

**SELF EFFICACY, SELF CARE MANAGEMENT, DAN KEPATUHAN PADA LANSIA HIPERTENSI (STUDI FENOMENOLOGI)**

**SELF EFFICACY, SELF CARE MANAGEMENT, AND ADHERENCE TO ELDERLY HYPERTENSION (FENOMENOLOGY STUDY)**

Ninda Ayu Prabasari

Fakultas Keperawatan Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya

Email: [nindaayu@ukwms.ac.id](mailto:nindaayu@ukwms.ac.id)

**ABSTRAK**

**Latar belakang:** Lama menderita, pengetahuan kurang, tingkat kejenuhan dan kebosanan dengan terapi menjadikan lansia tidak patuh dalam pengobatan, tidak memiliki keyakinan yang baik serta kurangnya manajemen perawatan diri sehingga menimbulkan komplikasi lanjut. *Self efficacy* merupakan faktor dominan dan prediktor penting pengelolaan hipertensi dalam kepatuhan pengobatan melalui manajemen perawatan diri. *Self Efficacy* akan mempengaruhi berpikir, merasa, memotivasi diri sendiri dan bertindak pada lansia hipertensi. **Tujuan:** Tujuan penelitian untuk mendapatkan data dengan mengeksplorasi *self efficacy*, *self care management*, dan kepatuhan lansia hipertensi. **Metode:** Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Populasi penelitian adalah Lansia Hipertensi berusia  $\geq 60$  tahun yang menjalankan pengobatan di Posyandu Lansia Sekar Arum RW VII Kelurahan Kertajaya Kecamatan Gubeng Surabaya sebanyak 5 partisipan yang diperoleh melalui *purposive sampling*. Pengumpulan data dilakukan dengan interview dianalisis menggunakan metode Collaizi. **Hasil:** Hasil penelitian didapatkan 9 tema yaitu Konsep *Self Efficacy*, Konsep *Self Care Management*, Konsep Kepatuhan, Respon terhadap penyakit, Keyakinan terhadap efektifitas terapi, Manajemen terapi hipertensi, faktor pendukung, faktor penghambat, Kualitas hidup. **Kesimpulan:** kualitas hidup lansia hipertensi ditentukan oleh *self efficacy*, *self care management* dan kepatuhan dalam proses pengobatan yang dijalani. Puskesmas hendaknya dapat meningkatkan kualitas hidup lansia dengan tetap memberikan dukungan pada lansia hipertensi melalui program pendidikan kesehatan yang berkelanjutan.

**Kata kunci:** *Self Efficacy*; *Self Care Management*; Kepatuhan; Lansia; Hipertensi

**ABSTRACT**

**Background:** Long suffering, lack of knowledge, the level of boredom with therapy makes the elderly are not compliant in treatment, do not have good confidence and lack of self-care management, causing further complications. *Self-efficacy* is a dominant factor and an important predictor of managing hypertension in medication adherence through self-care management. *Self-efficacy* will affect thinking, feeling, motivating yourself and acting on elderly hypertension. **Objectives:** objective of the study is to obtain data by exploring *self-efficacy*, *self-care management*, and adherence to elderly hypertension **Methods:** This study used qualitative method with a phenomenological approach. The study population was elderly hypertension aged  $\geq 60$  years who were undergoing treatment at Posyandu Lansia Sekar Arum RW VII Kertajaya Sub-District, Gubeng Sub-District Surabaya as many as 5 participants who were obtained through *purposive sampling*. Data collection was carried out by interview analyzed using Collaizi method. **Results:** The results showed 9 themes, namely the Concept of *Self Efficacy*, the Concept of *Self Care Management*, the Concept of Compliance, Response to Disease, Confidence in the effectiveness of therapy, Management of hypertension therapy, supporting factors, inhibiting factors, Quality of life. **Conclusion:** Elderly hypertension quality life is determined by *self-efficacy*, *self-care management* and adherence to treatment process which is undertaken. Primary health care center should be able to improve the quality of life of the elderly by continuing to provide support to elderly hypertension through ongoing health education programs.

**Keywords:** *Self Efficacy*, *Self-Care Management*, Compliance, Elderly, Hypertension

## PENDAHULUAN

Salah satu masalah kesehatan yang sering terjadi pada lansia adalah hipertensi atau tekanan darah tinggi (Kowalski, 2010). Penyakit hipertensi merupakan penyakit kronis dan memiliki karakteristik tekanan darah yang cenderung naik turun, sehingga diperlukan pengobatan yang lama bahkan mungkin seumur hidup. Penanganan hipertensi dan lamanya pengobatan dianggap kompleks sehingga memerlukan biaya pengobatan yang tinggi (Triyanto, 2014). Lama menderita, pengetahuan yang kurang akan hipertensi, tingkat kejenuhan dan kebosanan dengan terapi yang sedang dijalankan terkadang tidak jarang lansia menjadi tidak patuh dalam pengobatan, tidak memiliki keyakinan dalam perawatan yang baik serta kurangnya manajemen perawatan diri sehingga menimbulkan komplikasi yang lebih lanjut.

Salah satu penyebab kurangnya manajemen perawatan diri (*self care management*) lansia hipertensi yang memadai yaitu akibat perilaku individu lansia itu sendiri. Perilaku menunjukkan bahwa mendorong pasien untuk memiliki *self efficacy* yang tinggi dalam kemampuan mereka untuk merawat tekanan darah tinggi mereka dapat menghasilkan beberapa manfaat dalam hal kepatuhan perawatan diri mereka termasuk kepatuhan dalam mengonsumsi obat anti hipertensi (Jan Warren-Findlow, 2012). Hasil Penelitian di Organisasi Manajemen Kesehatan di Eropa Selatan menunjukkan bahwa sebanyak 60,4% penderita hipertensi memiliki perilaku yang kurang baik terhadap diet hipertensi. 50% dari pasien hipertensi tidak mematuhi anjuran petugas kesehatan untuk mengonsumsi obat, yang menyebabkan banyak pasien hipertensi yang tidak dapat mengendalikan tekanan darah dan berujung pada kematian pasien (Marie Krousel-Wood, a Tareq Islam, Larry S Webber, Richard Re, 2009). Berdasarkan wawancara yang dilakukan kepada 3 lansia, lansia – lansia tersebut mengemukakan bahwa mereka memiliki penyakit darah tinggi lebih dari 5 tahun dan saat ini mereka terkadang mulai merasa bosan untuk minum obat, kadang minum obat jika merasa pusing saja, tengkuk terasa berat, bosan untuk diet makanan yang dapat mengurangi hipertensi, penurunan motivasi untuk pengobatan dan menurunnya pengaturan diri sendiri untuk mempertahankan tensi yang normal.

Prevalensi hipertensi semakin meningkat apabila penanganan hipertensi tidak dilakukan sejak dini. (Novian, 2013) yang mengemukakan individu yang mempunyai faktor risiko hipertensi harus waspada serta melakukan upaya pencegahan sedini mungkin. Individu dengan penyakit jantung disarankan untuk melaksanakan *self-management* sebagai salah satu manajemen penyakit dalam kehidupan sehari – hari (Richard & Shea, 2011). Hasil Penelitian Lin mengungkapkan program manajemen diri (*self management*) dikembangkan untuk mendukung pasien dengan penyakit kronis, salah satunya penyakit hipertensi (Lin, 2006). Hae

Ra menyatakan hipertensi adalah penyakit yang dapat dikendalikan dengan manajemen perawatan diri (*self care management*) (Hae-Ra Han,1 Hwayun Lee,1 Yvonne Commodore-Mensah, 2015). Penelitian yang dilakukan (Zhong et al., 2011) menyatakan bahwa *self care management* merupakan kemampuan individu mempertahankan perilaku yang efektif meliputi mengikuti diet dan olahraga, penggunaan obat diresepkan, pemantauan mandiri dan koping emosional. Lansia hipertensi mengalami kesulitan dalam melakukan perawatan diri atau *self care management* pada dirinya sendiri yang dapat memperburuk status kesehatannya. Kurangnya *self care management* pada lansia hipertensi dianggap suatu hal yang biasa, padahal hal ini dapat berpotensi terjadinya komplikasi pada lansia dengan hipertensi (Kelly-Hayes, 2010).

Hasil penelitian (Lee et al., 2009) mengungkapkan bahwa dalam melakukan manajemen perawatan diri, efikasi diri (*self efficacy*) merupakan faktor yang paling dominan dalam mengelola hipertensi. Semakin tinggi efikasi diri seseorang, maka semakin baik hasil manajemen perawatan dirinya. Sejalan dengan penelitian tersebut mengungkapkan bahwa *Self Efficacy* merupakan faktor utama yang mempengaruhi perawatan diri penyakit kronis dan menurut (Permatasari, L., Lukman, M., 2014) menyatakan dalam melakukan perawatan diri, *Self Efficacy* merupakan faktor yang paling dominan dalam pengelolaan hipertensi.

*Self Efficacy* akan mempengaruhi bagaimana seseorang berpikir, merasa, memotivasi diri sendiri dan bertindak. Efikasi diri merupakan prediktor penting dalam menentukan tingkat kepatuhan dalam melaksanakan manajemen perawatan diri. Semakin tinggi efikasi diri seseorang, maka semakin baik hasil manajemen perawatan dirinya. Efikasi diri dibutuhkan agar penderita hipertensi termotivasi untuk dapat memperoleh derajat kesehatan yang lebih baik lagi melalui keyakinannya menjalankan manajemen perawatan diri (Hu et al., 2013). (EP Sarafino, 2014) hal yang paling terpenting yang harus dimiliki oleh individu untuk dapat melaksanakan perilaku sehat adalah *self-efficacy*. Semakin tinggi *Self Efficacy* individu maka akan semakin baik perawatan dirinya (Bandura, 2010). (Warren-Findlow et al., 2012) mengemukakan bahwa *self efficacy* yang baik secara signifikan dihubungkan dengan kepatuhan pengobatan dan diet.

Pasien hipertensi harus memiliki *self efficacy* yang tinggi untuk memotivasi dan meyakinkan diri sendiri mampu mencapai gaya hidup yang sehat. Dengan memiliki *self efficacy* yang tinggi pasien hipertensi mampu menjalankan gaya hidup sehat sehingga meminimalkan komplikasi serta meningkatkan kualitas hidupnya dan pasien yang memiliki *self efficacy* yang rendah lebih cenderung tidak memperhatikan gaya hidup sehat (Indah, L.P., Mamat, L., 2014).

Pengalaman lansia hipertensi di komunitas sangat bervariasi, yang tidak dapat diungkapkan secara kuantitatif, pengalaman lansia akan memberikan informasi yang berguna bagi intervensi perawatan yang tepat sehingga dapat mendukung proses perawatan lansia dimasa yang akan datang. Berdasarkan uraian diatas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian *self efficacy*, *self care management* dan kepatuhan pada lansia hipertensi untuk mengetahui sejauh mana pengalaman lansia hipertensi melakukan manajemen perawatan diri mereka.

## **METODE**

Desain penelitian ini menggunakan desain kualitatif melalui pendekatan fenomenologis dengan tujuan untuk mendapatkan data dengan mengeksplorasi dan menggambarkan *self efficacy*, *self care management*, dan kepatuhan pada lansia hipertensi. Partisipan dalam penelitian ini diperoleh melalui *purposive sampling*. Populasi penelitian adalah lansia yang tergabung di Posyandu Lansia Sekar Arum RW VII Kelurahan Kertajaya Kecamatan Gubeng Surabaya dengan kriteria inklusi lansia yang menderita Hipertensi, lansia hipertensi yang menjalankan pengobatan hipertensi dan berusia  $\geq 60$  tahun. Penelitian ini dilakukan pada bulan Mei sampai dengan Juni 2020. Pengambilan data dilakukan melalui wawancara yang mendalam (*indepth interview*) dengan pedoman wawancara berupa pertanyaan semi-terstruktur. Data yang didapatkan dilakukan analisis data dengan mempergunakan metode Colaizzi.

## **HASIL**

Hasil penelitian didapatkan 9 tema penelitian. Tema pertama dalam penelitian yaitu konsep *self efficacy* dengan sub tema dibagi 2 yaitu definisi dan sumber, tema yang kedua adalah konsep *Self Care Management* yang dibagi menjadi 3 sub tema yaitu definisi, tujuan dan manfaat, tema yang ketiga yaitu konsep kepatuhan dengan dua subtema definisi dan faktor yang mempengaruhi kepatuhan, tema keempat yaitu respon terhadap penyakit, tema kelima yaitu keyakinan terhadap efektifitas terapi, tema keenam manajemen terapi hipertensi yang terbagi menjadi 6 subtema yaitu diet, olahraga, obat dan mengukur tekanan darah teratur, kontrol, tidak merokok dan menghindari faktor pencetus, tema ketujuh yaitu faktor pendukung dengan subtema dukungan sosial, tema ke delapan yaitu faktor penghambat yang terbagi menjadi 2 subtema yaitu lama menderita dan kebosanan dan tema yang terakhir yaitu kualitas hidup.

## PEMBAHASAN

Pemahaman lansia hipertensi tentang *self efficacy*, *self care management*, dan kepatuhan pada lansia hipertensi. Konsep *self efficacy* yang dipahami oleh subyek penelitian dibagi dalam 2 sub tema yaitu definisi dan sumber. Definisi *self efficacy* yang dipahami oleh partisipan adalah keyakinan, motivasi dan optimis dalam menghadapi suatu penyakit. Adanya semangat dari partisipan, optimis dan keyakinan untuk memperbaiki perilaku selama ini menjadi lebih baik seperti mematuhi aturan dokter, rajin minum obat sehingga tekanan darah bisa terkontrol dan hidup menjadi lebih sehat. Sumber *self efficacy* yang menjadi pengalaman partisipan berasal dari diri sendiri, anak – anak, cucu , keluarga dan teman, yang menjadikan partisipan yakin dan termotivasi untuk mengubah pola hidup menjadi lebih baik lagi, pengalaman sesama teman yang memiliki hipertensi menjadi acuan untuk merubah perilaku yang menjadi lebih baik lagi. Dukungan dan motivasi keluarga menjadi salah satu sumber utama efikasi diri partisipan. Sejalan dengan hasil penelitian *Self efficacy* menurut Bandura (2004) dalam (Permatasari, L., Lukman, M., 2014) adalah keyakinan seseorang tentang kemampuan mereka untuk menghasilkan tindakan yang ingin dicapai dan mempunyai pengaruh pada kehidupan mereka. Keyakinan tentang *self efficacy* akan memberikan dasar motivasi, kesejahteraan seseorang. *Self efficacy* akan menentukan bagaimana seseorang merasa, berfikir, memotivasi dirinya dan berperilaku. *Self efficacy* telah dianggap sebagai prediktor yang paling menonjol untuk perubahan perilaku kesehatan seperti kepatuhan terhadap pengobatan pada pasien dengan penyakit kronis(Saffari et al., 2015).

Subyek penelitian mengungkapkan konsep *self care management* dalam 3 sub tema yaitu definisi, tujuan dan manfaat. Sub tema pertama yaitu definisi *self care management* dikemukakan oleh partisipan sebagai suatu hal yang dilakukan dengan membatasi, mengurangi dan merubah kebiasaan yang tidak diperbolehkan atau yang dapat menyebabkan darah tinggi. *Self care* merupakan perilaku yang dipelajari dan merupakan suatu tindakan sebagai respons atas suatu kebutuhan. Tujuan *self care management* yang dilakukan oleh partisipan yaitu mengatur diri sendiri supaya tekanan darah menjadi normal atau stabil dengan cara melakukan seperti menjaga pola makan dengan mengurangi makanan yang asin, tidak merokok sesuai, dan mematuhi saran yang diberikan oleh tenaga kesehatan.

Menurut (Anice de Fátima Ahmad Balduino, Maria de Fátima Mantovani, Maria Ribeiro Lacerda, 2013) tujuan manajemen diri hipertensi adalah memperoleh informasi untuk berhenti merokok, mengontrol berat badan, melakukan aktivitas fisik secara teratur, nutrisi yang tepat, mengurangi garam dan memonitor tekanan darah. Manajemen diri pada pasien

hipertensi mendorong individu sadar terhadap perilaku mereka ke depan terhadap status kesehatan untuk mengkaji adanya potensi yang berbahaya. Manfaat *selfcare management* yang dialami oleh partisipan dikemukakan yaitu mematuhi aturan atau saran dari petugas kesehatan dirasakan partisipan akan membawa kesehatan kearah yang lebih baik yaitu tekanan darah menjadi stabil dan tidak terjadi komplikasi. Saran yang didapatkan bisa pada saat partisipan melakukan kontrol rutin ke puskesmas. Menurut (Tanya L.Packera, Duncan Boldy, 2012) manfaat manajemen diri yaitu manajemen diri mendukung partisipasi aktif pasien terhadap pengobatan, meminimalkan dampak penyakit kronik pada fungsi dan status kesehatan serta kolaborasi pasien dengan tenaga kesehatan

Konsep kepatuhan merupakan tema ketiga dari penelitian ini dengan 2 sub tema yang didapatkan dari subyek penelitian yaitu definisi dan faktor yang mempengaruhi kepatuhan. Definisi kepatuhan yang dikemukakan oleh partisipan adalah taat, patuh pada aturan yang diberikan oleh dokter atau tenaga kesehatan, mematuhi apa saja yang boleh dan tidak boleh dilakukan. faktor yang mempengaruhi kepatuhan dikemukakan oleh partisipan adalah keluarga memberikan dukungan yaitu istri, anak yang tinggal satu rumah ataupun anak yang tidak tinggal satu rumah. Menurut (Notoatmodjo, 2010) faktor yang mempengaruhi kepatuhan adalah pemahaman tentang instruksi, tingkat pendidikan, kesakitan dan pengobatan, keyakinan sikap dan kepribadian, dukungan keluarga.

Pada bagian kedua yaitu cara lansia hipertensi dalam menerapkan *self efficacy, self care management*, dan kepatuhan pada lansia hipertensi. Respon terhadap penyakit juga dialami dan dirasakan oleh partisipan selama menderita hipertensi yang dikemukakan oleh partisipan seperti partisipan mulai semakin tau kondisi tubuh dan tanda – tanda yang terjadi pada tubuh jika tekanan darah tinggi naik dan partisipan sudah melakukan cara yang digunakan untuk menurunkan tekanan darahnya. Menurut (Sangi dkk., 2016) Sikap adalah suatu respon atau reaksi seseorang dari suatu stimulus yang diberikan dan akan mendasari seseorang untuk melakukan sesuatu atau menimbulkan perilaku. Bahwa sikap merupakan reaksi orang yang dapat menimbulkan efek menjadi perilaku, maka dari itu sikap merupakan faktor yang sangat berpengaruh terhadap perilaku patuh dalam meminum obat antihipertensi.

Keyakinan terhadap efektifitas terapi, pengalaman partisipan yaitu jika mereka rajin mengkonsumsi obat darah tinggi, tepat waktu dan teratur dalam mengkonsumsi mereka merasakan manfaat yang terjadi didalam tubuhnya seperti tidak merasakan tanda – tanda peningkatan darah tinggi kepala berat, tengkuk kaku. Menurut Netha memaparkan bahwa

perilaku penatalaksanaan hipertensi dipengaruhi oleh persepsi pasien terhadap penyakit yang diderita (Netha Damayantie, Erna Heryani, 2018) .

Manajemen terapi hipertensi yang menjadi pengalaman subyek penelitian didapatkan sebanyak 6 subtema yaitu diet, olahraga, obat dan mengontrol tekanan darah teratur, kontrol, tidak merokok dan menghindari faktor pencetus. Untuk pemantauan tekanan darah pada pasien hipertensi diperlukan strategi dalam pengontrolan tekanan darah. Pada pasien hipertensi untuk pengontrolan tekanan darah diperlukan kemampuan pasien dalam merawat dirinya. Menurut (Oktarina et al., 2019) olahraga dalam arti sempit adalah latihan gerak badan untuk menguatkan atau menyehatkan badan. Secara umum olahraga tidaklah sekedar bermanfaat untuk membina kesegaran jasmani saja, akan tetapi dapat pula mengobati beberapa jenis penyakit, diantaranya ialah penyakit jantung, diabetes mellitus dan hipertensi.

Faktor penghambat dan faktor pendukung yang dialami dalam menerapkan *self efficacy*, *self care management*, dan kepatuhan pada lansia hipertensi. Faktor dukungan selama menjalani manajemen terapi hipertensi juga merupakan hal yang dialami dan dirasakan oleh partisipan. Penelitian yang dilakukan oleh Kusumaning (2013) dalam (Oktarina et al., 2019) membuktikan bahwa ada hubungan antara dukungan sosial keluarga dan hipertensi. Jadi dukungan sosial dari keluarga dirasakan sebagai penyemangat untuk selalu melakukan pengobatan, perubahan dalam mengkonsumsi makanan.

Faktor penghambat juga didapatkan dari hasil wawancara dengan partisipan. Faktor penghambat yang dirasakan oleh partisipan yaitu lama menderita dan kebosanan. Ketidaktepatuhan terhadap pengobatan anti-hipertensi menjadi salah satu penyebab kurangnya pengendalian tekanan darah (Tomaszewski et al., 2014). Ketidaktepatuhan pengobatan hipertensi disebabkan oleh beberapa faktor, seperti pemilihan obat, biaya pengobatan, lama menderita hipertensi, tingkat pengetahuan tentang hipertensi, peran petugas kesehatan, dukungan keluarga dan sosial yang kurang, tingkat pendidikan terakhir, serta kondisi sosio ekonomi (Puspita, 2016).

Manfaat yang dirasakan oleh partisipan selama menjalani dan menerapkan *self efficacy*, *self care management*, dan kepatuhan pada lansia hipertensi adalah kualitas hidup. (Mangendai et al., 2017) yang menyatakan Kepatuhan pengobatan pasien hipertensi merupakan hal penting karena hipertensi merupakan penyakit yang tidak dapat disembuhkan tetapi harus selalu dikontrol atau dikendalikan agar tidak terjadi komplikasi yang dapat berujung pada kematian. Dengan mengontrol tekanan darahnya penderita hipertensi lansia dapat menikmati masa tuanya dengan baik.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa *self efficacy*, *self care management* dan kepatuhan lansia dalam proses pengobatan lebih banyak dipengaruhi oleh informasi yang didapatkan melalui pendidikan kesehatan. Hal ini dapat dijadikan dasar dalam melakukan penelitian mendalam tentang dukungan tenaga kesehatan, anggota keluarga dan masyarakat dalam *self efficacy*, *self care management* dan kepatuhan lansia hipertensi dalam pengobatan yang dilakukan.

## KESIMPULAN

Hasil penelitian mengidentifikasi 9 tema penelitian yaitu konsep *Self Efficacy*, konsep *Self Care Management*, konsep kepatuhan, respon terhadap penyakit, keyakinan terhadap efektifitas terapi, manajemen terapi hipertensi, faktor pendukung, faktor penghambat, dan kualitas hidup. Untuk konsep *self efficacy* didapatkan dua sub tema definisi dan sumber, untuk konsep *self care management* diperoleh definisi, tujuan dan manfaat, konsep kepatuhan terbagi menjadi 2 sub tema yaitu definisi dan faktor yang mempengaruhi kepatuhan. Pada manajemen terapi hipertensi diperoleh diet, olahraga, obat, kontrol, tidak merokok dan menghindari faktor pencetus. Untuk faktor penghambat dalam pengobatan didapatkan lama menderita dan kebosanan

## UCAPAN TERIMAKASIH

Peneliti mengucapkan terimakasih kepada Rektor, LPPM dan Fakultas Keperawatan Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya atas kesempatan untuk melakukan penelitian dan publikasi penelitian ini.

## DAFTAR PUSTAKA

- Anice de Fátima Ahmad Balduino, Maria de Fátima Mantovani, Maria Ribeiro Lacerda, M. J. M. (2013). Conceptual self-management analysis of hypertensive individuals. *Revista Gaucha de Enfermagem*, 34(4), 37–44. <https://doi.org/10.1590/s1983-14472013000400005>
- Bandura, A. (2010). *Self efficacy: The Exercise of Control*. W. H. Freeman & Company. <https://doi.org/https://doi.org/10.1002/9780470479216.corpsy0836>
- EP Sarafino, T. S. (2014). *Health psychology: Biopsychosocial interactions*. University of Utah.
- Hae-Ra Han,<sup>1</sup> Hwayun Lee,<sup>1</sup> Yvonne Commodore-Mensah,<sup>1</sup> and Miyong Kim<sup>2</sup>. (2015). Development and Validation of the Hypertension Self-Care Profile: A Practical Tool to Measure Hypertension Self-Care. *J Cardiovasc Nurs.*, 29 (3), E11–E20. <https://doi.org/https://dx.doi.org/10.1097%2FJCN.0b013e3182a3fd46>
- Hu, H., Li, G., & Arao, T. (2013). Validation of a Chinese Version of the Self-Efficacy for Managing Chronic Disease 6-Item Scale in Patients with Hypertension in Primary Care.

- ISRN Public Health*, 2013, 1–6. <https://doi.org/10.1155/2013/298986>
- Indah, L.P., Mamat, L., S. (2014). Hubungan dukungan keluarga dan self efficacy dengan perawatan diri lansia hipertensi. *Jurnal Kesehatan Komunitas*, 10(2).
- Jan Warren-Findlow, R. B. S. & L. R. B. H. (2012). The Association Between Self-Efficacy and Hypertension Self-Care Activities Among African American Adults. *Journal of Community Health*, 37, 15–24. <https://doi.org/10.1007/s10900-011-9410-6>
- Kelly-Hayes, M. (2010). Influence of Age and Health Behaviors on Stroke Risk: Lessons from Longitudinal Studies. *Journal of the American Geriatrics Society*, 58(2). <https://doi.org/10.1111/j.1532-5415.2010.02915.x>
- Kowalski, R. E. (2010). *Terapi hipertensi : program 8 minggu menurunkan tekanan darah tinggi & mengurangi resiko Serangan jantung & stroke*. Penerbit Qanita.
- Lee, H., Ahn, S., & Kim, Y. (2009). Self-care, self-efficacy, and glycemic control of Koreans with diabetes mellitus. *Asian Nursing Research*, 3(3), 139–146. [https://doi.org/10.1016/S1976-1317\(09\)60025-6](https://doi.org/10.1016/S1976-1317(09)60025-6)
- Lin, K. W. (2006). Self-Management Programs Help Patients with Chronic Disease. *American Family Physician*, 73(7), 1260,1263.
- Mangendai, Y., Rompas, S., & Hamel, R. (2017). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kepatuhan Berobat Pada Pasien Hipertensi Di Puskesmas Ranotana Weru. *Jurnal Keperawatan UNSRAT*, 5(1), 109214.
- Marie Krousel-Wood, a Tareq Islam, Larry S Webber, Richard Re, D. E. M. and P. M. (2009). New medication adherence scale versus pharmacy fill rates in hypertensive seniors. *Am J Manag Care*, 15(1), 59–66.
- Netha Damayantie, Erna Heryani, M. M. (2018). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Perilaku Penatalaksanaan Hipertensi oleh Penderita di Wilayah Kerja Pskesmas Sekernan Ilir Kabupaten Muaro Jambi tahun 2018. *Jurnal Ners Dan Kebidanan*, 5(3). <https://doi.org/10.26699/jnk.v5i3.ART.p224-232>
- Notoatmodjo, S. (2010). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Rineka Cita.
- Novian, A. (2013). *KEPATUHAN DIIT PASIEN HIPERTENSI ( Studi Pada Pasien Rawat Jalan di Rumah Sakit Islam Sultan Agung Semarang Tahun 2013 )* Arista Novian.
- Oktarina, E., Haqiqi, H., & Afrianti, E. (2019). Studi Fenomenologi Tentang Pengalaman Pasien Hipertensi Terhadap Perawatan Dirinya di Wilayah Kerja Puskesmas Andalas Padang Tahun 2017. *NERS Jurnal Keperawatan*, 14(1), 1. <https://doi.org/10.25077/njk.14.1.1-10.2018>
- Permatasari, L., Lukman, M., & S. (2014). Hubungan dukungan keluarga dan self efficacy dengan perawatan diri lansia hipertensi. *Jurnal Kesehatan Komunitas Indonesia*, 10(2), 993–1003.
- Puspita, E. (2016). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kepatuhan Penderita Hipertensi Dalam Menjalani Pengobatan. *Universitas Negeri Semarang*, XVII+ 107 halaman + 28 tabel + 3 gambar + 16 lampi.
- Richard, A. A., & Shea, K. (2011). Delineation of Self-Care and Associated Concepts. *Journal of Nursing Scholarship*, 43(3), 255–264. <https://doi.org/10.1111/j.1547-5069.2011.01404.x>
- Saffari, M., Zeidi, I. M., Fridlund, B., Chen, H., & Pakpour, A. H. (2015). A Persian Adaptation of Medication Adherence Self-Efficacy Scale (MASES) in Hypertensive Patients: Psychometric Properties and Factor Structure. *High Blood Pressure and Cardiovascular Prevention*, 22(3), 247–255. <https://doi.org/10.1007/s40292-015-0101-8>
- Sangi dkk. (2016). *Faktor -faktor yang berhubungan dengan kepatuhan minum obat pada pasien hipertensi di instalansi gawat darurat RS Bethesda*.
- Tanya L.Packera, Duncan Boldy, S. G. H. O. (2012). Self-management programs conducted within a practice setting: Who participates, who benefits and what can be learned? *Patient*

*Education and Counseling*, 87(1), 93–100.

- Tomaszewski, M., White, C., Patel, P., Masca, N., Damani, R., Hepworth, J., Samani, N. J., Gupta, P., Madira, W., Stanley, A., & Williams, B. (2014). High rates of non-adherence to antihypertensive treatment revealed by high-performance liquid chromatography-tandem mass spectrometry (HP LC-MS/MS) urine analysis. *Heart*, 100(11), 855–861. <https://doi.org/10.1136/heartjnl-2013-305063>
- Triyanto, E. (2014). *Pelayanan Keperawatan Bagi Penderita Hipertensi Secara Terpadu*. Graha Ilmu.
- Warren-Findlow, J., Seymour, R. B., & Huber, L. R. B. (2012). The association between self-efficacy and hypertension self-care activities among African American adults. *Journal of Community Health*, 37(1), 15–24. <https://doi.org/10.1007/s10900-011-9410-6>
- Zhong, X., Tanasugarn, C., Fisher, E. B., Krudsood, S., & Nityasuddhi, D. (2011). Awareness and practices of self-management and influence factors among individuals with type 2 diabetes in urban community settings in Anhui province, China. *Southeast Asian Journal of Tropical Medicine and Public Health*, 42(1), 184–196.