelitian	70
IV.3 Hasil Penelitian	71
IV.4 Pembahasan.....	79
IV.5 Keterbatasan Penelitian.....	106

BAB V PENUTUP.....	107
V.1 Kesimpulan.....	107
V.2 Saran.....	109
DAFTAR PUSTAKA.....	111
RIWAYAT HIDUP	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1.	Klasifikasi Hipertensi.....	10
Tabel 2.	Penelitian Terdahulu	38
Tabel 3.	Definisi Oprasional	50
Tabel 5.	Kisi-kisi Instrumen <i>Hypertension Self-Management Behavior Quesionnare</i>	60
Tabel 6.	Interpretasi Instrumen Kualitas Hidup	62
Tabel 7.	Kategori Hipertensi	63
Tabel 8.	Analisi Univariat	66
Tabel 9.	Analisis Bivariat.....	67
Tabel 10.	Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Usia (n : 136)	71
Tabel 11.	Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin (n:136)	71
Tabel 12.	Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Tingkat Pendidikan (n: 136)	71
Tabel 13.	Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Pekerjaan (n: 136)	72
Tabel 14.	Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Lama Menderita Hipertensi (n: 136)	72
Tabel 15.	Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Konsumsi Obat Hipertensi (n: 136)	73
Tabel 16.	Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan <i>Hypertension Self-Management Behavior</i> (n: 136).....	73
Tabel 17.	Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Kualitas Hidup (n: 136).....	74
Tabel 18.	Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Tekanan Darah Sistolik (n: 136).....	74
Tabel 19.	Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Tekanan Darah Diastolik (n: 136)	75
Tabel 20.	Analisis Hubungan <i>Hypertension Self-Management Behavior</i> terhadap Kualitas Hidup Pada Penderita Hipertensi di RSUD Tarakan Jakarta (n: 136).....	76
Tabel 21.	Hasil Analisis Hubungan <i>Hypertension Self-Management Behavior</i> terhadap Tekanan Darah Sistolik Pada Penderita Hipertensi di RSUD Tarakan Jakarta (n: 136).....	77
Tabel 22.	Hasil Analisis Hubungan <i>Hypertension Self-Management Behavior</i> terhadap Tekanan Darah Diastolik Pada Penderita Hipertensi di RSUD Tarakan Jakarta (n: 136).....	78

DAFTAR SKEMA

Skema 1.	Model Teori Orem.....	24
Skema 2.	Keterkaitan Teori Orem dengan HSMB dan Kualitas Hidup	25
Skema 3.	Kerangka Teori.....	37
Skema 4.	Kerangka Konsep	44

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Surat permohonan izin studi pendahuluan dan penelitian
- Lampiran 2 Surat izin pengambilan data awal Poli Penyakit Dalam
- Lampiran 3 *Ethical clearance* RSUD Tarakan Jakarta
- Lampiran 4 Surat pengantar pengambilan data penelitian Poli Penyakit Dalam
- Lampiran 5 Permohonan izin penggunaan instrumen penelitian
- Lampiran 6 Lembar penjelasan sebelum persetujuan
- Lampiran 7 Formulir informed consent
- Lampiran 8 Instrumen penelitian
- Lampiran 9 Time scadule penelitian
- Lampiran 10 Dokumentasi pengambilan ata
- Lampiran 11 Hasil olah data
- Lampiran 12 Kartu monitoring bimbingan
- Lampiran 13 Surat Pernyataan Bebas Plagiarisme
- Lampiran 14 Hasil turnitin