*Author1, Author2, Author3*

*Bima Nursing Journal. Vol. 1 No. 1 Nov. 2019*

*ISSN 0000-0000 e-ISSN 0000-0000*

[*http://jkp.poltekkes-mataram.ac.id/index.php/bnj/index*](http://jkp.poltekkes-mataram.ac.id/index.php/bnj/index)

**RELATIONSHIP OF FAMILY SUPPORT WITH SELF-MANAGEMENT OF HYPERTENSION DISEASE**

**Yoany Maria Vianney Bita Aty1(CA) Maria Ingrida Lavenia Suni2Dominggos Gonsalves3Maria Sambriong4Muhtar5**

**1-4Health Polytechnic Ministry of Health Kupang,Nursing Departement;Indonesia;vivi\_aty@yahoo.co.id**

**5Health Polytechnic Ministry of Health Mataram**

**Genesis Naskah:**

*Diterima 2 Desember 2018; Disetujui 20 Januari 2019; Di Publikasi 1 Februari 2019*

**ABSTRACT**

**Background:** Hypertension is still a problem in the world and developing countries. Hypertension is the number one cause of death globally. This problem will continue to arise if the patient does not have regular control and hypertension checks must be carried out continuously with the aim of maintaining normal blood pressure levels and accompanied by lifestyle changes. **Objective:** To determine the relationship between family support and management of hypertension in Sikumana Health Center, Maulafa District, Kupang City. **Methods:** This type of research is a quantitative research with a cross sectional design. The population is hypertensive patients who conduct examinations at the Sikumana Health Center, Maulafa District, Kupang City, the sample used is 175 respondents, data collection using a questionnaire. **Results:** Family support has the most appropriate category as many as 4 respondents (2.3%), enough as many as 8 respondents (4.6%) and the less category as many as 163 respondents (93.1%), while self-management is the most appropriate category 12 respondents (6.9%), sufficient as many as 59 respondents (33.7%) and less as many as 104 respondents (59.4%). The results of the chi square test obtained a P value of 0.02 which stated that there was a significant relationship between family support and self-management of hypertension at the Sikumana Health Center, Maulafa District, Kupang City. **Conclusion:** The majority of respondents family support for hypertension sufferers at the Sikumana Health Center, Maulafa District, Kupang City is in the sufficient category, the majority of the respondents for self-management of hypertension sufferers at the Sikumana Health Center Maulafa District, Kupang City is in the less category. The results of the analysis show that there is a significant relationship between family support and management. self-hypertension at the Sikumana Health Center, Maulafa District, Kupang City.

**Keywords: Family Support, Hypertension, Self Management**

**ABSTRAK**

**HUBUNGAN DUKUNGAN KELUARGA DENGAN MANAJEMEN DIRI PENYAKIT HIPERTENSI DI PUSKESMAS SIKUMANA**

**KECAMATAN MAULAFA KOTA KUPANG**

**ABSTRAK**

**Latar Belakang**: Hipertensi masih menjadi permasalahan dunia dan negara berkembang. Hipertensi merupakan penyebab kematian nomor satu secara global. Permasalahan tersebut akan terus muncul apabila pasien tidak melakukan control secara teratur dan pemeriksaan hipertensi harus bersifat kontinyu dengan tujuan untuk mempertahankan kadar tekanan darah yang normal dan disertai dengan perubahan gaya hidup. **Tujuan:** Mengetahui hubungan dukungan keluarga dengan manajemen diri penyakit hipertensi di Puskesmas Sikumana Kecamatan Maulafa Kota

Kupang. **Metode:** Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan desain *cross sectional.* Populasi adalah pasien hipertensi yang melakukan pemeriksaan di Puskesmas Sikumana Kecamatan Maulafa Kota Kupang, sampel yang digunakan 175 orang, pengambilan data menggunakan kuesioner. **Hasil:** Dukungan keluarga paling banyak kategori tepat sebanyak 4 responden (2,3%), cukup sebanyak 8 responden (4,6%) dan kategori kurang sebanyak 163 responden (93,1%), manajemen diri paling banyak kategori tepat 12 responden (6,9%), cukup sebanyak 59 responden (33,7%) dan kurang sebanyak 104 responden (59,4%). Hasil uji chi square didapatkan hasil P value 0.02 yang menyatakan bahwa adanya hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga dengan manajemen diri penyakit hipertensi di Puskesmas Sikumana Kecamatan Maulafa Kota Kupang. **Kesimpulan:** Mayoritas responden dukungan keluarga kepada penderita hipertensi di Puskesmas Sikumana Kecamatan Maulafa Kota Kupang dalam kategori cukup, Mayoritas responden manajemen diri penderita hipertensi di Puskesmas Sikumana Kecamatan Maulafa Kota Kupang dalam kategori kurang, Hasil analisis menunjukan bahwa adanya hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga dengan manajemen diri penyakit hipertensi di Puskesmas Sikumana Kecamatan Maulafa Kota Kupang

***Kata Kunci : Dukungan keluarga, Hipertensi, Manajemen Diri***

**PENDAHULUAN**

Hipertensi merupakan persoalan yang terus terjadi di dunia yakni di negara maju dan berkembang. Penyakit ini adalah penyebab kematian nomor satu secara global yang terus akan timbul jika pasien mengontrol secara teratur dan selalu menerapkan gaya hidup yang mencetus kejadian hipertensi ini (Efendi & Larasati, 2018). Data dari WHO menjelaskan ada 600 juta orang menderita hipertensi di seluruh dunia dan 3 juta diantaranya meninggal setiap tahunnya, Kenaikan kasus hipertensi di dunia diperkirakan sebesar 80% yaitu sebesar 639 juta kasus ditahun 2000 menjadi1,15 miliar kasus ditahun 2025(Putra, 2022). Prevalensi tekanan darah tinggi pada penduduk usia 18 tahun keatas meningkat dari 25,8% menjadi 34,1(Kemenkes RI, 2018).

Berdasarkan data dari kemenkes peningkatan kasus hipertensi di Provinsi Nusa Tenggara Timur mulai meningkat, dengan jumlah kasus 76.130 orang, yang meninggal sebanyak 1.301 orang (Kesehatan, 2020). Di Kota Kupang jumlah kasus hipertensi tahun 2017 sama besar dengan tahun sebelumnya, jumlah kasus hipertensi mulai meningkat pada tahun 2019 sampai saat ini ( Dinkes Kupang, 2021).

Angka kejadian penyakit tidak menular yang salah satunya hipertensi disebabkan karena gaya hidup yang kurang sehat (Kementerian Kesehatan, 2021). Gaya hidup ini antara lain obesitas, konsumsi alcohol, kurang olahraga, konsumsi garam yang berlebihan, dan kebiasaan merokok (Setyanda et al., 2020). Akibat dari gaya hidup yang krang sehat ini angka hipertensi semakin meningkat prevelensinnya dari tahun ke (Purnawadi, 2020).

Di Provinsi Nusa Tenggara Timur alasan angka kejadian hipertensi terjadi karena perubahan gaya hidup yang modern seperti merokok, minuman alcohol, pola makan yang tidak seimbang dan kurangnya aktivitas fisik dapat memicu meningkatnya angka kejadian penyakit hipertensi (Johanis et al., 2020). Alasan angka kejadian hipertensi di Kota Kupang terjadi karena beberapa data dan kebiasaan yang dilakukan oleh masyarakat terkait dengan tingginya angka hipertensi diantaranya ditemukan distribusi kebiasaan mengkonsumsi makanan berlemak terdapat 30%, mengkonsumsi makanan tinggi garam 65%, mengkonsumsi makanan instan 47%, makanan berkaleng dan diawetkan 73%, dan menggunakan penyedap rasa pada makanan (Suwetty et al., 2021).

Dalam upaya mengatasi pencegahan tekanan darah yakni dengan memperbaiki manajemen diri, yang meliputi mengatur pola makan, olahraga dan kepatuhan terhadap aturan meminum obat, managemen stres(Ekawati, 2022).Agar seorang penderita hipertensi bisa mengatur gaya hidupnya dengan baik, maka perlu adanya dukungan dari berbagai pihak diantaranya keluarga yang merupakan orang yang terdekat dengannya.

Namun, kesadaran terhadap dukungan keluarga masih sangat rendah (Suradi, 2018). Ini mengakibatkan rendahnya manajemen diri bagi penderita hipertensi, sehingga menyebabkan rendahnya keberhasilan pengobatan atau hipertensi menjadi tidak terkontrol.Untuk itu petugas kesehatan perlu memotivasi keluarga untuk bisa mendukung penderita dalam mengontrol gaya hidupnya sehari-hari (Austriani, 2018).

Hasil studi pendahuluan dilokasi penelitian bahwa dalam 6 bulan terakhir Agustus sampai dengan Januari 2022 terhadapat 84 kasus hipertensi. Dari 84 jiwa terdapat 32 (40%) penderita hipertensi yang menjalani pengobatan atau patuh dalam pengobatan sedangkan 52 atau sekitar (60%) tidak melakukan pengobatan secara rutin. Namun penderita Hipertensi tersebut sebagian besar belum optimal mengatur pola hidupnya dengan baik. Masih ada yang merokok, makan makanan tinggi garam dan lemak serta mengkonsumsi alkohol. Budaya masyarakat kota Kupang untuk melakukan kegiatan “kumpul keluarga,arisan, pesta,dan sebagainya, mempengaruhi pengaturan gaya hidup penderita hipertensi. Orang cenderung tidak peduli dengan kondisi tubuhnya,akan dampak yang ditimbulkan jika tidak mengatur gaya hidupnya dengan baik. Dukungan keluarga sangatlah penting agar bisa mengontrol anggota keluarga yang mengalami hipertensi, sehingga tidak jatuh dalam kondisi yang lebih serius seperti stroke,sakit jantung, gangguang ginjal.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan dukungan keluarga dengan manajemen diri penyakit hipertensi di Puskesmas Sikumana Kecamatan Maulafa Kota Kupang.

**METODE**

Jenis penelitian ini adalah kuantitatif dengan desain *cross sectional.* Populasinya yaitu pasien hipertensi yang berada di wilayah kerja Puskesmas Sikumana Kecamatan Maulafa Kota Kupang. Jumlah sampel yang diambil peneliti pada penelitian ini yaitu pasien hipertensi yang melakukan pemeriksaan di Puskesmas Sikumana Kecamatan Maulafa Kota Kupang sebanyak 175.

Penelitian dilaksanakan pada bulan Juli - Agustus 2022*.* Instrumen yang digunakan adalah kuisioner dengan 62 pernyataan,yang terdiri dari 40 pernyataan manajemen diri penyakit hipertensi dan 22 pernyataan dukungan keluarga. Uji Validitas dilakukan di Puskesmas Oesapa Kota Kupang dengan 10 responden. Hasil pengolaan data uji validitas dan realibilitas dengan Alpha Cronbach sebesar 0,781>0,6. Data deskripstif dianalisis menggunakan tabel frekuensi dan tabel silang. Untuk melihat hubungan antara variabel indenpenden (dukungan keluarga) dan variabel dependen (manajemen diri) dengan menggunakan uji chi square.

**HASIL**

Tabel 1. Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Usia, Jenis Kelamin di Puskesmas Sikumana Kecamatan Maulafa Kota Kupang

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Variabel** | | | **Jumlah (n)** | **Persentase (%)** | |
| **Usia** | | |  |  | |
| 39-44 Tahun  45-49 Tahun  50-55 Tahun  56-60 Tahun  61-65 Tahun  66-70 Tahun | | | 17  28  41  42  31  16 | 10  16  23  24  18  9 | |
| **Total** | | | 175 | 100.0 | |
| **Jenis Kelamin** | | |  |  | |
| Laki-laki  Perempuan | | | 103  72 | 59  41 | |
| **Total** | | | 175 | 100.0 | |
| **Pendidikan** | | | | | |
| SD  SMP  SMA  Diploma  Sarjana | | 33  82  35  11  14 | | 19  47  20  6  8 | |
| **Total** | | 175 | | 100.0 | |
| **Pekerjaan** | | | | | |
| Petani  Pns  Pegawai swasta  Ibu rumah tangga | 52  20  49  54 | | | | 30  11  28  31 |
| **Total** | 175 | | | | 100.0 |

Hasil penelitian diperoleh usia responden terbanyak 56-60 tahun yaitu 42 orang (24%) dan jenis kelamin terbanyak pada laki-laki berjumlah 103 orang (59%), tingkat pendidikan terbanyak pada sekolah menegah pertama (SMP) yaitu 82 orang (47%) serta pekerjaan responden sebagain besar yaitu ibu rumah tangga (IRT) sebanyak 54 orang (31%).

Tabel 2 Dukungan Keluarga Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Sikumana

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Variabel**  **Dukungan Keluarga** | **Jumlah (n)** | **Presentasi (%)** |
| Baik  Cukup  Kurang | 4  8  163 | 2.3  4.6  93.1 |
| Total | 175 | 100.0 |

Hasil penelitian didapatkan bahwa dukungan keluarga yang memiliki hubungan yang signifikan dengan manajemen diri penyakit hipertensi terbanyak pada kategori kurang berjumlah 163 responden (93,1%).

Tabel 3 Manajemen Diri Penyakit Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Sikumana

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Variabel Manajemen Diri** | **Jumlah (n)** | **Presentasi (%)** |
| Baik  Cukup  Kurang | 12  59  104 | 6.9  33.7  59.4 |
| Total | 175 | 100.0 |

Hasil penelitian diperoleh bahwa manajemen diri yang memiliki hubungan yang signifikan dengan penyakit hipertensi terbanyak pada kategori kurang berjumlah 104 responden (59,4%).

Tabel 4 Hubungan dukungan keluarga dengan Manajemen Diri

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Dukungan Keluarga | Manajemen Diri | | | | | | P-Value |
| Baik | Persentase  (%) | Cukup | Persentase  (%) | Kurang | Persentase  (%) |  |
| Baik  Cukup  Kurang | 0  3  1 | 0.0  1.7  0.5 | 3  0  5 | 1.7  0.0  2.8 | 9  56  98 | 5,1  32  56 | 0,002 |
| Total | 4 | 2.2 | 8 | 4.5 | 163 | 139 | 0,002 |

Hasil penelitian menunjukan bahwa dukungan keluarga yang kurang rata-rata memiliki manajemen diri dalam kategori kurang. Uji Chi Square diperoleh nilai p value 0,02 ini menunjukan bahwa ada hubungan signifikan antara dukungan keluarga dan manajemen diri.

**PEMBAHASAN**

1. Dukungan keluarga kepada penderita hipertensi di Puskesmas Sikumana Kecamatan Maulafa Kota Kupang

Dari hasil penelitian dukungan keluarga kepada penderita hipertensi di Puskessmas Sikumana Kecamatan Maulafa Kota Kupang dalam kategori cukup. Hal ini sesuai dengan penelitian oleh (Fajriyah, 2019) dimana pada penelitiannya menunjukan bahwa sebagian besar dukungan keluarga dalam kategori cukup. Dukungan keluarga dipengaruhi oleh beragam factor, oleh karena itu penyelesaian masalah kesehatan juga memerlukan pendekatan dari berbagai aspek. Pencegahan primer penyakit hipertensi serta meningkatnya kesehatan dapat dilakukan untuk mencegah terjadinya penyakit hipertensi, namun tidak cukup dengan peningkatan pengetahuan dan kesadaran tentang pola hidup sehat, penyakit dan factor risiko diperlukan juga pendekatan melalui adanya dukungan keluarga yang dapat memudahkan, memberikan, memotivasi serta memberikan dukungan untuk menerapkan gaya hidup sehat serta kegiatan-kegiatan yang bersifat promotive dan preventif (Khomsatun, 2018).

Beda halnya dengan penelitian oleh (Yulianti, 2018), yang menunjukan hasil bahwa dukungan keluarga yang didapatkan pasien hipertensi sudah maksimal. Dukungan keluarga dapat diperoleh secara alami dari keluarga, teman, tetangga atau kelompok organisasi, dukungan keluarga menekankan pada perilaku orang saatmemberikan bantuan, seseorang yang dapat menjangkau sumber dukungan keluarga, memiliki kesehatan fisik dan mental yang lebih baik dan mampu beradaptasi dalam menghadapi perubahan yang terjadi.

Dukungan keluarga yakni bantuan yang didapatkan oleh anggota keluarga yang satu dengan yang lain. Dukungan ini dalam bentuk dukungan emosional, instrumental, informatif dan penilaian. Dukungan keluarga baik berarti perhatian dan kasih saying terjalin dalam keluarga tersebut. Anggota keluarga memberikan perhatian dan juga memikirkan tentang kondisi penderita hipertensi. Keluarga perlu untuk selalu mengingatkan anggotanya tentang waktu minum obat, mengontrol jenis makananan dan minuman yang dikonsumsi, mengontrol tekanan darah,mengatasi stres serta berolah raga 15-30 dengan frekuensi 3-5 kali/minggu.

1. Manajemen diri penderita hipertensi di Puskesmas Sikumana Kecamatan Maulafa Kota Kupang

Hasil penelitian didapatkan manajemen diri penderita hipertensi dalam kategori kurang karna masih kurangnya tingkat pengetahuan pasien yang dapat mempengaruhi manajemen diri pasien. Hal ini sesuai dengan penelitian oleh (Yenni, 2019) menyatakan bahwa secara umum manajemen diri penyakit hipertensi dalam kategori kurang, disebabkan karna manajemen diri penyakit hipertensi paling besar memiliki tingkat pendidikan yang rendah sehingga mempengaruhi self care management. Tingkat pendidikan responden yakni sebagian besar adalah SMP. Pada tingkat ini seseorang belum bisa menanganalisis setiap pengetahuan yang diberikan oleh petugas kesehatan dan cenderung melakukan tindakan berdasarkan kebiasaan. Sebagian besar responden berjenis kelamin laki-laki. Kelompok ini memiliki kebiasaan merokok, mengkonsumsi alkohol, mengkonsumsi makanan tinggi lemak terutama dilakukan saat berkumpul bersama rekan-rekannya. Kejadian hipertensi sangat erat hubungannya dengan gaya hidup laki-laki(Zara & Zuryani, 2022). Laki-laki lebih lebih sering menderita hipertensi akibat stress dalam pekerjaan dan pola makan tidak teratur, merokok, menngkonsumsi minuman beralkohol(Putra, 2022).

Sebagian besar penderita hipertensi adalah ibu rumah tangga dan berusia 56-60 tahun. Seorang wanita yang tidak bekerja cenderung tidak banyak melakukan aktivitas fisik dan pola makan yang berlebihan. Ini mengakibatkan terjadinya penimbinan lemak yang berakibat meningkatnya tekanan darah(Putra, 2022)

Hambatan dalam pengendalian hipertensi faktor ketidakpatuhan pasien untuk bisa managemen diri untuk mengkonsumsi obat anti hipertensi secara teratur sesuai resep dokter. Hak ini akibat dari tingkat pengetahuan pasien dan pendidikan yang rendah sehingga membuat kemampuan seseorang sulit untuk bisa menerima pengetahuan yang baru. Pengetahuan yang baik akan mempengaruhi persepsi seseorang mengenai ancaman terhadap suatu penyakit, keseriusan suatu penyakit. Jika persepsinya baik,maka akan mempengaruhi perilakunya ke arah yang lebih baik lagi (Maulana, 2018).

1. Hubungan dukungan keluarga dengan manajemen diri penyakit hipertensi di Puskesmas Sikumana Kecamatan Maulafa Kota Kupang

Hasil analisis statistik didapatkan adanya hubungan antara dukungan keluarga dengan manajemen diri penyakit hipertensi di Puskesmas Sikumana Kecamatan Maulafa Kota Kupang. Hasil tersebut sesuai dengan penelitian oleh (Bahari, 2019) dengan hasil bahwa adanya hubungan antara dukungan keluarga dengan manajemen diri penyakit hipertensi,.Keluarga mengontrol makanan harian, aktivitas fisik serta manajemen stress. Anggota keluarga juga memberikan dukungkan emosional yang membantu pasien untuk menangani stress akibat penyakitnya. Ketika keluarga memberikan dukungan tersebut kepada pasien, maka keadaan pasien akan membaik. Dukungan keluarga yang tidak baik akan berhubungan dengan kontrol tekanan darah yang tidak baik pada pasien hipertensi (Leelacharas, 2018).

Hasil penelitian ini menunjukan bahwa responden dengan dukungan keluarga kurang baik dapat memiliki sikap yang kurang baik. Tingkat dukungan keluarga yang kurang membuat dukungan informasi tidak pernah diberikan keluarga kepada pasien hipertensi. Hal ini dapat mengakibatkan tingkat pengetahuan atau pendidikan pada penderita hipertensi menurun dan dukungan keluarga akan mempengaruhi pasien dalam pelaksanaan self care management hipertensi (Wawan, 2018).

Hasil uji analisis pada penelitian ini menunjukan bahwa adanya hubungan yang signifikasi antara dukungan keluarga dengan manajemen diri penyakit hipertensi, dari uji bivariat didapatkan bahwa dukungan keluarga cukup sedangkan manajemen diri dalam kategori kurang, hal ini dapat terjadi dikarenakan pengalaman seseorang dapat dihubungkan oleh beberapa faktor antara lain ketidakpatuhan pasien dalam meminum obat anti hipertensi, tidak patuh dalam mengontrol tekanan darah dan ketidakpatuhan pasien dalam mengkonsumsi makanan yang tidak diperbolehkan pada penderita hipertensi. Dukungan keluarga memang merupakan hal yang sangat penting apabila pengetahuan keluarga semakin baik maka perilakunya akan semakin baik. Namun, jika pengetahuan baik tidak disertai dengan sikap yang baik maka pengetahuan itu tidak akan berarti maka kemungkinan untuk terjadinya masalah dalam manajemen diri juga dapat berkurang sedangkan dalam penelitian ini mayoritas responden mempunyai tingkat pengetahuan yang kurang serta minimnya informasi yang tidak didapatkan dari keluarga dan hanya sebagian kecil responden yang memiliki pengetahuan serta informasi yang tepat dan benar dari keluarga.

**KESIMPULAN**

Mayoritas dukungan keluarga kepada penderita hipertensi dalam kategori cukup dan manajemen diri penderita hipertensi di Puskesmas Sikumana Kecamatan Maulafa Kota Kupang dalam kategori kurang. Hasil analisis menunjukan bahwa adanya hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga dengan manajemen diri penyakit hipertensi di Puskesmas Sikumana Kecamatan Maulafa Kota Kupang. Dukungan keluarga sangat penting diberikan agar penderita hipertensi dapat mengatur gaya hidupnya lebih sehat lagi. Keluarga perlu tegas membatasi kebiasaan lama penderita Hipertensi, sehingga bisa terhindar dari komplikasi yang buruk akibat penyakit ini.

**DAFTAR PUSTAKA**

Austriani. (2018). Hubungan Dukungan Keluarga dan Manajemen Hipertensi. *Jurnal Keperawatan*, *2*(1), 10–20.

Bahari. (2019). *Pengaruh Manajemen Diri Penyakit Hipertensi*.

Efendi, H., & Larasati, T. (2018). Dukungan Keluarga dalam Manajemen Penyakit Hipertensi. *Jurnal Majority*, *6*(1), 34–40.

Ekawati, A. dkk. (2022). Dukungan Keluarga dan Manajemen Pada Penderita Hipertensi Dipuskesmas. *Jurnal Keperawatan*, *2*.

Fajriyah. (2019). *Dukungan Keluarga Hipertensi*.

Johanis, I., Tedju Hinga, I. A., & Sir, A. B. (2020). Faktor Risiko Hipertensi Serta Tingginya Angka Kejadian Hipertensi Di Nusa Tenggara Timur. *Jurnal Media Kesehatan Masyarakat*, *2*(1), 33–40. https://doi.org/10.35508/mkm.v2i1.1954

Kemenkes RI. (2018). Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018. *Kementrian Kesehatan RI*, *53*(9), 1689–1699.

Kementerian Kesehatan, R. (2021). Profil Kesehatan Indonesia 2020. In *Kementrian Kesehatan Republik Indonesia*. https://pusdatin.kemkes.go.id/resources/download/pusdatin/profil-kesehatan-indonesia/Profil-Kesehatan-Indonesia-Tahun-2020.pdf

Kesehatan, P. (2020). *Profil Kesehatan RI*. Nusa Tenggara Timur : Kementerian Kesehatan RI.

Khomsatun, U. (2018). *Pengetahuan Pola Hidup Sehat Penderita Hipertensi*.

Kupang, D. K. K. (2021). *Dinas Kesehatan Kota Kupang : Dinkes Kupang*.

Leelacharas. (2018). *Pengaruh Dukungan Keluarga Dengan Self Care Manajemen Hipertensi*.

Maulana. (2018). *Faktor-Faktor Manajemen Diri Penyakit Hipertensi*.

Purnawadi, I. G. (2020). Angka Kejadian Hipertensi. *Jurnal Skolastik Keperawatan*, *6*(7), 35–41.

Putra, S. (2022). Pengaruh Gaya Hidup Dengan Kejadian Hipertensi di Indonesia (A: Systematic Review). *Jurnal Pendidikan Tambusai*, *6*(2), 15794–15798.

Setyanda, Y. O. G., Sulastri, D., & Lestari, Y. (2020). Tingginya Angka Kejadian Hipertensi Di Dunia. *Jurnal Kesehatan Andalas*, *4*(2), 434–440. https://doi.org/10.25077/jka.v4i2.268

Suradi. (2018). Dukungan Keluarga. *Jurnal Keperawatan*, *2*(1), 1–20.

Suwetty, A. M., Meldi Emry Lede, Joli Riyana Nubatonis, Kadek Dedi Setiawan, Orsansi Sunbanu, & Iren Biaf. (2021). Faktor-fakto Yang Menjadi Alasan Tingginya Angka Hipertensi Di Kota Kupang. *Gemassika …*, 95–105.

Wawan. (2018). *Sikap Self Care Manajemen Penderita Hipertensi*.

Yenni. (2019). *Manajemen Diri Penyakit Hipertensi*.

Yulianti. (2018). Perilaku Dukungan Keluarga Hipertensi. In *jurnal mhadika* (Vol. 7).

Zara, N., & Zuryani, U. (2022). Hubungan Gaya Hidup Pasien Laki-Laki Terhadap Kejadian Hipertensi di Puskesmas Kuta Makmur. *GALENICAL : Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan Mahasiswa Malikussaleh*, *1*(1), 23. https://doi.org/10.29103/jkkmm.v1i1.7550