

**GAMBARAN SELF-CARE MANAGEMENT
PADA LANSIA DENGAN HIPERTENSI DI PUSKESMAS
KEDUNGUMUNDU KOTA SEMARANG**

SKRIPSI

Disusun Untuk Memenuhi Tugas Mata Kuliah Skripsi



Oleh:

Vladya Indi Permana

22020122140226

**DEPARTEMEN ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS DIPONEGORO
SEMARANG, JUNI 2026**

LEMBAR PERSETUJUAN

Yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan bahwa **Skripsi** yang berjudul:

**GAMBARAN SELF-CARE MANAGEMENT PADA LANSIA DENGAN
HIPERTENSI DI PUSKESMAS KEDUNGMUNDU KOTA SEMARANG**

Dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : Vladya Indi Permana

NIM : 22020122140226

Telah disetujui dan dinyatakan memenuhi syarat untuk direview sebagai skripsi.

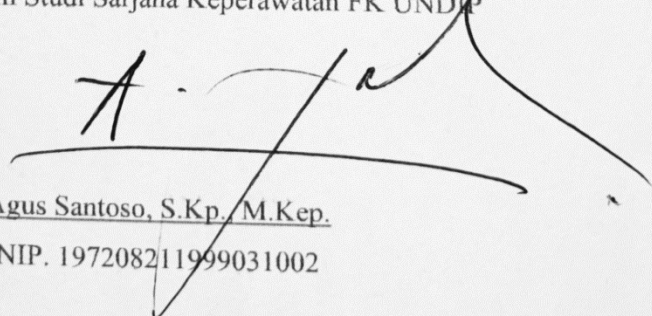
Pembimbing,



Ns. Henni Kusuma, S.Kep., M.Kep., Sp.KMB., Ph.D.
NIP. 198512082014042001

Mengetahui,

Ketua Program Studi Sarjana Keperawatan FK UNDI



Agus Santoso, S.Kp., M.Kep.
NIP. 197208211999031002

LEMBAR PENGESAHAN

Yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan bahwa **Skripsi** yang berjudul:

GAMBARAN SELF-CARE MANAGEMENT PADA LANSIA DENGAN HIPERTENSI DI PUSKESMAS KEDUNGUMUNDU KOTA SEMARANG

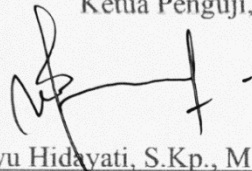
Dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : Vladya Indi Permana

NIM : 22020122140226

Telah diuji pada 04 Juni 2026 dan dinyatakan telah memenuhi syarat untuk
mendapatkan gelar Sarjana Keperawatan

Ketua Penguji,



Dr. Wahyu Hidayati, S.Kp., M.Kep., Sp.KMB.

NIP. 197510232000122001

Anggota Penguji,



Dr. Untung Sujianto, S.Kp., M.Kes.

NIP. 197109191994031001

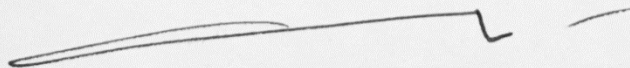
Pembimbing,



Ns. Henni Kusuma, S.Kep., M.Kep., Sp.KMB., Ph.D.

NIP. 198512082014042001

Ketua Departemen Sarjana Keperawatan FK UNDIP,



Dr. Anggorowati, S.Kp., Ns.Sp.Kep.Mat., M.Kep.

NIP. 197708302001122001

SURAT PERNYATAAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Vladya Indi Permana
NIM : 22020122140226
Fakultas/Departemen : Kedokteran/Keperawatan
Jenis : Skripsi
Judul : GAMBARAN SELF-CARE
MANAGEMENT PADA LANSIA
DENGAN HIPERTENSI DI PUSKESMAS
KEDUNGUMUNDU KOTA SEMARANG

Dengan ini menyatakan bahwa saya menyetujui untuk:

1. Memberikan hak bebas royalti kepada Perpustakaan Departemen Ilmu Keperawatan UNDIP atas penulisan karya ilmiah saya, demi pengembangan ilmu pengetahuan.
2. Memberikan hak menyimpan, mengalih mediakan/mengalih formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*data base*), mendistribusikannya, serta menampilkan dalam bentuk *soft copy* untuk kepentingan akademis kepada Perpustakaan Departemen Ilmu Keperawatan UNDIP, tanpa perlu meminta izin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta.
3. Bersedia dan menjamin untuk menanggung secara pribadi tanpa melibatkan pihak Perpustakaan Departemen Ilmu Keperawatan UNDIP dari semua bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran hak cipta dalam karya ilmiah ini.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan semoga dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Semarang, Juni 2026

Yang Menyatakan.



Vladya Indi Permana

22020122140226

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Tuhan Yang Maha Esa atas rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Gambaran *Self-Care Management* pada Lansia dengan Hipertensi di Puskesmas Kedungmundu Kota Semarang”. Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan.

Hipertensi merupakan masalah kesehatan yang prevalensinya masih tinggi, khususnya pada kelompok lanjut usia. Proses penuaan menyebabkan perubahan fisiologis yang meningkatkan risiko terjadinya hipertensi dan menuntut lansia untuk mampu melakukan pengelolaan penyakit secara mandiri. *Self-care management* menjadi aspek penting dalam pengendalian hipertensi agar tekanan darah tetap terkontrol dan komplikasi dapat dicegah. Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan untuk menggambarkan penerapan *self-care management* pada lansia dengan hipertensi di Puskesmas Kedungmundu Kota Semarang.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih memiliki keterbatasan. Oleh karena itu, kritik dan saran yang membangun sangat diharapkan demi penyempurnaan di masa mendatang. Semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi pengembangan ilmu keperawatan dan praktik pelayanan kesehatan.

Semarang, Juni 2026



Vladya Indi Permana

UCAPAN TERIMA KASIH

Proses penyusunan skripsi ini dapat terlaksana berkat bimbingan, arahan, doa, dan dukungan dari berbagai pihak. Sebagai wujud rasa syukur, penulis menyampaikan penghargaan dan terima kasih yang tulus kepada:

1. Allah SWT dan Nabi Muhammad SAW atas segala rahmat, hidayah, dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik.
2. Ns. Henni Kusuma, S.Kep., M.Kep., Sp.KMB., Ph.D. selaku dosen pembimbing utama, yang telah meluangkan waktu, tenaga, dan pikiran untuk memberikan bimbingan, arahan, serta masukan yang sangat berarti selama proses penyusunan skripsi ini.
3. Dr. Wahyu Hidayati, S.Kp., M.Kep., Sp.KMB. selaku dosen penguji 1 dan Dr. Untung Sujianto, S.Kp., M.Kes. selaku dosen penguji 2, yang telah memberikan saran, kritik, serta arahan yang membangun kepada penulis.
4. Orang tua dan keluarga tercinta, yang senantiasa memberikan doa, dukungan moral, perhatian, serta motivasi tanpa henti selama penulis menempuh pendidikan dan proses penyusunan skripsi ini.

Penulis



Vladya Indi Permana

DAFTAR ISI

Halaman

LEMBAR PERSETUJUAN	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
SURAT PERNYATAAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH.....	iv
KATA PENGANTAR.....	v
UCAPAN TERIMA KASIH	vi
DAFTAR ISI.....	vii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR GAMBAR.....	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
DAFTAR SINGKATAN.....	xiii
ABSTRAK	xiv
ABSTRACT	xv
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	5
1.3 Tujuan Penelitian	6
1.3.1 Tujuan Umum	6
1.3.2 Tujuan Khusus.....	6
1.4 Manfaat Penelitian	6
1.4.1 Bagi Institusi Pendidikan	6
1.4.2 Bagi Instansi Kesehatan	6
1.4.3 Bagi Penelitian Selanjutnya	7
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA.....	8
2.1 Lansia.....	8
2.1.1 Definisi Lansia	8
2.1.2 Perubahan Fisiologis dan Psikologis pada Lansia.....	8
2.2 Hipertensi.....	9

2.2.1 Definisi dan Klasifikasi Hipertensi	9
2.2.2 Tanda dan Gejala Hipertensi	11
2.2.3 Faktor Risiko Hipertensi	11
2.2.4 Patofisiologi Hipertensi.....	15
2.2.5 Komplikasi Hipertensi.....	16
2.2.6 Hipertensi Pada Lansia.....	18
2.3 <i>Self-Care Management</i>	18
2.3.1 Definisi <i>Self-Care Management</i>	18
2.3.2 Tujuan <i>Self-Care Management</i>	19
2.3.3 Komponen <i>Self-Care Management</i>	19
2.3.4 <i>Self-Care Management</i> pada Lansia.....	22
2.3.5 Faktor yang Memengaruhi <i>Self-Care Management</i>	23
2.4 Kerangka Teori	28
2.5 Kerangka Konsep.....	29
BAB III METODE PENELITIAN	30
3.1 Jenis dan Rancangan Penelitian	30
3.2 Populasi dan Sampel Penelitian	30
3.2.1 Populasi Penelitian	30
3.2.2 Sampel Penelitian	31
3.2.3 Besar Sampel.....	32
3.3 Tempat dan Waktu Penelitian.....	34
3.3.1 Tempat Penelitian.....	34
3.3.2 Waktu Penelitian	34
3.4 Variabel Penelitian, Definisi Operasional, dan Skala Pengukuran.....	35
3.4.1 Variabel Penelitian	35
3.4.2 Definisi Operasional, dan Skala Pengukuran.....	35
3.5 Instrumen Penelitian dan Cara Pengumpulan Data	39
3.5.1 Instrumen Penelitian.....	39
3.5.2 Uji reliabilitas kuesioner	41
3.5.3 Cara Pengumpulan Data.....	41
3.6 Teknik Pengolahan Data dan Analisis Data.....	44

3.6.1 Teknik Pengolahan Data	44
3.6.2 Analisis Data	48
3.7 Etika Penelitian	49
3.7.1 <i>Informed Consent</i> (Persetujuan).....	49
3.7.2 <i>Confidentiality</i> (Kerahasiaan)	50
3.7.3 <i>Justice</i> (Keadilan).....	51
3.7.4 <i>Beneficence and Non-maleficence</i> (Kebermanfaatan dan Tidak Merugikan)	51
BAB IV HASIL PENELITIAN.....	53
4.1 Karakteristik Responden	53
4.2 <i>Self-Care Management</i>	55
4.3 <i>Self-Care Management</i> berdasarkan Karakteristik Responden	56
BAB V PEMBAHASAN	64
5.1 Karakteristik Responden	64
5.2 <i>Self-Care Management</i>	68
5.3 <i>Self-Care Management</i> berdasarkan Karakteristik Responden	69
5.4 Keterbatasan Penelitian.....	74
BAB VI KESIMPULAN	75
6.1 Kesimpulan	75
6.2 Saran	76
DAFTAR PUSTAKA	78
LAMPIRAN.....	viii

DAFTAR TABEL

Nomor	Judul Tabel	Halaman
1.	Klasifikasi Hipertensi	10
2.	Definisi Operasional dan Skala Ukur	36
3.	Kode Kriteria Hasil Ukur	46
4.	Karakteristik Responden di Puskesmas Kedungmundu Periode April-Mei 2026 (n=232)	54
5.	<i>Self-Care Management</i> pada Lansia dengan Hipertensi di Puskesmas Kedungmundu Periode April-Mei 2026 (n=232)	55
6.	<i>Self-Care Management</i> berdasarkan Karakteristik Responden pada Lansia dengan Hipertensi di Puskesmas Kedungmundu Periode April-Mei 2026 (n=232)	57
7.	Sebaran Jawaban Responden Mengenai <i>Self-Care Management</i> pada Lansia dengan Hipertensi di Puskesmas Kedungmundu Periode April-Mei 2026 (n=232)	59

DAFTAR GAMBAR

Nomor	Judul Gambar	Halaman
1.	Kerangka Teori Penelitian	28
2.	Kerangka Konsep Penelitian	29

DAFTAR LAMPIRAN

Nomor	Judul Lampiran	Halaman
1.	Surat Izin Pengambilan Data	viii
2.	Perizinan Penggunaan Kuesioner	ix
3.	<i>Ethical Clearance</i>	x
4.	<i>Informed Consent</i>	xi
5.	Kuesioner Karakteristik Demografi	xiii
6.	Kuesioner <i>Hypertension Self Management Behaviour</i> <i>HSMBQ</i>	xiv
7.	Cek Turnitin	xx
8.	Output Statistik	xxi
9.	Lembar Konsultasi	xli
10.	Logbook Bimbingan	xlvi

DAFTAR SINGKATAN

ACE	:	<i>Angiotensin-Converting Enzyme</i>
ADH	:	<i>Antidiuretic Hormone</i>
CKD	:	<i>Chronic Kidney Disease</i>
eGFR	:	<i>estimated Glomerular Filtration Rate</i>
RAAS	:	<i>Renin-Angiotensin-Aldosterone System</i>
TDD	:	Tekanan Darah Diastolik
TDS	:	Tekanan Darah Sistolik
KEPK	:	Komisi Etik Penelitian Kesehatan
UMK	:	Upah Minimum Kota
SD	:	Sekolah Dasar
SMP	:	Sekolah Menengah Pertama
SMA	:	Sekolah Menengah Atas
SCM	:	<i>Self-Care Management</i>
HSMBQ	:	<i>Hypertension Self Management Behavior Questionnaire</i>
WHO	:	<i>World Health Organization</i>

Departemen Ilmu Keperawatan

Fakultas Kedokteran

Universitas Diponegoro

Juni, 2026

ABSTRAK

Vladya Indi Permana

**Gambaran Self-Care Management Pada Lansia Dengan Hipertensi Di
Puskesmas Kedungmundu Kota Semarang**

xlix + 83 Halaman +7 Tabel + 2 Gambar + 10 Lampiran

Hipertensi merupakan penyakit kronis yang banyak dialami lansia dan memerlukan pengelolaan berkelanjutan melalui *self-care management* untuk mencegah komplikasi. Namun, pelaksanaan *self-care management* pada lansia sering kali belum optimal. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran *self-care management* pada lansia dengan hipertensi di Puskesmas Kedungmundu Kota Semarang. Penelitian ini menggunakan desain deskriptif kuantitatif dengan pendekatan cross-sectional. Sampel penelitian berjumlah 232 lansia hipertensi yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling. Pengumpulan data menggunakan kuesioner *Hypertension Self-Management Behavior Questionnaire* (HSMBQ) yang telah dinyatakan valid dan reliabel berdasarkan hasil pengujian pada penelitian sebelumnya. Analisis data dilakukan secara univariat dengan distribusi frekuensi dan tabulasi silang. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar lansia memiliki *self-care management* kategori cukup (73,7%). Karakteristik responden didominasi oleh perempuan (59,5%), usia 60-74 tahun (88,8%), pendidikan SMA/ sederajat (26,7%), tidak bekerja (89,2%), pendapatan \leq UMK (96,6%), dan lama menderita hipertensi \leq 5 tahun (79,7%). Secara deskriptif, responden dengan *self-care management kategori baik ditemukan pada kelompok hipertensi terkontrol* (32,8%), *sedangkan kategori kurang ditemukan pada kelompok hipertensi tidak terkontrol* (19,8%). Temuan ini hanya menggambarkan distribusi responden dan tidak menunjukkan adanya hubungan statistic. *Self-care management* pada lansia hipertensi di Puskesmas Kedungmundu sebagian besar berada pada kategori cukup, namun masih perlu ditingkatkan terutama pada kelompok lansia yang tidak bekerja, berpendapatan rendah, dan memiliki riwayat hipertensi lebih dari 5 tahun. Hasil penelitian ini dapat menjadi dasar bagi tenaga kesehatan untuk memfokuskan edukasi pada pemantauan tekanan darah secara rutin, kepatuhan minum obat, serta penerapan diet rendah garam pada lansia dengan hipertensi.

Kata Kunci: Hipertensi, Lansia, Self-Care Management

Daftar Pustaka: 76 (2016-2026)

Department of Nursing
Faculty of Medicine
Universitas Diponegoro
June, 2026

ABSTRACT

Vladya Indi Permana

Description of Self-Care Management among Older Adults with Hypertension at Kedungmundu Primary Health Center, Semarang City

xlix + 83 Pages + 7 Tables + 2 Figures + 10 Appendices

Hypertension is a chronic disease commonly experienced by older adults and requires continuous management through self-care management to prevent complications. However, the implementation of self-care management among older adults is often not optimal. This study aimed to describe self-care management among older adults with hypertension at Kedungmundu Primary Health Center, Semarang. This study used a quantitative descriptive design with a cross-sectional approach. The sample consisted of 232 older adults with hypertension selected using purposive sampling technique. Data were collected using the Hypertension Self-Management Behavior Questionnaire (HSMBQ), which had been tested for validity and reliability. Data analysis was performed univariately using frequency distributions and descriptive cross-tabulations. The results showed that most older adults had self-care management in the sufficient category (73.7%). Respondent characteristics were predominantly female (59.5%), aged 60–74 years (88.8%), had a senior high school education (26.7%), were unemployed (89.2%), had an income \leq regional minimum wage (96.6%), and had lived with hypertension for \leq 5 years (79.7%). Descriptively, respondents with good self-care management were found in the controlled hypertension group (32.8%), while poor self-care management was observed in the uncontrolled hypertension group (19.8%). These findings merely reflect the distribution of respondents and do not indicate a statistical relationship. Self-care management among older adults with hypertension at Kedungmundu Primary Health Center was mostly in the sufficient category, but still needs improvement, especially among those who are unemployed, have low income, and have a history of hypertension for more than 5 years. The findings may serve as a basis for health workers to focus educational interventions on regular blood pressure monitoring, medication adherence, and low-sodium dietary management to support self-care management among older adults with hypertension.

Keywords: *Older Adults, Hypertension, Self-Care Management*
Bibliography: 76 (2016-2026)