



Hubungan Dukungan Sosial, Efikasi Diri, dan Sikap dengan Self Management serta Perilaku Kontrol Rutin Pasien Hipertensi

Yanto Rudianto¹, Farida Yuliaty², Taufan Nugroho³

^{1,2,3}Pasca Sarjana, Magister Manajemen, Universitas Sangga Buana YPKP

¹yruudianto2109@gmail.com, ²farida.yuliaty@usbvypkp.ac.id, ³ibr_nug@yahoo.co.id

Abstrak

Hipertensi merupakan salah satu penyakit kronis yang banyak mendapat perhatian dari berbagai kalangan masyarakat karena dapat menimbulkan dampak serius, baik dalam jangka pendek maupun jangka panjang, seperti komplikasi kardiovaskular dan penurunan kualitas hidup. Kondisi ini menuntut adanya upaya penanggulangan yang komprehensif, terarah, dan berkelanjutan, khususnya dalam konteks pelayanan kesehatan primer. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis secara mendalam pengaruh dukungan sosial, self-efficacy, dan sikap terhadap peningkatan self management, yang pada akhirnya berimplikasi pada perilaku kontrol rutin pasien hipertensi di UPTD Puskesmas Kertajati Kabupaten Majalengka. Metode penelitian yang digunakan adalah deskriptif verifikatif dengan melibatkan 107 pasien hipertensi yang dipilih melalui teknik simple random sampling guna memastikan representativitas data. Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara terstruktur menggunakan kuesioner, sementara analisis data menggunakan pendekatan analisis deskriptif dan analisis jalur (path analysis) untuk melihat hubungan langsung maupun tidak langsung antarvariabel. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dukungan sosial, self-efficacy, sikap, self management, dan perilaku kontrol rutin berada pada kategori sangat baik, menggambarkan kesiapan dan keterlibatan pasien yang cukup tinggi dalam pengelolaan penyakitnya. Secara parsial, dukungan sosial, self-efficacy, dan sikap terbukti berpengaruh signifikan terhadap self management. Selanjutnya, self management memiliki pengaruh signifikan terhadap perilaku kontrol rutin. Hasil analisis jalur juga mengindikasikan bahwa self management berperan sebagai mediator dalam hubungan antara dukungan sosial, self-efficacy, dan sikap terhadap perilaku kontrol rutin. Berdasarkan temuan ini, Puskesmas disarankan untuk meningkatkan edukasi komprehensif, memperkuat kegiatan kelompok, serta mengoptimalkan program Prolanis guna meningkatkan dukungan sosial, self-efficacy, dan sikap pasien dalam mengelola hipertensi.

Kata kunci: Dukungan Sosial, Self-Efficacy, Sikap, Self Management, Perilaku Kontrol Rutin

1. Latar Belakang

Hipertensi merupakan salah satu masalah kesehatan yang cukup berbahaya di seluruh dunia karena hipertensi merupakan faktor risiko utama yang mengarah kepada penyakit kardiovaskuler seperti serangan jantung, gagal jantung, stroke dan penyakit ginjal (Nurhasanah et al., 2020). Menurut Organisasi Kesehatan Dunia, 1,28 miliar orang dewasa di seluruh dunia yang tinggal di negara-negara berpenghasilan rendah dan menengah mengalami hipertensi. Hipertensi adalah penyebab utama kematian dini di seluruh dunia (WHO, 2023). Tingginya prevalensi hipertensi menyebabkan sering disebut sebagai penyakit tidak menular paling mematikan atau biasa disebut *The Silent Killer* karena sering kali dijumpai tanpa gejala, penyakit degeneratif ini mempunyai tingkat mortalitas yang tinggi untuk mempengaruhi kualitas hidup dan produktivitas seseorang (Nildawati et al., 2020). Selain disebut *The Silent Killer*, hipertensi juga dikenal sebagai *heterogeneous group of disease* karena dapat menyerang siapa saja dari berbagai kelompok umur, sosial dan ekonomi (Nurhasana et al., 2020).

Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018 melaporkan prevalensi hipertensi di Indonesia meningkat dari 25,8% pada tahun 2013 menjadi 34,1% pada tahun 2018 (Kemenkes RI, 2021). Prevalensi hipertensi di Indonesia pada tahun 2023 adalah 30,8%. Jumlah penderita hipertensi di Jawa Barat menurut laporan Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Barat tahun 2023 adalah 3.212.072 jiwa, mengalami peningkatan sebesar 39,09% dari tahun sebelumnya. Berdasarkan Profil Kesehatan Kabupaten Majalengka tahun 2022, jumlah penderita hipertensi yang mendapat pelayanan kesehatan di Kabupaten Majalengka sebanyak 98.798 jiwa (10,2%), sedangkan di UPTD Puskesmas Kertajati sebanyak 2.799 jiwa (15,0%).

Menurut WHO (2023), diperkirakan 46% orang dewasa yang menderita hipertensi tidak menyadari penyakit mereka, dan hanya 42% orang dewasa yang mengalami hipertensi mendapatkan diagnosis dan pengobatan. Sekitar 21% orang dewasa memiliki tekanan darah tinggi yang dapat dikontrol. Pasien hipertensi disebut melakukan kontrol secara rutin ketika pasien memiliki tekanan darah stabil dan datang ke layanan kesehatan dalam jangka waktu kurang atau sama dengan tiga bulan (Hinkle & Cheever, 2014), atau memiliki tekanan darah yang tidak stabil dan datang ke layanan kesehatan dalam jangka waktu kurang atau sama dengan tiga minggu (NHFA, 2016).

Tindakan untuk mengontrol hipertensi, seperti pengendalian diri sendiri, diperlukan karena hipertensi meningkatkan risiko penyakit kardiovaskuler, kelelahan, penyakit ginjal, dan penyakit lainnya (Hadibrata & Rantepadang, 2023). Kemampuan klien hipertensi untuk mengelola dirinya sendiri di rumah tanpa bantuan dokter atau perawat dikenal sebagai *self-care management* (Salami, 2021), maka perilaku *self care management* yang baik dapat terawat dengan baik (Brokalaki et al., 2023). Penelitian yang dilakukan oleh Nabila et al. (2022), bahwa *self management* klien hipertensi berada pada kategori cukup yaitu sebanyak 128 responden (78,2%). Didukung juga penelitian yang dilakukan oleh Rohmah (2023), bahwa menunjukkan hasil *self care management* klien hipertensi dengan kategori cukup (54,4%).

Salah satu faktor yang mempengaruhi manajemen perawatan hipertensi adalah efikasi diri. Menurut Rozani (2019), efikasi diri adalah faktor yang mendukung manajemen perawatan hipertensi. Peran efikasi diri terhadap *self-care management* yaitu membentuk suatu keyakinan diri terhadap kesembuhan diri dari penyakit. Individu dengan efikasi yang kuat, adanya komitmen yang tinggi dalam mencapai tujuan, namun seseorang dengan komitmen buruk pada efikasi diri juga akan mempunyai komitmen yang rendah dalam mencapai tujuan (Rasdiyanah, 2022). Penelitian Rusminingsih et al., (2021), menunjukkan terdapat korelasi yang signifikan antara efikasi diri dengan perilaku manajemen perawatan diri sendiri. Penelitian Fauziah & Syahputra (2021) juga menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara efikasi diri dan perilaku manajemen perawatan diri pada klien hipertensi di Kabupaten Batubara. Sejalan dengan penelitian Hadibrata & Rantepadang (2023), menunjukkan pada klien hipertensi, ada korelasi yang signifikan antara manajemen perawatan diri dan efikasi diri. Berdasarkan penelitian Mubarakah & Mutiara (2021), menunjukkan bahwa pada klien hipertensi, terdapat korelasi antara efikasi diri dan pengendalian diri sendiri.

Dukungan sosial juga merupakan faktor yang mempengaruhi perilaku *self care management* hipertensi (Khomsatun & Sari, 2021). Dukungan sosial adalah penerimaan atau dukungan yang berupa nasehat, motivasi, dan bimbingan untuk memecahkan masalah dalam hidup yang diberikan oleh orang-orang yang dekat dengan seseorang yang membuat masalah tersebut terlihat dihargai, diperhatikan, dan dibantu dalam mengatasi penyakitnya (Fajar Noorrahman et al., 2023). Berdasarkan penelitian yang dilakukan Khomsatun & Sari (2021), perilaku manajemen diri yang berkaitan dengan asupan makanan dan berat badan ditunjukkan hubungan yang signifikan dengan dukungan sosial. Mahfud et al., (2019) menunjukkan bahwa dukungan sosial dan manajemen kesejahteraan diri terkait.

Teori *Proceed-Preceed Green* mendukung konsep bahwa perilaku kontrol rutin dipengaruhi oleh sikap sebagai faktor predisposisi dan dukungan keluarga sebagai faktor penguat (*reinforcing*) pasien (Nursalam, 2016). Menurut Dheni Koerniawan, Sri Indaryati dan Sry Istiyani (2019) menyatakan bahwa upaya pembentukan dan mempertahankan perilaku khususnya dalam konteks perilaku kontrol rutin pasien hipertensi adalah dengan meningkatkan sikap yang baik pada pasien hipertensi dalam mengambil keputusan untuk mau meningkatkan kesehatannya dengan cara kontrol ke pelayanan kesehatan secara rutin. Green (1980) dalam model *Proceed-Preceede* menyatakan bahwa sikap sebagai salah satu faktor predisposisi dipengaruhi oleh faktor pendorong (*reinforcing*) seperti sikap dan perilaku petugas kesehatan dan keluarga sehingga serta sikap dan dukungan keluarga mempengaruhi perilaku sehat dan gaya hidup individu (Notoatmodjo, 2016). Hasil penelitian Istiyani menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara sikap dan dukungan keluarga dengan perilaku kontrol rutin pasien (Istiyani, Koerniawan dan Indaryati, 2018). Begitu juga dengan penelitian Dheni Koerniawan, Sri Indaryati dan Sry Istiyani (2019) menunjukkan sikap berpengaruh secara signifikan terhadap perilaku kontrol rutin.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan pada 20 pasien hipertensi di UPTD Puskesmas Kertajati bulan Nopember 2024, diperoleh hasil sebagai berikut :

Tabel 1.1 Hasil Studi Pendahuluan Gambaran Dukungan Sosial, *Self-efficacy*, Sikap, *Self Management* dan Perilaku Kontrol Rutin Pasien Hipertensi di UPTD Puskesmas Kertajati Tahun 2024

No.	Variabel	Frekuensi	Persentase (%)
1.	Dukungan Sosial	14	70,0
	- Rendah	6	30,0
	- Tinggi		
2.	<i>Self-efficacy</i>	13	65,0
	- Kurang baik	7	35,0
	- Baik		
3.	Sikap	11	55,0
	- Negatif	9	45,0
	- Positif		
4.	<i>Self Management</i>	15	75,0
	- Kurang Baik	5	25,0
	- Baik		
5.	Perilaku Kontrol Rutin Pasien Hipertensi	12	60,0
	- Tidak patuh	8	40,0
	- Patuh		

Sumber : Hasil Studi Pendahuluan, Nopember 2024.

Berdasarkan tabel 1 diketahui dari sebanyak 20 pasien hipertensi, sebagian besar dukungan sosial rendah (70,0%), *self-efficacy* kurang baik (65,0%), sikap negatif (55,0%), *self management* kurang baik (75,0%) dan perilaku kontrol rutin pasien hipertensi tidak patuh (60,0%).

Tujuan penulisan adalah untuk mengungkap pengaruh dukungan sosial, *self-efficacy* dan sikap dalam meningkatkan *self management* yang berimplikasi terhadap perilaku kontrol rutin pasien hipertensi di UPTD Puskesmas Kertajati Kabupaten Majalengka.

2. Metode Penelitian

Metode penelitian ini adalah metode deskriptif dan verifikatif (Sugiyono, 2021). Sifat data yang digunakan adalah kuantitatif menggunakan data primer dan sekunder. Populasi penelitian adalah seluruh pasien hipertensi grade II yang tercatat dalam rekam medis tahun 2023 sebanyak 2.799 orang. Sampel penelitian adalah pasien hipertensi grade II sebanyak 107 responden yang diambil dengan teknik *Simple Random Sampling*.

Variabel penelitian terdiri dari variabel eksogen yaitu dukungan sosial (X1), *Self Efficacy* (X2) dan sikap (X3), variabel intervening yaitu *Self Management* (Y) dan variabel endogen yaitu perilaku kontrol rutin pasien hipertensi (Z). Teknik pengumpulan data dengan wawancara menggunakan kuesioner yang sudah dilakukan uji validitas dan reliabilitas. Rancangan analisis dan uji hipotesis dengan tahapan sebagai berikut transformasi data dengan *Metode Succesive Internal*, analisis deskriptif, uji asumsi klasik dan analisis verifikatif menggunakan analisis jalur (*path analysis*).

3. Hasil dan Diskusi

3.1. Hasil

Hasil Analisis Jalur (Path Analysis) Persamaan

Jalur Sub Struktur 1

Tabel 3.2 Hasil Analisis Jalur Persamaan Regresi Sub Struktur 1

Coefficients ^a					
Unstandardized Coefficients			Standardized Coefficients	t	Sig.
Model	B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	72.850		156.037	.000
	X1	.988	.997	281.781	.000

DOI: <https://doi.org/10.31004/riggs.v4i4.3409>

Lisensi: Creative Commons Attribution 4.0 International (CC BY 4.0)

	X2	.085	.007	.048	12.942	.000
	X3	.006	.002	.010	2.685	.008

a. Dependent Variable: Y

Sumber : Hasil Pengolahan Data Primer, 2025

Tabel 3.2 menunjukkan nilai dari variabel dukungan sosial, *self-efficacy* dan sikap memiliki nilai sig. lebih kecil dari nilai probabilitas (0,05) sehingga dari hasil pengujian diatas dapat disimpulkan koefisien analisis jalur adalah signifikan. Dengan demikian dukungan sosial, *self-efficacy* dan sikap dalam pengujian ini berpengaruh signifikan secara langsung terhadap *self management*.

Besarnya koefisien jalur variabel dukungan sosial terhadap *self management* yaitu sebesar 0,997. Variabel *self-efficacy* terhadap *self management* memiliki nilai koefisien jalur sebesar 0,048, sedangkan variabel sikap terhadap *self management* memiliki nilai koefisien jalur sebesar 0,010.

Besar pengaruh variabel dukungan sosial, *self-efficacy* dan sikap terhadap *self management* sebagai berikut :

Tabel 3.3 Besar Pengaruh Variabel Dukungan Sosial, *Self-efficacy* dan Sikap Terhadap Self Management Model Summary

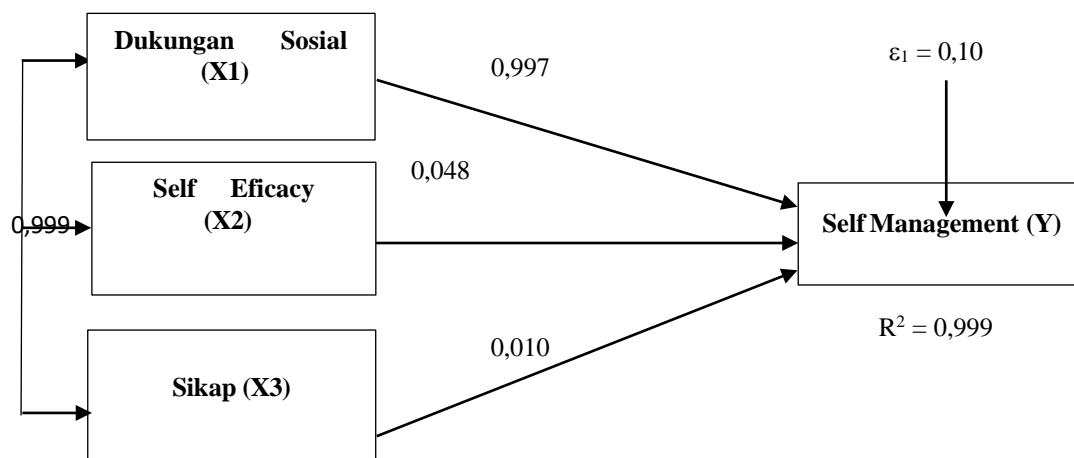
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.999 ^a	.999	.999	.056

a. Predictors: (Constant), X3, X1, X2

Sumber : Hasil Pengolahan Data Primer, 2025

Berdasarkan tabel 3.3 diperoleh nilai *R square* sebesar 0,999 artinya bahwa dukungan sosial, *self-efficacy* dan sikap mampu menjelaskan variabel *self management* sebesar 99%, sementara sisanya sebesar 1% variabel *self management* dijelaskan oleh variabel lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

Dari hasil diatas hubungan empiris sub struktur 1 antara variabel bebas dan variabel intervening dapat digambarkan sebagai berikut :



Gambar 3.1 Diagram Jalur Sub Struktur 1

Persamaan Jalur Sub Struktur 2

Tabel 3.4 Hasil Analisis Jalur Sub Struktur 2

Coefficients ^a						
		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
Model		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	-45.926	7.981		-5.754	.000
	X1	-.292	.108	-.801	-2.704	.008

DOI: <https://doi.org/10.31004/riggs.v4i4.3409>

Lisensi: Creative Commons Attribution 4.0 International (CC BY 4.0)

	X2	.114	.012	.175	9.670	.000
	X3	.033	.003	.148	12.838	.000
	Y	.644	.109	1.749	5.891	.000
a. Dependent Variable: Z						

Sumber : Hasil Pengolahan Data Primer, 2025

Tabel 3.4 menunjukkan nilai .sig dari variabel dukungan sosial, *self efficacy*, sikap dan *self management* lebih kecil dari nilai probabilitas (0,05) sehingga dukungan sosial, *self efficacy*, sikap dalam pengujian ini berpengaruh positif signifikan terhadap perilaku kontrol rutin pasien hipertensi melalui *self management*.

Besarnya koefisien jalur variabel dukungan sosial terhadap perilaku kontrol rutin pasien hipertensi yaitu sebesar 0,801. Variabel *self efficacy* terhadap perilaku kontrol rutin pasien hipertensi memiliki nilai koefisien jalur sebesar 0,175. Variabel sikap terhadap perilaku kontrol rutin pasien hipertensi memiliki nilai koefisien jalur sebesar 0,148. Variabel intervening *self management* memiliki nilai koefisien jalur sebesar 1,749.

Besar pengaruh variabel dukungan sosial, *self-efficacy* dan sikap terhadap perilaku kontrol rutin pasien hipertensi melalui *self management* sebagai berikut :

Tabel 3.5 Besar Pengaruh Variabel Dukungan Sosial, *Self-efficacy* dan Sikap Terhadap Perilaku kontrol rutin pasien hipertensi melalui *Self Management*
Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.994 ^a	.988	.988	.063

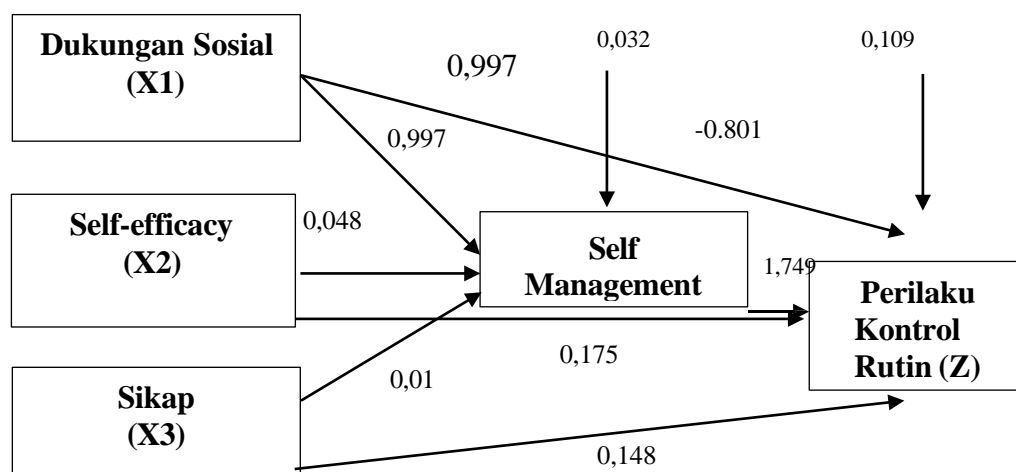
a. Predictors: (Constant), Y, X3, X2, X1

Sumber : Hasil Pengolahan Data Primer, 2025

Berdasarkan tabel 3.5 diperoleh nilai *adjusted R square* sebesar 0,988 artinya bahwa dukungan sosial, *self-efficacy* dan sikap mampu menjelaskan variabel perilaku kontrol rutin pasien hipertensi melalui *self management* sebesar 98,8%, sementara sisanya sebesar 1,2% variabel perilaku kontrol rutin pasien hipertensi dijelaskan oleh variabel lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

Berdasarkan hasil perhitungan analisis jalur diatas dapat dihitung nilai *error* yang pertama (ϵ_1) adalah $\epsilon_1 = \sqrt{1 - R^2} = \sqrt{1 - 0,999} = 0,032$. Artinya nilai ϵ_1 menunjukkan jumlah *variance* variabel *self management* yang tidak dijelaskan oleh variabel dukungan sosial, *self-efficacy* dan sikap, sedangkan nilai *error* yang kedua (ϵ_2) adalah $\epsilon_2 = \sqrt{1 - 0,988} = 0,109$ Artinya nilai ϵ_2 menunjukkan jumlah *variance* variabel perilaku kontrol rutin pasien hipertensi yang tidak dijelaskan oleh variabel dukungan sosial, *self-efficacy* dan sikap.

Hubungan empiris sub struktur 2 antara variabel bebas dan variabel intervening terhadap terhadap perilaku kontrol rutin pasien hipertensi dapat digambarkan sebagai berikut :



Gambar 3.2. Diagram Jalur Sub Struktur 2

Pengujian Hipotesis

Hasil Uji Simultan Sub Struktur 1

Tabel 3.6. Hasil Uji Simultan Sub Struktur 1

ANOVA ^b						
Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	255.503	3	85.168	2.672E4	.000 ^a
	Residual	.328	103	.003		
	Total	255.832	106			

a. Predictors: (Constant), X3, X1, X2

b. Dependent Variable: Y1

Sumber : Hasil Pengolahan Data Primer, 2025

Tabel 3.6 menunjukkan nilai F hitung sebesar 2,672 dan nilai Sig. 0,000. Dengan demikian, nilai Sig. lebih kecil dibanding $\alpha=0,05$, maka model regresi antara variabel dukungan sosial, *self-efficacy* dan sikap terhadap *self management* dinyatakan fit atau layak.

Hasil Uji Simultan Sub Struktur 2

Tabel 3.7 Hasil Uji Simultan Sub Struktur 2

ANOVA ^b						
Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	34.273	4	8.568	2.184E3	.000 ^a
	Residual	.400	102	.004		
	Total	34.674	106			

a. Predictors: (Constant), Y1, X3, X2, X1

b. Dependent Variable: Z1

Sumber : Hasil Pengolahan Data Primer, 2025

Tabel 6 menunjukkan nilai F hitung sebesar 2,184 dan nilai Sig. 0,000. Dengan demikian, nilai Sig. lebih kecil dibanding $\alpha=0,05$, maka model regresi antara variabel dukungan sosial, *self-efficacy* dan sikap terhadap perilaku kontrol rutin melalui *self management* dinyatakan fit atau layak.

Uji Hipotesis Parsial Sub Struktur 1

Tabel 3.8 Hasil Uji Hipotesis Parsial Sub Struktur 1

No.	Variabel	Bobot Pengaruh			Signifikansi $\alpha=0,05$			Keterangan
		t _{hitung}	>/<	t _{tabel}	pvalue	>/<	Sig.	
1.	Dukungan sosial	281,78	>	1,6602	0,000	<	0,05	H1 diterima
2.	Self-efficacy	12,942	>	1,6602	0,000	<	0,05	H2 diterima
3.	Sikap	2,685	>	1,6602	0,008	<	0,05	H3 diterima

Sumber : Hasil Pengolahan Data Primer, 2025

Hasil uji t pengaruh dukungan sosial terhadap *self management* didapat t hitung = 281,78 dengan sig. 0,000, karena nilai sig. yang di dapat $< \alpha=0,05$, maka Ho ditolak dan Ha diterima. Berarti hipotesis yang berbunyi “dukungan sosial mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap *self management*” diterima.

Hasil uji t pengaruh *Self-efficacy* terhadap *self management* didapat t hitung = 12,942 dengan sig. 0,000, karena nilai sig. yang di dapat $< \alpha=0,05$, maka Ho ditolak dan Ha diterima. Berarti hipotesis yang berbunyi “*Self-efficacy* mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap *self management*” diterima.

Hasil uji t pengaruh sikap terhadap *self management* didapat t hitung = 2,685 dengan sig. 0,008, karena nilai sig. yang di dapat $< \alpha=0,05$, maka Ho ditolak dan Ha diterima. Berarti hipotesis yang berbunyi “sikap mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap *self management*” diterima.

Uji Hipotesis Parsial Sub Struktur 2

Tabel 3.9 Hasil Uji Hipotesis Parsial Sub Struktur 2

No.	Variabel	Bobot Pengaruh			Signifikans i $\alpha=0,05$			Keterangan
		T _{hitung}	>/<	t _{tabel}	pvalue	>/<	Sig.	
1.	Dukungan sosial	-2,704	>	1,6602	0,008	<	0,05	H5 diterima
2.	<i>Self-efficacy</i>	9,670	>	1,6602	0,000	<	0,05	H6 diterima
3.	Sikap	12,838	>	1,6602	0,000	<	0,05	H7 diterima
4.	<i>Self management</i>	5,891	>	1,6602	0,001	<	0,05	H4 diterima

Sumber : Hasil Pengolahan Data Primer, 2025

Hasil uji t pengaruh dukungan sosial terhadap perilaku kontrol rutin pasien hipertensi melalui *self management* didapat t hitung = -2,704 dengan sig. 0,008, karena nilai sig. yang di dapat $< \alpha=0,05$, maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Berarti hipotesis yang berbunyi “dukungan sosial mempunyai pengaruh yang negatif dan signifikan terhadap perilaku kontrol rutin pasien hipertensi melalui *self management*” diterima. Hasil uji t pengaruh *self-efficacy* terhadap perilaku kontrol rutin pasien hipertensi melalui *self management* didapat t hitung = 9,670 dengan sig. 0,000, karena nilai sig. yang di dapat $< \alpha=0,05$, maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Berarti hipotesis yang berbunyi “*self-efficacy* mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap perilaku kontrol rutin pasien hipertensi melalui *self management*” diterima.

Hasil uji t pengaruh sikap terhadap perilaku kontrol rutin pasien hipertensi melalui *self management* didapat t hitung = 12,838 dengan sig. 0,000, karena nilai sig. yang di dapat $< \alpha=0,05$, maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Berarti hipotesis yang berbunyi “sikap mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap perilaku kontrol rutin pasien hipertensi melalui *self management*” diterima.

Hasil uji t pengaruh *self management* terhadap perilaku kontrol rutin pasien hipertensi didapat t hitung = 5,861 dengan sig. 0,000, karena nilai sig. yang di dapat $< \alpha=0,05$, maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Berarti hipotesis yang berbunyi “*self management* mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap perilaku kontrol rutin pasien hipertensi” diterima.

Uji Mediasi Pengaruh Langsung dan Tidak Langsung

Tabel 3.10 Hasil Uji Mediasi Pengaruh Langsung dan Tidak Langsung

No.	Variabel	Koefisien Jalur		Standar Error		Sobel Test		pvalue
		a	b	a	b	t	SE	
1.	Dukungan sosial terhadap perilaku kontrol rutin pasien hipertensi melalui <i>self management</i>	0,997	-0,801	0,004	0,108	-7,413	0,107	0,000
2.	<i>Self-efficacy</i> terhadap perilaku kontrol rutin pasien hipertensi melalui <i>self management</i>	0,048	0,175	0,007	0,012	6,025	0,001	0,000
3.	Sikap terhadap perilaku kontrol rutin pasien hipertensi melalui <i>self management</i>	0,010	0,148	0,002	0,003	4,974	0,000	0,000

Sumber : Hasil Pengolahan Data Primer, 2025

Tabel 3.10 menunjukkan variabel *self management* menjadi variabel mediasi pengaruh dukungan sosial, *self-efficacy* dan sikap terhadap perilaku kontrol rutin pasien hipertensi karena nilai sig lebih kecil dari nilai $\alpha=0,05$.

3.2. Diskusi

Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap *Self Management* Pasien Hipertensi

Hasil penelitian menunjukkan dukungan sosial mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap *self management* dan menunjukkan arah yang positif. Hal ini berarti setiap kenaikan dukungan sosial akan diikuti dengan peningkatan *self management*.

Hipertensi merupakan salah satu penyakit kronik yang memerlukan *self care management* yang baik. Salah satu faktor yang berhubungan dengan *self care management* adalah adanya dukungan sosial (Khomsatun & Sari, 2021). Keluarga dan sistem dukungan alami adalah kelompok pendukung utama dari berbagai sistem dukungan sosial yang ada saat ini.

Hasil penelitian ini didukung oleh penelitian Mariyani (2021) yang menyatakan ada hubungan dukungan keluarga dengan *self-care behavior* dimana jika dukungan keluarga baik maka *self-care behavior* juga baik, dukungan yang diberikan berupa dukungan emosional, informasi, penghargaan dan instrumental dimana hal tersebut membuat pasien termotivasi untuk melaksanakan perilaku perawatan diri. Penelitian Khomsatun, U. dan Ike Wuri Winahyu Sar. (2021) juga menunjukkan dukungan sosial memiliki hubungan yang signifikan dengan perilaku manajemen diri pada domain asupan makanan dan domain manajemen berat badan. Begitu juga penelitian Susanti, dkk (2024) menunjukkan terdapat hubungan antara dukungan sosial dan manajemen perawatan diri pada klien hipertensi di Puskesmas Kaliwungu Kudus. Klien hipertensi yang memiliki dukungan sosial baik memiliki peluang 7,219 kali lebih besar memiliki manajemen kemandirian sendiri dibandingkan dengan klien hipertensi yang memiliki dukungan sosial kurang baik.

Keluarga menjadi orang yang sangat berperan dalam penyembuhan penderita hipertensi. dukungan keluarga akan memberikan perasaan nyaman, perhatian, menghargai dan memberikan pertolongan dari keluarga yang membuat seseorang merasa dicintai (Sarafino, 2013). Dukungan keluarga menjadi harapan yang membuat seseorang mudah menyelesaikan masalah karena adanya dukungan dari keluarga dengan sikap positif yang diterima oleh penerima sehingga memunculkan rasa nyaman pada diri seseorang tersebut.

Berdasarkan teori dan hasil penelitian, maka peneliti berpendapat dukungan sosial sangat berpengaruh terhadap manajemen diri pasien hipertensi karena dapat meningkatkan kepatuhan dalam pengobatan, mengurangi stres, meningkatkan motivasi, dan membantu pasien dalam membuat perubahan gaya hidup yang sehat. Dengan adanya dukungan sosial, pasien hipertensi merasa lebih semangat dan mampu mengelola penyakitnya secara efektif. Dukungan ini dapat berasal dari keluarga, teman, kelompok pendukung, atau bahkan profesional kesehatan.

Pengaruh *Self-efficacy* Terhadap *Self Management* Pasien Hipertensi

Hasil penelitian menunjukkan *self-efficacy* mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap *self management* dan menunjukkan arah yang positif. Hal ini berarti setiap kenaikan *self-efficacy* akan diikuti dengan peningkatan *self management*. Dalam pengendalian diri hipertensi, konsep efikasi diri sangat penting. Efikasi diri seseorang digunakan untuk memprediksi dan mendorong perilaku sehat. Jika orang percaya mereka akan berhasil, mereka akan lebih cenderung berperilaku sehat. Efikasi diri digunakan untuk menangani penyakit jangka panjang dan meramalkan keberhasilan perubahan gaya hidup.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Fauziah, Y., & Syahputra, R. (2021) menunjukkan ada hubungan yang signifikan antara efikasi diri dengan manajemen perawatan diri pada penderita hipertensi di Puskesmas Indrapura Kabupaten Batubara Tahun 2019. Efikasi diri secara umum berhubungan dengan dengan harga diri atau *self esteem* karena keduanya merupakan aspek dari penilaian yang berkaitan dengan kesuksesan atau kegagalan seseorang sebagai dalam menangani penyakit hipertensi. Hal itu sesuai dengan hasil penelitian bahwa mayoritas memiliki efikasi diri yang tinggi dengan keyakinan dapat mengontrol tekanan darahnya dengan baik yaitu sebanyak 64 responden (67,4%).

Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian Rusminingsih et al., (2021), menunjukkan terdapat korelasi yang signifikan antara efikasi diri dengan perilaku manajemen perawatan diri sendiri. Hasil penelitian Susanti, dkk (2024) menunjukkan mayoritas responden memiliki efikasi diri yang baik dalam mengelola hipertensi mereka sendiri. Semakin baik efikasi diri semakin baik juga hasil *self care management* dari klien. Penelitian ini juga menunjukkan bahwa pada klien hipertensi di Puskesmas Kaliwungu Kudus terdapat hubungan antara efikasi diri dan manajemen perawatan diri sendiri, dengan nilai $p = 0,003$ ($p < 0,05$). Berdasarkan nilai OR, klien hipertensi dengan efikasi diri yang baik berpeluang 7,667 kali lipat untuk memiliki manajemen perawatan diri yang baik.

Bandura (1997) mendefinisikan *self-efficacy* sebagai keyakinan seseorang terhadap kemampuannya untuk melakukan suatu tindakan atau tugas. *Self efficacy* juga diartikan sebagai penilaian diri terhadap kemampuan dalam merencanakan dan melaksanakan tindakan untuk mencapai tujuan. Menurut Bandura, terdapat empat faktor utama yang mempengaruhi *self-efficacy* (keyakinan pada kemampuan diri): pengalaman penguasaan (*mastery experiences*), pengalaman perwakilan (*vicarious experience*), persuasi sosial (*social persuasion*), dan kondisi fisiologis dan emosional (*physiological and emotional states*).

Self-efficacy atau keyakinan pada kemampuan diri sendiri berpengaruh terhadap manajemen diri pasien hipertensi karena mempengaruhi kemampuan seseorang untuk mengontrol tekanan darah tinggi melalui perubahan gaya hidup dan kepatuhan pada pengobatan. Orang dengan *self-efficacy* tinggi cenderung lebih bersemangat dan percaya diri dalam melakukan perubahan yang dibutuhkan untuk mengelola hipertensi, sementara mereka dengan *self-efficacy* rendah mungkin kesulitan dalam mengikuti rencana pengobatan dan mengalami lebih banyak tantangan dalam manajemen penyakit.

Pengaruh Sikap Terhadap Self Management Pasien Hipertensi

Hasil penelitian menunjukkan sikap mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap *self management* dan menunjukkan arah yang positif. Hal ini berarti setiap kenaikan sikap akan diikuti dengan peningkatan *self management* pasien hipertensi.

Hasil penelitian Meril Valentine Manangkot, Kadek Saputra dan Suindrayasa (2020) menunjukkan bahwa 68,9% responden memiliki pengetahuan baik, 46,7% memiliki sikap sedang, dan 62,2% menunjukkan perilaku yang mendukung pengelolaan perawatan diri pasien. Menurut Damati, dkk. (2017), bahwa pengertian sikap merupakan suatu ekspresi perasaan seseorang yang merefleksikan kesukaannya atau ketidaksukaannya terhadap suatu objek. Pendapat ahli psikologi yang bernama Thomas (2018), memberi batasan bahwa Sikap adalah sebagai suatu kesadaran individu yang menentukan perbuatan-perbuatan yang nyata ataupun yang mungkin akan terjadi dalam kegiatan-kegiatan sosial. Menurut Damati, dkk. (2017:) sikap terdiri atas tiga komponen utama, yaitu Komponen Kognitif yakni pengetahuan dan persepsi yang diperoleh melalui kombinasi pengalaman langsung dengan objek sikap dan informasi tentang objek itu yang diperoleh dari berbagai sumber.

Sikap yang positif dan motivasi kuat sangat berpengaruh terhadap *self-management* pasien hipertensi, yang pada akhirnya dapat meningkatkan kontrol tekanan darah dan mencegah komplikasi. Sikap yang positif akan mendorong pasien untuk lebih patuh pada rencana perawatan, termasuk perubahan gaya hidup dan konsumsi obat.

Pengaruh Self Management Terhadap Perilaku Kontrol Rutin Pasien Hipertensi

Hasil penelitian menunjukkan *self management* mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap perilaku kontrol rutin pasien hipertensi dan menunjukkan arah yang positif. Hal ini berarti setiap kenaikan *self management* akan diikuti dengan peningkatan perilaku kontrol rutin pasien hipertensi.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Sonia, F.S., Paulus Subiyanto, dan Bernadetta Eka Noviati. (2023) menunjukkan terdapat hubungan cukup kuat antara *Self Management Behaviour* terhadap tingkat pengendalian tekanan darah sistolik dan diastolik. *Correlation coefficient* -0,600 dan -0,452. Artinya, semakin tinggi *Self Management Behaviour*, maka semakin terkontrol tekanan darah diastolik pasien hipertensi. Begitu juga penelitian Seftia Rahma Nikmatul Hikmah (2022) menyatakan manajemen diri pada pasien hipertensi sebagian besar memiliki manajemen diri yang cukup, status tekanan darah pada pasien hipertensi sebagian besar terkontrol, dapat dikatakan semakin tinggi manajemen diri maka semakin tinggi kontrol tekanan darah pasien hipertensi. Ada hubungan antara manajemen diri terhadap kontrol tekanan darah pada pasien hipertensi di Dusun Sidoraharjo Kecamatan Kedamean Kabupaten Gresik.

Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Perilaku Kontrol Rutin Pasien Hipertensi Melalui Self Management

Hasil penelitian menunjukkan dukungan sosial mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap perilaku kontrol rutin pasien hipertensi melalui *self management*. Nilai koefisien jalur menunjukkan negatif atau berbanding terbalik dengan variabel perilaku kontrol rutin pasien hipertensi melalui *self management*. Hal ini berarti setiap kenaikan dukungan sosial melalui *self management* sebesar satu-satuan, maka diprediksi perilaku kontrol rutin pasien hipertensi akan mengalami penurunan. Hal ini membuktikan variabel *self management* menjadi variabel mediasi pengaruh dukungan sosial terhadap perilaku kontrol rutin pasien hipertensi. Artinya dukungan sosial tidak langsung mempengaruhi perilaku kontrol rutin, tetapi perlu adanya *self management*. Dukungan sosial yang baik akan meningkatkan *self management* dan berdampak meningkatnya perilaku kontrol rutin pasien hipertensi. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Dheni Koerniawan, Sri Indaryati dan Sry Istiyani (2019) menunjukkan adanya pengaruh tidak langsung dukungan keluarga terhadap perilaku kontrol rutin karena variabel tersebut perlu melalui sikap terlebih dahulu, sehingga sikap pasien hipertensi menjadi variabel intervening antara

dukungan keluarga dengan perilaku kontrol rutin. Dukungan keluarga dapat meningkatkan sikap pasien hipertensi sebesar 1,924 kali lebih baik. Hasil penelitian Kusuma, C.A., Rizka Yunita dan Ro'isah. (2024) menunjukkan ada hubungan dukungan sosial dengan kepatuhan kontrol pada pasien hipertensi. Kepatuhan kontrol pasien hipertensi tidak luput dari adanya dukungan sosial, dimana dukungan sosial berupa rasa peduli, perhatian, kasih sayang, semangat serta menjadi pendengar yang baik yang dapat mempengaruhi kepatuhan kontrol pasien hipertensi. Dengan adanya dukungan sosial keluarga yang diberikan kepada pasien hipertensi akan membantu pasien hipertensi untuk patuh dalam melakukan kontrol.

Adanya pengaruh dukungan sosial terhadap perilaku kontrol rutin pasien hipertensi yang di mediasi oleh *self management* karena kemampuan individu dalam mengelola diri, seperti perilaku kesehatan, pola makan, dan aktivitas fisik, dapat meningkatkan efek positif dari dukungan keluarga terhadap kesehatan dan kesejahteraan individu. Dengan kata lain, dukungan keluarga yang baik akan lebih efektif jika individu juga memiliki kemampuan manajemen diri yang kuat, sehingga dapat memaksimalkan manfaat dari dukungan tersebut.

Pengaruh Self-efficacy Terhadap Perilaku Kontrol Rutin Pasien Hipertensi Melalui Self Management Pasien Hipertensi

Hasil penelitian menunjukkan *self-efficacy* mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap perilaku kontrol rutin pasien hipertensi melalui *self management*. Nilai koefisien jalur menunjukkan positif atau berbanding lurus dengan variabel perilaku kontrol rutin pasien hipertensi melalui *self management*. Hal ini berarti setiap kenaikan *self-efficacy* melalui *self management*, maka diprediksi perilaku kontrol rutin pasien hipertensi akan mengalami peningkatan. Hal ini membuktikan variabel *self management* menjadi variabel mediasi pengaruh *self-efficacy* terhadap perilaku kontrol rutin pasien hipertensi. Artinya *self-efficacy* tidak langsung mempengaruhi perilaku kontrol rutin pasien hipertensi, tetapi perlu adanya *self management*. *Self-efficacy* yang baik akan meningkatkan *self management* dan berdampak meningkatnya perilaku kontrol rutin pasien hipertensi.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Ika Dewi Lestari, Amriati Mutmainna dan Irmayani (2024) menunjukkan bahwa ada hubungan efikasi diri dengan motivasi pada pasien hipertensi dalam mengontrol tekanan darah dipoli interna RSUP Dr. Tadjuddib Chalid Makassar. Begitu juga oleh penelitian Siahaan, R. H. B., Utomo, W., & Herlina, H. (2020) menyatakan terdapat hubungan yang signifikan antara efikasi diri dengan motivasi mengontrol tekanan darah dengan nilai $p = 0.000$ menjelaskan bahwa efikasi diri atau kepercayaan diri berdampak terhadap motivasi untuk mengontrol tekanan darah. Diantaranya, efikasi diri yang tinggi dapat meningkatkan semangat untuk rutin memantau tekanan darah, sedangkan efikasi diri rendah tidak memiliki semangat untuk rutin memantau tekanan darah.

Adanya pengaruh *self-efficacy* terhadap perilaku kontrol rutin pasien hipertensi yang di mediasi oleh *self management* karena *self efficacy* (keyakinan pada kemampuan diri sendiri) mempengaruhi bagaimana seseorang mengelola hipertensi, dan manajemen diri merupakan tindakan nyata yang diambil berdasarkan keyakinan tersebut. Semakin tinggi *self-efficacy*, semakin baik manajemen diri seseorang dalam mengontrol tekanan darah, yang pada akhirnya meningkatkan kepatuhan terhadap kontrol hipertensi.

Pengaruh Sikap Terhadap Perilaku Kontrol Rutin Melalui Self Management Pasien Hipertensi

Hasil penelitian menunjukkan sikap mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap perilaku kontrol rutin pasien hipertensi melalui *self management*. Nilai koefisien jalur menunjukkan positif atau berbanding lurus dengan variabel perilaku kontrol rutin pasien hipertensi melalui *self management*. Hal ini berarti setiap kenaikan sikap melalui *self management* sebesar satu-satuan, maka diprediksi perilaku kontrol rutin pasien hipertensi akan mengalami peningkatan. Hal ini membuktikan variabel *self management* menjadi variabel mediasi pengaruh sikap terhadap perilaku kontrol rutin pasien hipertensi. Artinya sikap tidak langsung mempengaruhi perilaku kontrol rutin, tetapi perlu adanya *self management*. Sikap yang positif akan meningkatkan *self management* dan berdampak meningkatnya perilaku kontrol rutin pasien hipertensi.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Yuliza Ashari, Nuriyah, Ima Maria (2021) menunjukkan pasien dengan sikap negatif mempunyai risiko 1,523 kali lipat untuk perilaku pengendalian hipertensi yang kurang baik dibandingkan pasien dengan sikap positif. Hasil penelitian Dheni Koerniawan, Sri Indaryati dan Sry Istiyani (2019) menyatakan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara sikap terhadap perilaku kontrol rutin.

Adanya pengaruh sikap terhadap perilaku kontrol rutin pasien hipertensi yang di mediasi oleh *self management* karena tindakan manajemen diri, seperti mengatur pola makan, berolahraga, dan mengonsumsi obat sesuai resep, secara langsung memengaruhi kemampuan pasien untuk mengendalikan tekanan darah. Sikap yang positif terhadap perawatan diri, yang dipengaruhi oleh manajemen diri yang baik, akan meningkatkan kepatuhan pasien dalam mengendalikan hipertensi, sehingga mengurangi risiko komplikasi.

4. Kesimpulan

Dukungan sosial, *self-efficacy*, sikap, *self management* dan perilaku kontrol rutin pasien hipertensi dengan kategori sangat baik. Dukungan sosial, *self-efficacy* dan sikap terbukti mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap *self management* di UPTD Puskesmas Kertajati Dukungan sosial, *self-efficacy* dan sikap terbukti mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap perilaku kontrol rutin pasien hipertensi melalui *self management* di UPTD Puskesmas Kertajati.

Referensi

1. Abu-Bader, S., & Jones, T. V. (2021). Statistical Mediation Analysis Using the Sobel Test and Hayes SPSS Process Macro. *International Journal of Quantitative and Qualitative Research Methods*, 9(1), 42-61.
2. Adinata, A.A, Minarti, Kastubi. (2022). Hubungan Efikasi Diri, Kepatuhan dan Dukungan Keluarga Dengan Manajemen Diri Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2 di Surabaya. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Stikes Hang Tuah Surabaya Vol. 17 No. 01 March 2022*.
3. Adinda, S. (2023). Gambaran Dukungan Keluarga Pada Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Kota Banda Aceh. *Jim Fkep*, 8(2).
4. Adnan, J., & Kiswanto. (2017). Determinant of Auditor Ability to Detect Fraud with Professional Scepticism as A Mediator Variable. *Accounting Analysis Journal*, 6(3), 313– 325.
5. Akhter N. (2010). Self Management Among Patients With Hypertension in Bangladesh,
6. *Ejournal* [Internet].
7. Azwar. (2016). *Menjaga Mutu Pelayanan Kesehatan Aplikasi Prinsip Lingkaran Pemecahan Masalah*. Jakarta: Pustaka Sinar Harapan.
8. Bandura, A. (2012). *Self-Efficacy, The Exercise of Control*. New York: W.H. Freeman and Company.
9. Emiliana, N., Munaya Fauziah, Irna Hasanah, Dina Rahma Fadlilah. (2021). Analisis Kepatuhan Kontrol Berobat Pasien Hipertensi Rawat Jalan Pada Pengunjung Puskesmas Pisangan Tahun 2019. *AN-NUR : Jurnal Kajian dan Pengembangan Kesehatan Masyarakat, Vol. 1 Nomor 2 Januari 2021 Hal. 119-132*.
10. Fajriani, May dan Siti Khoiroh Muflihatin. (2021). Hubungan Efikasi Diri dengan Manajemen Diri pada Penderita DM Tipe II di Wilayah Kerja Puskesmas Palaran Kota Samarinda. *Borneo Student Research Vol 2, No 2, 2021*.
11. Fauziah, Y., & Syahputra, R. (2021). Hubungan Antara Efikasi Diri Dengan Manajemen Perawatan Diri Pada Penderita Hipertensi Di Puskesmas Indrapura Kabupaten Batubara Tahun 2019. *Journal of Midwifery Senior*, 4(2), 25-37.
12. Friedman, M.M. (2018). *Buku Ajar Keperawatan Keluarga: Riset, Teori dan Praktek*. Jakarta: EGC.
13. Ghazali I. (2018). *Aplikasi Analisis Multivariate dengan Program IBM SPSS Edisi Sembilan*.
14. Semarang :Badan Penerbit Universitas Diponegoro.
15. Helda, D., & Seprianti, L. (2022). Hubungan Dukungan Keluarga dengan Aktivitas Fisik Pada Lansia dengan Hipertensi. *Jurnal Kesehatan dan Pembangunan*, 12(24), 16-22.
16. Hikmah, S.R.N. (2022). Hubungan manajemen diri dengan kontrol tekanan darah pada pasien hipertensi di Dusun Sidoraharjo Kecamatan Kedamean Kabupaten Gresik. *Skripsi*. Universitas Anwar Medika.
17. Iqbal AM, Jamal SF. (2022). *Essential Hypertension*. In: *StatPearls. Treasure Island (FL): StatPearls Publishing*. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK539859/?report=reader>
18. Irwan. (2018). *Etika dan Perilaku Kesehatan*. Yogyakarta: CV.Absolute Media.
19. Jamaludin. (2019). Pengaruh Dukungan Keluarga dan Dukungan Petugas Kesehatan Terhadap Kepatuhan Berobat pada Penderita Lansia dengan hipertensi di Puskesmas Gribig Kudus. *Jurnal Profesi Keperawatan Akademi Keperawatan Krida Husada Kudus*, 5(1), 69–84.
20. Kementerian Kesehatan RI. (2019). *Hasil Utama Riskesdas 2018*. Jakarta : Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.
21. . (2020). *Hipertensi si Pembunuh senyap*. Jakarta.
22. . (2021). *Mengenai Penyakit Hipertensi*. Jakarta.
 - a. . (2019). *Buku Pedoman Penyakit Tidak Menular*. Jakarta : Direktorat P2PTM.
 - a. . (2024). *Pedoman Pengendalian Hipertensi di Fasilitas Kesehatan Tingkat Pertama*. Jakarta : Direktorat P2PTM.
23. Khairunnisa, Cynthia Eka Fayuning Tjomiadi. (2024). Gambaran Kepatuhan Kontrol Tekanan Darah dan Kepatuhan Minum Obat pada Pasien Hipertensi di UPT Puskesmas Sungai Malang. *INDOGENIUS Vol. 03 No. 03 Hal. 240-249 Tahun: 2024*.
24. Khomsatun, U. dan Ike Wuri Winahyu Sari. (2021). Hubungan Dukungan Sosial dengan Perilaku Manajemen Diri pada Pasien Hipertensi di Puskesmas Pandak I Bantul DI. Yogyakarta. *Jurnal Keperawatan Klinis dan Komunitas*; Vol 5 (3) November 2021.
25. Kurniah A. (2020). *Self-Management Hipertensi*. Surabaya: CV. Jakad Media Publishing Kusnendi. (2019). *Analisis Jalur Konsep dan Aplikasi dengan Program SPSS dan Lisrel 8*. Bandung: Universitas Pendidikan Indonesia.
26. Kusuma, C.A., Rizka Yunita dan Ro'isah. (2024). Hubungan dukungan sosial dengan kepatuhan kontrol pada lansia yang mengalami hipertensi di Puskesmas Jabungsisir. *Health Research Journal; Vol 1 Nomor 2, Nopember 2023*.
28. Lestari, I.D., Amriati Mutmainna dan Irmayani. (2024). Hubungan Antara Efikasi Diri Dengan Motivasi Pasien Hipertensi Dalam Mengontrol Tekanan Darah. *JIMPK : Jurnal Ilmiah Mahasiswa & Penelitian Keperawatan Volume 4 Nomor 3, 2024*.
29. Manangkot, M.V., Kadek Saputra dan Suindrayasa (2020). Pengetahuan, sikap, dan perilaku keluarga dalam mendukung manajemen perawatan diri pasien hipertensi di puskesmas kota Denpasar. *Enfermería Clínica; Volume 30, Supplement 7, December 2020*.
30. Mariyani. (2021). Dukungan Keluarga Melalui Self Care Behaviour Pada Penderita Hipertensi.
31. *Diversity: Disease Preventive Of Research Integrity*, 2(1), 1–8.
32. Muharram, M.D.R., dan Leo Soedharmadji. (2023). Gambaran Tingkat Pengetahuan, Sikap, Perilaku, dan Dukungan Keluarga pada Penderita Hipertensi di Desa Mayangrejo Kabupaten Bojonegoro pada Tahun 2022. *Media Gizi Kemas, Vol. 12, No. 2, Desember 2023: 1014-1018*.
33. Mulyani, S.R., Vip Paramarta, Farida Yuliaty, Fitriana, Taufik Zulfikar, Kosasih, Y. Ony Djogo, Zainal Aripin, Erika Nurmartiani.(2022). *Buku Multivariat Terapan*. Bandung : Widina Bhakti Persada.

34. Notoatmodjo S. (2012). *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
35. Nurman, M. (2021). Faktor- Faktor Yang Berhubungan Dengan Kepatuhan Diet Rendah Garam Pada Penderita Hipertensi Di Desa Pulau Jambu Wilayah Kerja Puskesmas Kampar. *Jurnal Ners*, 5(2), 16– 22.
36. Oparil S, Acelajado MC, Bakris GL, et al. (2018). *Hypertension*. Nat Rev Dis Primers; 4:18014.
37. Paramarta, H. Vip, Kosasih, Sunarsi. D. (2021). *Manajemen Sumber Daya Manusia. Teori & Praktik* . Bandung : Cipta Media Nusantara (CMN) .
38. Parschau, L. et al. (2013). Positive experience, self-efficacy, and action control predict physical activity changes: A moderated mediation analysis. *British Journal of Health Psychologis*. 2013 May;18(2):395-406.
39. Rifai Ian, Arumsari Azizah, dan dkk. (2018). *Konsep Dukungan Sosial*. Surabaya: Psikologis Sains, Universitas Airlangga.
40. Rodya, s.N., Hanifah Hasnur, dan Fahmi Ichwansya. (2024). Perilaku Manajemen Diri Penderita Hipertensi di Puskesmas Krueng Barona Jaya Kecamatan Krueng Barona Jaya Kabupaten Aceh Besar Tahun 2023. *Jurnal Kesehatan Tambusai, Volume 5, Nomor 1, Maret 2024*.
41. Rusminingsih, E. Safira Mutiara Mubarakah, Romadhani Tri Purnomo M. (2021). Hubungan Efikasi Diri Dengan Self Care Management Pada Penderita Hipertensi Di Desa Kranglo, Klaten Selatan. *Prosiding Seminar Nasional UNIMUS, Volume 4:1482*.
42. Sarafino, E.P., dan Timothy W. Smith. (2021). *Health Psychology 10th Edition - Biopsychosocial Interactions*. New Jersey : John Wiley & Sons.
43. Sari, N., Agusthia, M., & Noer, RM (2020). Hubungan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet pada penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Pancur Kabupaten Lingga tahun 2020. *Jurnal Health Sains* , 1 (4), 217-223.
44. Saxena T, Ali AO, Saxena M. (2018). Pathophysiology of essential hypertension: an update.
45. *Expert review of cardiovascular therapy*. 2018 Dec 2;16(12):879-87.
46. Siahaan, R. H. B., Utomo, W., & Herlina, H. (2020). Hubungan Dukungan Keluarga Dan Efikasi Diri Dengan Motivasi Lansia Hipertensi Dalam Mengontrol Tekanan Darah. *Holistic Nursing And Health Science*, 5(1), 43-53.
47. Sonia, F.S., Paulus Subiyanto, dan Bernadetta Eka Noviaty. (2023). Hubungan Antara Self Management Behaviour terhadap Pengendalian Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi di Rumah Sakit Panti Rini. *Jurnal Keperawatan Klinis dan Komunitas; Vol 7 (3) November 2023*.
48. Sudjana. (2013). *Metoda Statistik*. Bandung : Tarsito.
49. Sugiyono. (2021). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Cetakan 31. Bandung: Alfabeta.
50. Suliyanto. (2018). *Metode penelitian bisnis: untuk skripsi, tesis, & disertasi*. Yogyakarta: Andi Offset.
51. Sumarni, N., Sari, C.W., Purnama, D., 2021. Relationship Between Family Support And Compliance In Implementing Diet Programs For Elderly People With Hypertension. *Clinical Medicine* 08, 8.
52. Wicaksono, R. dan Puji Lestari. (2024). Dukungan Keluarga dengan Self-Management pada Pasien Hipertensi. *Journal of Holistics and Health Sciences Vol. 6, No. 1 Maret 2024*.
53. Yanti B, Mulyadi E, Wahiduddin, Novika RGH, Arina YMD, Martani NS, et al. 2020. Community knowledge, attitudes, and behavior towards social distancing policy as a means of preventing transmission of COVID-19 in Indonesia. *JAKI* ;8(1).