



UWHS

SKRIPSI

**HUBUNGAN MANAJEMEN DIRI DENGAN KUALITAS HIDUP PASIEN
HIPERTENSI DI PUSKESMAS KARANGDADAP PEKALONGAN**

Usulan Penelitian untuk Skripsi Sarjana Keperawatan

ZUMAROH

2417024

PROGRAM STUDI KEPERAWATAN TAHAP SARJANA

UNIVERSITAS WIDYA HUSADA SEMARANG

2025

PERSETUJUAN SIAP UJIAN SKRIPSI

Judul Skripsi : Hubungan Manajemen Diri Dengan Kualitas Hidup Pasien
Hipertensi Di Puskesmas Karangdadap Pekalongan
Nama Mahasiswa : Zumaroh
NIM : 2417024

Siap dipertahankan di depan Tim Penguji
pada tanggal 15 Agustus 2025

Menyetujui,

Pembimbing Utama



Ns. Mariyati, M.Kep, Sp.Kep.J
NUPTK: 8847766667231242.

Pembimbing Pendamping



Ns. Emilia Puspitasari, M.Kep, Sp.Kep.J
NUPTK : 2134762663230243.

HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI

Judul Skripsi : Hubungan Manajemen Diri Dengan Kualitas Hidup Pasien
Hipertensi Di Puskesmas Karangdadap Pekalongan
Nama Mahasiswa : Zumaroh
NIM : 2417024

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji
pada tanggal 15 Agustus

Menyetujui,

Ketua Penguji : Chandra Hadi Prasetya, S. Kep., M. Kes

Anggota Penguji I : Ns. Mariyati, M.Kep, Sp.Kep.J

Sekretaris : Ns. Emilia Puspitasari, M.Kep, Sp.J

()
()
()

Mengetahui,

Universitas Widya Husada Semarang
Rektor



Prof. Dr. Chandrasa Soekardi, DEA.
NUPTK : 7836735636130062

Prodi Keperawatan Program Sarjana

Ketua

()

Heny Prasetyormi, S.Kep.,Ns.,M.Kep
NUPTK. 1359762663230203

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT berkat rahmat dan karunia-Nya berupa kesehatan, kemampuan, dan kekuatan, sehingga penulis dapat menyusun skripsi yang berjudul “Hubungan Manajemen Diri Dengan Kualitas Hidup Pasien Hipertensi Di Puskesmas Karangdadap Pekalongan”, dengan baik dan lancar. Penulis menyadari adanya beberapa pihak yang turut berperan serta dalam penyusunan skripsi.

Oleh karena itu, dengan segala kerendahan hati dan rasa hormat yang setinggi-tingginya pada kesempatan ini penulis menyampaikan ucapan terima kasih sebesar-besarnya kepada :

1. Prof Dr. Chandrasa Soekardi, DEA sebagai Rektor Universitas Widya Husada Semarang.
2. Ns. Heny Prasetyorini, S.Kep., M.Kep Ketua Program Sarjana Studi Keperawatan Universitas Widya Husada Semarang.
3. Ns. Mariyati, M.Kep, Sp.Kep., selaku dosen pembimbing yang dengan sabar telah meluangkan waktu untuk membimbing dan mengarahkan penulis, sehingga penulis dapat menyusun skripsi.
4. Ns. Emilia Puspitasari, M.Kep, Sp.Kep.J, selaku dosen pembimbing yang dengan sabar telah meluangkan waktu untuk membimbing dan mengarahkan penulis, sehingga penulis dapat menyusun skripsi
5. Semua pihak yang tidak dapat peneliti sebut satu per satu yang telah memberikan dukungan dalam penyusunan skripsi ini.

Pekalongan, Juli 2025

(Zumaroh)

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	i
PERSETUJUAN SIAP UJIAN SKRIPSI	ii
PENGESAHAN SKRIPSI	iii
KATA PENGANTAR.....	iv
DAFTAR ISI	v
DAFTAR TABEL	vi
DAFTAR LAMPIRAN	vii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	4
C. Tujuan Penelitian	5
D. Manfaat Penelitian	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	7
A. Hipertensi	7
B. Manajemen diri	16
C. Kualitas hidup.....	19
D. Kerangka Teori	32
BAB III METODE PENELITIAN.....	33
A. Kerangka Konsep.....	33
B. Hipotesa	34
C. Jenis dan Racangan Penelitian.....	34
D. Lokasi Penelitian	36
E. Populasi dan sampel	36
F. Definisi Operational.....	39
G. Instrument Penelitian	40
H. Recana Analisa Data.....	43
I. .Analisa Data.....	44

J. Etika Penelitian	46
BAB IV HASIL PENELITIAN	54
A. .Gambaran Umum.....	54
B. .Hasil Penelitian.....	55
1. Analisa Univariat.....	55
2. Analisa Bivariat	57
BAB V PEMBAHASAN	59
A. Analisa Univariat.....	59
B. Analisa Bivariat	68
BAB VI PENUTUP	76
A. Kesimpulan	76
B. Saran	76
DAFTAR PUSTAKA	79
LAMPIRAN-LAMPIRAN.....	77

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Definisi operasional	35
Tabel 3.2 Panduan interpretasi hasil uji hipotesis berdasarkan kekuatan korelasi, nilai p dan arah korelasi	50
Tabel 4.1 Karakteristik Responden berdasarkan umur pasien hipertensi di Puskesmas Karangdadap, Pekalongan Juni 2025	54
Tabel 4.2 Karakteristik Responden Jenis Kelamin pasien hipertensi di Puskesmas Karangdadap, Pekalongan Juni 2025	55
Tabel 4.3 Karakteristik Responden berdasarkan pendidikan pasien hipertensi di Puskesmas Karangdadap, Pekalongan Juni 2025	55
Tabel 4.4 Karakteristik Responden berdasarkan pekerjaan pasien hipertensi di Puskesmas Karangdadap, Pekalongan	56
Tabel 4.5 Tingkat manajemen diri pasien hipertensi di Puskesmas Karangdadap, Pekalongan	57
Tabel 4.6 Tingkat kualitas hidup pasien hipertensi di Puskesmas Karangdadap, Pekalongan.	57
Tabel 4.8 hubungan antara manajemen diri dengan kualitas hidup pasien hipertensi di Puskesmas Karangdadap, Pekalongan. Juni 2025	58

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Jadwal Kegiatan Penelitian

Lampiran 2 Lembar Permohonan Menjadi Responden

Lampiran 3 Lembar Persetujuan Responden

Lampiran 4 Jadwal Kegiatan Penelitian

Lampiran 5 Kuesioner

Lampiran 6 Surat Persetujuan Judul

Lampiran 7 Surat Studi Pendahuluan

Lampiran 8 Surat Balasan Dari Puskesmas

Lampiran 9 Hasil Spss

ABSTRAK

Zumaroh

HUBUNGAN MANAJEMEN DIRI DENGAN KUALITAS HIDUP PASIEN HIPERTENSI DI PUSKESMAS KARANGDADAP PEKALONGAN

xv + 79 Hal + 17 Tabel + 4 Gambar

Latar Belakang: Hipertensi merupakan penyakit kronis yang sering disebut *silent killer* karena dapat menyebabkan komplikasi serius seperti penyakit jantung, stroke, dan gagal ginjal. Kualitas hidup pasien hipertensi sangat dipengaruhi oleh kemampuan manajemen diri dalam mengelola penyakit, meliputi kepatuhan pengobatan, pola makan sehat, aktivitas fisik, dan pengelolaan stres. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa manajemen diri yang baik berhubungan dengan kualitas hidup yang lebih tinggi. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan antara manajemen diri dengan kualitas hidup pasien hipertensi di Puskesmas Karangdadap Pekalongan.

Metode: Jenis penelitian ini adalah kuantitatif dengan desain *cross-sectional*. Populasi penelitian adalah pasien hipertensi yang berobat di Puskesmas Karangdadap Pekalongan dengan jumlah sampel 64 responden yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner *Hypertension Self Management Behavior Questionnaire (HSMBO)* untuk manajemen diri dan kuesioner WHOQOL-BREF untuk kualitas hidup. Analisis data dilakukan dengan uji korelasi *Rank Spearman* pada taraf signifikansi 0,05.

Hasil: Sebagian besar responden memiliki tingkat manajemen diri kategori cukup yaitu sebanyak 34 orang (53,1%), sedangkan kualitas hidup mayoritas berada pada kategori baik yaitu sebanyak 33 orang (51,6%). Analisis bivariat menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara manajemen diri dengan kualitas hidup pasien hipertensi ($p \leq 0,05$) dengan arah korelasi positif, di mana hasil crosstab memperlihatkan bahwa mayoritas responden dengan manajemen diri kategori cukup memiliki kualitas hidup baik sebanyak 14 orang (21,9%).

Kesimpulan: Manajemen diri berperan penting dalam meningkatkan kualitas hidup pasien hipertensi. Perawat diharapkan dapat memberikan edukasi dan pendampingan agar pasien mampu meningkatkan manajemen diri melalui kepatuhan pengobatan, pola hidup sehat, dan pengelolaan stres yang baik.

Kata Kunci: manajemen diri, kualitas hidup, hipertensi

Daftar Pustaka: 43 (2019–2024)

ABSTRACT

Zumaroh

THE RELATIONSHIP BETWEEN SELF-MANAGEMENT AND QUALITY OF LIFE IN HYPERTENSION PATIENTS AT KARANGDADAP COMMUNITY HEALTH CENTER, PEKALONGAN

xv + 79 Pages + 17 Tables + 4 Figures

Background:

Hypertension is a chronic disease often referred to as a silent killer because it can lead to serious complications such as heart disease, stroke, and kidney failure. The quality of life of hypertension patients is strongly influenced by their self-management ability, which includes medication adherence, healthy diet, physical activity, and stress management. Previous studies have shown that better self-management is associated with higher quality of life. Therefore, this study aimed to determine the relationship between self-management and quality of life in hypertension patients at Karangdadap Community Health Center, Pekalongan.

Methods:

This research used a quantitative approach with a cross-sectional design. The study population consisted of hypertension patients seeking treatment at Karangdadap Community Health Center, with a total sample of 64 respondents selected using purposive sampling. Data were collected using the Hypertension Self-Management Behavior Questionnaire (HSMBO) to assess self-management and the WHOQOL-BREF questionnaire to assess quality of life. Data analysis was performed using the Spearman Rank correlation test with a significance level of 0.05.

Results:

Most respondents had a sufficient level of self-management, namely 34 people (53.1%), while the quality of life of the majority was in the good category, namely 33 people (51.6%). Bivariate analysis showed a significant relationship between self-management and the quality of life of hypertensive patients ($p \leq 0.05$) with a positive correlation direction, where the crosstab results showed that the majority of respondents with sufficient self-management had a good quality of life, namely 14 people (21.9%).

Conclusion:

Self-management plays an important role in improving the quality of life of hypertension patients. Nurses are expected to provide education and guidance to help patients enhance their self-management through medication adherence, healthy lifestyle, and good stress management.

Keywords: self-management, quality of life, hypertension

References: 43 (2019–2024)

