



Hubungan Antara *Self Efficacy* Dengan Manajemen Diri Pada Penderita Hipertensi di Masyarakat RW 07 Desa Genengan Kabupaten Malang

Intan Permatasari ¹, Sih Ageng Lumadi ¹, Puguh Raharjo ¹

¹ Program Studi Sarjana Keperawatan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Maharani Malang

INFORMASI

Korespondensi:
intanpermatasari0928@gmail.com

Keywords:
Self Efficacy, Self Management, Hypertension

ABSTRACT

Background: Hypertension management heavily depends on patients self-efficacy and self-management behaviors. Self-efficacy, defined as one's belief in their ability to perform specific tasks, plays a critical role in motivating hypertensive patients to manage their condition effectively. Poor management of hypertension can lead to severe complications such as heart attacks, strokes, and kidney failure. Therefore, understanding the relationship between self-efficacy and self-management is essential to improving health outcomes in hypertensive populations.

Objective: This study aimed to explore the relationship between self-efficacy and self-management among hypertensive patients in RW 07, Genengan Village, Pakisaji District, Malang Regency.

Methods: A quantitative correlational study was conducted involving 38 hypertensive respondents. Self-efficacy was measured using the General Perceived Self-Efficacy Scale (scores 10–30), categorized into poor (10–20) and good (21–30). Self-management was assessed through the Hypertension Self-Management Behavior Questionnaire (HSMBQ) with scores ranging from 25 to 125, classified as poor, moderate, or good management. Data were collected through questionnaires and analyzed using Spearman Rank correlation with SPSS version 23 at a significance level of $\alpha < 0.05$.

Results: Findings revealed that 65.8% of respondents possessed good self-efficacy, while 34.2% had poor self-efficacy. Regarding self-management, 47.4% exhibited moderate management behaviors, 28.9% poor, and 23.7% good. Most participants were female (79%) and married (100%), with a majority having family history of hypertension (63%) and long disease duration of 10–20 years (79%). The use of antihypertensive medication, primarily Amlodipin, was common. Self-efficacy showed a significant positive correlation with self-management.

Conclusion: Higher self-efficacy is associated with better self-management among hypertensive patients. Interventions aimed at enhancing self-efficacy may improve patients' ability to manage hypertension effectively, potentially reducing complications and improving quality of life.

INTRODUCTION

Manajemen diri dalam konteks pengelolaan hipertensi adalah kunci bagi pasien untuk mengadopsi perubahan atau penyesuaian perilaku yang diperlukan guna mencapai tujuan pengobatan. Manajemen diri adalah kemampuan individu untuk mengambil tanggung jawab atas perawatan dirinya sendiri, termasuk dalam hal menjaga kesehatan dan mengelola kondisi medisnya. Manajemen diri juga melibatkan pengembangan keyakinan dan motivasi yang kuat pada penderita untuk melakukan tindakan yang diperlukan demi meningkatkan kesehatan dan kualitas hidup mereka. Keyakinan ini muncul dari pemahaman yang mendalam akan konsekuensi dari tidak mengelola hipertensi dengan baik, seperti risiko serangan jantung, stroke, atau gagal ginjal. Dengan menyadari pentingnya tindakan preventif dan perubahan gaya hidup, pasien menjadi lebih termotivasi untuk mengambil langkah-langkah yang diperlukan untuk mengelola hipertensi (Labib & Musthofa, 2024). Terdapat penerapan 5 komponen dalam manajemen diri yaitu integritas diri, regulasi diri, interaksi dengan tenaga kesehatan, pemantauan tekanan darah, dan kepatuhan terhadap aturan yang diterapkan oleh tenaga kesehatan terkait (Susanti et al., 2022).

Self efficacy menurut bandura diartikan keyakinan seseorang terhadap kemampuan yang dimiliki dalam melakukan tindakan sesuai tujuan yang ingin dicapai. Self efficacy akan mempengaruhi bagaimana seseorang berpikir, merasa, memotivasi diri sendiri dan bertindak. Khoirunissa et al., (2023). Karena hipertensi adalah kondisi sistemik, kondisi ini dapat memburuk seiring berjalannya waktu. Self efficacy merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi seberapa baik pasien hipertensi merawat dirinya. Mengelola hipertensi sangat bergantung pada rasa efektivitas diri sendiri. Jika seseorang memiliki tingkat efikasi diri yang tinggi, mereka lebih cenderung merawat dirinya dengan baik. Penderita terus melakukan rutinitas sehari-hari, terkadang sampai lupa bahwa mereka tidak sehat. Jenis kelamin, pendidikan, gaya hidup, kepatuhan minum obat, dan aktivitas fisik merupakan determinan Self Efficacy terhadap prevalensi hipertensi. Kemandirian diri seseorang mengacu pada keyakinan mereka pada kemampuan mereka untuk menyelesaikan tugas, bahkan ketika menghadapi tantangan (Gani et al., 2023)

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (Susanti et al., 2022) tentang Hubungan Self Efficacy Dengan Manajemen Diri Penderita Hipertensi Di Puskesmas Kassi-Kassi Kota Makasar Tahun 2022, hasil penelitian menunjukkan bahwa Penderita hipertensi di Puskesmas Kassi-Kassi dominan berjenis ke-

lamin perempuan 174 (57,4%), usia 45-49 tahun 70 (23,1%), dengan status pernikahan sudah menikah 251 (82,2%), pekerjaan terbanyak adalah IRT 117 (38,6%), riwayat pendidikan dominan sarjana/diploma 154 (50,8%), memiliki riwayat keluarga hipertensi hipertensi 215 (71,0%) dan tidak memiliki riwayat komplikasi 301 (99,3%). Terdapat 198 responden (65.3%) memiliki self efficacy yang rendah dan 105 responden (34.7%) yang memiliki self efficacy yang tinggi. Terdapat 222 responden (73.3%) yang memiliki manajemen perawatan diri kategori sedang dan 40 responden (13.2%) yang memiliki manajemen perawatan diri yang baik.

Menurut data WHO (2023), Diperkirakan 1,28 miliar orang dewasa berusia 30 hingga 79 tahun di seluruh dunia menderita hipertensi, dengan mayoritas tinggal di negara-negara berpenghasilan rendah dan menengah. Jumlah penderita darah tinggi terbanyak terdapat di benua Afrika sebesar 27% dari jumlah penduduk dunia, dan jumlah terendah terdapat di benua Amerika sebesar 18%. Asia Tenggara kini menduduki peringkat ketiga dengan prevalensi hipertensi sebesar 25%. Tahun demi tahun angka ini terus bertambah diperkirakan pada tahun 2025 1,5 miliar orang akan menderita darah tinggi dan sekitar 9,4 juta orang akan meninggal karena stroke dan penyakit. Menurut (Dinas Kesehatan Jawa Timur, 2022), prevalensi hipertensi di Indonesia sebesar 69,53% (327.150) dan prevalensi penderita darah tinggi di Provinsi Jawa Timur sebesar 36,3%, Tahun 2022 jumlah penderita hipertensi meningkat sebesar 61.100%, dan angka kejadiannya akan meningkat seiring bertambahnya usia. Berdasarkan (Dinas Kesehatan Kota Malang, 2022), Malang mempunyai nilai prevalensi yang tinggi, hipertensi di Malang menduduki peringkat kedua dari 39 seluruh kota dan kabupaten di Jawa Timur. Kota Malang mewakili 56,2% dari perkiraan jumlah penderita hipertensi berusia di atas 15 tahun di Kota Malang, sekitar 228.720 jiwa, yang terdiri dari 111.978 laki-laki dan 116.742 perempuan.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 01 Februari 2024 di Masyarakat RT 01 RW 07 Genengan Pakisaji Kabupaten Malang, peneliti mewawancarai 10 responden penderita hipertensi dengan menggunakan lembar kuisioner, 10 responden berjenis perempuan berumur 45-65 tahun, 9 orang (90%) bekerja IRT dan 1 orang (10%) pekerja karyawan swasta, riwayat pendidikan SD 6 orang (60%) dan SMP 3 orang (30%) dan SMK 1 orang (10%), memiliki komplikasi hipertensi 3 orang (30%) dan tidak memiliki riwayat komplikasi hipertensi stroke dan penyakit jantung 7 orang (70%). Terdapat 4 orang (40%) memiliki self efficacy yang tinggi

dan 6 orang (60%) memiliki self efficacy yang rendah. Terdapat 4 orang (40%) mempunyai manajemen diri baik, 2 orang (20%) mempunyai manajemen diri sedang, 4 orang (40%) mempunyai manajemen diri buruk.

Berdasarkan latar belakang diatas penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara self efficacy dengan manajemen diri pada penderita hipertensi di masyarakat RW 07 desa genengan Pakisaji kabupaten Malang.

METHOD

Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif korelasional dengan pendekatan cross-sectional untuk menganalisis hubungan antara self-efficacy dan manajemen diri pada penderita hipertensi di RW 07 Desa Genengan, Kecamatan Pakisaji, Kabupaten Malang, yang dilaksanakan pada 19 Juni 2024. Populasi penelitian berjumlah 42 penderita hipertensi, dengan sampel sebanyak 38 responden yang ditentukan menggunakan rumus Slovin (tingkat kesalahan 5%). Teknik pengambilan sampel dilakukan secara purposive cluster sampling, dengan pembagian responden berdasarkan wilayah RT (RT 02 dan RT 03) serta mempertimbangkan kriteria inklusi seperti penderita hipertensi primer ≥ 2 tahun, usia 35–70 tahun, pendidikan minimal SD, mampu berkomunikasi dengan baik, dan dalam keadaan sadar. Sementara itu, kriteria eksklusi meliputi penderita dengan keterbatasan fisik, buta huruf, atau tidak bersedia berpartisipasi. Penelitian ini telah memperoleh persetujuan etik dari Komisi Etik Penelitian Kesehatan Ngudia Husada Madura (No. 2300/KEPK/STIKES-NHM/EC/VI/2024).

Variabel independen berupa self-efficacy diukur menggunakan kuesioner General Perceived Self-Efficacy Scale (skor 10–30; buruk: 10–20, baik: 21–30), sedangkan variabel dependen, yaitu manajemen diri, diukur dengan kuesioner Hypertension Self-Management Behavior Questionnaire (HSMBQ) (skor 25–125; buruk: 25–83, sedang: 84–95, baik: 96–125). Pengumpulan data dilakukan melalui penyebaran kuesioner yang diisi oleh responden dengan pendampingan peneliti. Proses penelitian meliputi tahap persiapan (perizinan dan penyusunan instrumen), pelaksanaan (pengisian kuesioner), dan analisis data (editing, coding, tabulasi, serta uji statistik). Analisis data menggunakan uji Spearman Rank dengan bantuan SPSS versi 23 untuk menguji hubungan antara kedua variabel pada tingkat signifikansi $\alpha < 0,05$. Hasil analisis menunjukkan nilai korelasi (r) dan p -value guna menentukan kekuatan dan signifikansi hubungan. Dengan demikian, metode penelitian ini dirancang untuk memastikan validitas, reliabilitas, dan

kepatuhan terhadap prinsip etika penelitian.

RESULTS

Tabel 1. Karakteristik Responden

Karakteristik	n	%
Jenis Kelamin		
Perempuan	30	79%
Laki-Laki	8	21%
Usia		
35-45 Tahun	7	18%
46-55 Tahun	16	42%
56-75 Tahun	15	39%
Pekerjaan Orang Tua		
IRT/Tidak Bekerja	25	66%
Karyawan Swasta	11	29%
PNS	2	5%
Tingkat Pendidikan		
SD	24	63%
SMP/MTS	8	21%
SMK/SMK/MA	2	5%
Status Pernikahan		
Sudah Menikah	38	100%
Belum Menikah	0	0%
Total	38	100

Berdasarkan hasil pada Tabel 1, diketahui bahwa mayoritas responden dalam penelitian ini adalah perempuan, yaitu sebanyak 79% (30 responden). Sebagian besar responden juga berada pada rentang usia 46-55 tahun, yaitu sebesar 42% (16 responden). Dari segi pekerjaan, mayoritas responden merupakan ibu rumah tangga (IRT) atau tidak bekerja, dengan persentase sebesar 66% (25 responden). Selain itu, sebagian besar responden memiliki tingkat pendidikan terakhir Sekolah Dasar (SD), yaitu sebanyak 63% (24 responden). Seluruh responden dalam penelitian ini, yaitu 100% (38 responden), diketahui telah menikah. Data tersebut menunjukkan bahwa karakteristik responden didominasi oleh perempuan usia paruh baya, berstatus menikah, dengan tingkat pendidikan rendah, dan sebagian besar tidak bekerja.

Tabel 2 menggambarkan karakteristik kesehatan responden yang terdiri dari 38 orang. Sebagian besar responden (63%) memiliki riwayat hipertensi dalam keluarga, sedangkan 37% tidak memiliki riwayat tersebut. Dalam hal komplikasi, hanya 13% responden yang mengalami komplikasi, sementara 87% tidak mengalaminya. Obat yang paling banyak dikonsumsi adalah Amlodipin (74%), diikuti oleh Nefedipin (26%). Mayoritas responden (79%) telah menderita hipertensi dalam kurun waktu 10 hingga

20 tahun, dan hanya 21% yang menderita hipertensi selama 2 hingga 10 tahun. Data ini menunjukkan bahwa hipertensi pada responden cenderung bersifat kronis dengan durasi yang panjang, didukung oleh faktor riwayat keluarga, serta penggunaan obat Amlodipin sebagai terapi utama. Persentase komplikasi yang relatif rendah mengindikasikan bahwa sebagian besar responden mampu mengelola kondisi hipertensi mereka dengan cukup baik.

Tabel 2. Karakteristik Kesehatan Responden

Karakteristik	n	%
Riwayat Hipertensi Keluarga		
Ya	24	63%
Tidak	14	37%
Karakteristik Komplikasi		
Ya	5	13%
Tidak	33	87%
Obat yang dikonsumsi		
Amlodipin	28	74%
Nefedipin	10	26%
Lama Menderita Hipertensi		
2 - 10 Tahun	8	21%
10 – 20 Tahun	30	79%
Total	38	100

Tabel 3. Karakteristik Self Efficacy

Self efficacy	Frekuensi	%
Buruk 10-20	13	34.2%
Baik 21-30	25	65.8%
Total	38	100%

Berdasarkan hasil pada tabel 3 dapat diketahui bahwa sebagian besar 25 (65.8%) responden memiliki self efficacy baik yaitu pada penderita di masyarakat RW 7 desa genengan pakisaji kabupaten malang.

Tabel 4. Perkembangan Kognitif

Manajemen Diri	Frekuensi	%
Baik 96-125	9	23.7%
Sedang 84-95	18	47.4%
Buruk 25-83	11	28.9%
Total	38	100%

Berdasarkan hasil pada tabel 4 dapat diketahui bahwa sebagian besar 18 (47.4%) responden memiliki manajemen diri sedang yaitu pada penderita di masyarakat RW 7 desa genengan pakisaji kabupaten malang.

DISCUSSION

Self efficacy Penderita Hipertensi di Masyarakat RW 07 Desa Genengan Pakisaji Kabupaten Malang

Penelitian yang dilakukan pada 38 responden menunjukkan bahwa 34,2% memiliki self-efficacy dalam kategori buruk, sedangkan 65,8% lainnya memiliki self-efficacy yang baik. Temuan ini sejalan dengan penelitian Diah Retnoningtyastuti (2022) yang melaporkan 86% responden memiliki self-efficacy baik. Self-efficacy terdiri dari tiga dimensi utama, yaitu tingkatan kesulitan (magnitude), kekuatan (strength), dan cakupan tingkah laku (generality). Pada penelitian ini, mayoritas responden merasa mampu menjalankan berbagai aktivitas terkait manajemen diri, meskipun terdapat beberapa aspek yang masih menjadi kendala, seperti mengurangi konsumsi kafein, memelihara berat badan, dan mengukur tekanan darah secara mandiri. Faktor-faktor yang memengaruhi self-efficacy antara lain jenis kelamin, usia, pendidikan, dan pengalaman. Mayoritas responden adalah perempuan (78,9%) yang cenderung lebih patuh terhadap anjuran kesehatan dan lebih mampu mengelola emosinya, sehingga self-efficacy mereka cenderung lebih baik (Hasibuan Nursakinah, 2021).

Dari segi pendidikan, sebagian besar responden berpendidikan SD (63,2%), yang menurut peneliti dapat berkontribusi pada self-efficacy yang rendah karena keterbatasan pengetahuan dalam menerima informasi kesehatan. Hal ini berbeda dengan penelitian Hasibuan Nursakinah (2021) yang menemukan sebagian besar responden berpendidikan SMP. Usia juga berperan penting, dengan 42% responden berusia 46-55 tahun, di mana risiko hipertensi meningkat seiring bertambahnya usia akibat proses degeneratif fungsi organ tubuh (Diah Retnoningtyastuti, 2022; Hasibuan Nursakinah, 2021). Penelitian Susanti (2022) menegaskan bahwa self-efficacy yang tinggi berkorelasi dengan kepatuhan terhadap pengobatan dan perubahan gaya hidup sehat, seperti diet rendah garam, aktivitas fisik, dan pengendalian berat badan. Sebaliknya, self-efficacy rendah menghambat perubahan perilaku positif. Peneliti berpendapat bahwa individu dengan self-efficacy tinggi lebih percaya diri dan termotivasi dalam menghadapi tantangan kesehatan, mampu mengatasi stres dan kecemasan, serta lebih berhasil melakukan perubahan gaya hidup yang mendukung pengelolaan hipertensi secara efektif.

Manajemen Diri Penderita Hipertensi di Masyarakat RW 07 Desa Genengan Pakisaji Kabupaten Malang.

Penelitian yang melibatkan 38 responden menunjukkan bahwa sebagian besar, yaitu 18 responden

(47,4%), memiliki manajemen diri dalam kategori sedang. Responden dengan manajemen diri sedang ini lebih banyak dibandingkan dengan yang memiliki manajemen diri baik sebanyak 9 responden (23,7%) dan manajemen diri buruk sebanyak 11 responden (28,9%). Temuan ini sejalan dengan penelitian Susanti (2022) yang melaporkan 73,3% dari 303 responden berada dalam kategori manajemen diri sedang. Faktor utama yang menyebabkan manajemen diri sedang adalah ketidakaturan dalam pemeriksaan tekanan darah dan konsumsi obat hipertensi. Penelitian tersebut menegaskan bahwa manajemen diri berperan penting dalam pengendalian tekanan darah pada pasien hipertensi.

Analisis lebih lanjut pada sub variabel manajemen diri menunjukkan bahwa mayoritas responden melakukan manajemen diri dengan baik pada aspek integritas diri (tidak mengonsumsi alkohol), regulasi diri (memahami faktor penyebab perubahan tekanan darah), interaksi dengan tenaga kesehatan (komunikasi aktif mengenai jadwal kontrol), pemantauan diri (membantu dari keluarga dalam mengontrol tekanan darah), dan kepatuhan terhadap aturan medis. Susanti et al. (2022) menekankan pentingnya kewaspadaan dan pencegahan dini melalui kontrol rutin tekanan darah, konsumsi obat secara teratur, serta penerapan gaya hidup sehat. Peneliti berasumsi bahwa tingkat pendidikan yang lebih tinggi berkontribusi pada peningkatan pengetahuan kesehatan yang berdampak pada manajemen diri yang lebih baik. Kerjasama antara pasien, keluarga, dan tenaga medis sangat diperlukan untuk mengatasi hambatan dalam pengelolaan hipertensi, sehingga manajemen diri dapat berjalan optimal. Manajemen diri adalah aktivitas mandiri yang dipengaruhi oleh faktor internal individu dan faktor eksternal lingkungan.

Hubungan Antara *Self Efficacy* dengan manajemen diri penderita hipertensi di masyarakat RW 07 Desa Genengan Pakisaji Kabupaten Malang.

Berdasarkan hasil analisis data menggunakan uji Spearman Rank pada masyarakat RW 07 Desa Genengan Pakisaji Kabupaten Malang, ditemukan hubungan positif yang kuat antara *self-efficacy* dengan manajemen diri pada penderita hipertensi ($p = 0,000$; $\rho = 0,851$). Artinya, semakin tinggi tingkat *self-efficacy* yang dimiliki penderita, semakin baik pula manajemen diri yang dijalankan, dan sebaliknya. Temuan ini sejalan dengan penelitian Hasibuan Nursakinah (2021) yang menunjukkan hubungan signifikan antara *self-efficacy* dan manajemen diri pada penderita hipertensi, di mana *self-efficacy* menjadi faktor dominan dalam pengelolaan penyakit dan prediktor penting kepatuhan terhadap manajemen diri. Data tabu-

lasi silang juga mengungkap bahwa 64% responden dengan *self-efficacy* baik memiliki manajemen diri dalam kategori sedang, mengindikasikan bahwa efektivitas diri memotivasi pasien untuk mencapai kesehatan yang lebih baik melalui keyakinan dalam pelaksanaan manajemen diri.

Penelitian Susanti (2022) menambahkan bahwa *self-efficacy* menentukan apakah seseorang akan menampilkan perilaku tertentu, karena tingkat keyakinan memengaruhi kinerja pencapaian. Tanpa *self-efficacy*, individu cenderung enggan mencoba karena kurang percaya pada kemampuannya. Peneliti berpendapat bahwa semakin baik *self-efficacy*, semakin tinggi tujuan yang ingin dicapai, dan hal ini meningkatkan kemampuan individu dalam mengelola aktivitas sehari-hari, kesehatan, dan kesejahteraan sehingga tercapai manajemen diri yang optimal. Hal ini tercermin pada responden yang rutin mengikuti pemeriksaan dan pengobatan. Meski ada pasien dengan *self-efficacy* rendah tetapi kualitas hidup baik, hal ini diduga karena mereka belum lama menderita hipertensi dan belum memahami pentingnya *self-efficacy*. Individu dengan *self-efficacy* tinggi cenderung lebih patuh pada pengobatan, rajin beraktivitas fisik, tidak merokok, dan mampu mengelola berat badan, menjadikan mereka lebih gigih dalam mencapai tujuan kesehatan.

CONCLUSION

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa Sebagian besar penderita hipertensi di masyarakat RW 07 Desa Genengan Pakisaji Kabupaten Malang menunjukkan tingkat *self-efficacy* yang baik, yaitu sebanyak 25 responden (65,8%). Namun, mayoritas responden, yakni 18 orang (47,4%), memiliki manajemen diri dalam kategori sedang. Selain itu, penelitian ini menemukan adanya hubungan yang signifikan antara *self-efficacy* dengan manajemen diri pada penderita hipertensi di wilayah tersebut, dengan nilai p -value kurang dari 0,05. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat *self-efficacy* yang dimiliki oleh penderita hipertensi, semakin baik pula manajemen diri yang dijalankan, sehingga penting untuk meningkatkan *self-efficacy* guna mendukung pengelolaan penyakit secara optimal.

SUGGESTION

Bagi penderita hipertensi di masyarakat RW 07 Desa Genengan Pakisaji Kabupaten Malang, disarankan agar dapat memanfaatkan secara optimal program-program yang diselenggarakan oleh puskesmas, seperti posyandu dan Program Pengelolaan Penyakit Kronis (Prolanis). Selain itu, keluarga diharapkan selalu memberikan dukungan dengan mengingatkan dan mendampingi setiap aktivitas penderita hipertensi,

sehingga self-efficacy dan manajemen diri yang sudah baik dapat dipertahankan bahkan ditingkatkan. Sedangkan bagi peneliti selanjutnya, disarankan untuk melakukan penelitian lebih lanjut yang fokus pada hubungan dukungan keluarga terhadap self-efficacy penderita hipertensi, guna memperoleh pemahaman yang lebih komprehensif mengenai faktor-faktor yang memengaruhi manajemen diri pada pasien hipertensi.

REFERENCES

- Diah Retnoningtyastuti. (2022). Hubungan antara efikasi diri dengan kualitas hidup pasien hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Pakis Kecamatan Pakis Kabupaten Malang (Vol. 2022, p. 114). <https://doi.org/10.19184/pk.v8i1.10891>
- Dinas Kesehatan Jawa Timur. (2022). *Jawa Timur Tahun 2022* (pp. 7823–7830). Dinas Kesehatan JATIM.
- Dinas Kesehatan Kota Malang. (2022). *Kota Malang Tahun 2022* (Vol. 45, pp. 1–226). Dinas Kesehatan Kota Malang.
- Diny Mayang Prastika, C. A. N. A. (2024). Hubungan tingkat pengetahuan dan dukungan keluarga terhadap kepatuhan diet pada pasien hipertensi rawat jalan di RSUD Dr. R. Koesma Tuban. *Jurnal Ilmu Kesehatan dan Gizi (JIG)*, 2(1), 10–21.
- Fadillah, R. N., & Rindarwati, A. Y. (2023). Pengaruh edukasi terapi non farmakologi pada pasien hipertensi. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Delima*, 5(2), 117–121. <https://doi.org/10.60010/jikd.v5i2.97>
- Gani, R. A., Boekoesoe, L., & ... (2023). Analisis self efficacy dengan kejadian hipertensi pada masyarakat di wilayah kerja Puskesmas Sipatana Kota Gorontalo. *Health Information ...*, 15(2), 1–14. <https://myjurnal.poltekkes-kdi.ac.id/index.php/hijp/article/view/1049>
- Gultom, Y. S., Amaliah, L., & Pratiwi, Z. D. (2023). Edukasi tentang upaya pencegahan hipertensi pada masyarakat usia dewasa pekerja di wilayah kerja Puskesmas Banten Girang. *Jurnal Pengabdian dan Pengembangan Masyarakat Indonesia*, 2(2), 83–87. <https://doi.org/10.56303/jppmi.v2i2.99>
- Hasibuan, N. (2021). Hubungan efikasi diri dengan manajemen perawatan diri penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Batunadua (Vol. 6).
- Henny Syapitri, A., & Amila, J. A. (2021). Penelitian kesehatan.
- Izzatun, N. (2024). Hubungan self-efficacy terhadap penyelesaian skripsi pada mahasiswa Fakultas Dakwah angkatan 2019 yang bekerja skripsi.
- Khoirunissa, M., Naziyah, N., & Nurani, I. A. (2023). Hubungan self efficacy dengan kepatuhan perawatan diri pada penderita hipertensi di wilayah Puskesmas Kelurahan Ragunan. *Jurnal Keperawatan Widya Gantari Indonesia*, 7(1), 26–38. <https://doi.org/10.52020/jkwgi.v7i1.5520>
- Labib, A., & Musthofa, U. (2024). Hubungan self management dengan kategori hipertensi di Puskesmas Paiton Probolinggo. *Trilogi*, 5(1), 29–37. <https://doi.org/10.33650/trilogi.v5i1.7304>
- Lianto, L. (2019). Self-efficacy: A brief literature review. *Jurnal Manajemen Motivasi*, 15(2), 55. <https://doi.org/10.29406/jmm.v15i2.1409>
- Marhabatsar, N. S., & Sijid, S. A. (2021). Review: Penyakit hipertensi pada sistem kardiovaskular. *Journal UIN Alauddin*, November, 75.
- Nurul, M. (2021). Hubungan manajemen diri terhadap tekanan darah pasien hipertensi di poli rawat jalan Rumah Sakit Anwar Medika Sidoarjo.
- Olpah, M., Riduansyah, M., & Manto, O. A. D. (2023). Hubungan efikasi diri dengan kepatuhan diet pada pasien hipertensi grade I. *Jurnal Persatuan Perawat Nasional Indonesia (JPPNI)*, 7(3). <https://doi.org/10.32419/jppni.v7i3.362>
- Pramita, M. T. S. (2021). Hubungan self care management dengan self efficacy pada penderita hipertensi di RT. IV Kelurahan Kedung Rukem Surabaya. *STIKES Hangtuah Surabaya*, 1(1), 130.
- Sari, P. N. (2019). Hubungan efikasi diri dengan upaya pengendalian hipertensi pada pasien hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Jenggawah Kabupaten Jember (Skripsi).
- Simanullang, S. M. P. (2019). Self management pasien hipertensi di RSUP H. Adam Malik. *Journal Hipertensi*, 1–10.
- Susanti, S. (2022). Hubungan self efficacy dengan manajemen diri penderita hipertensi di Puskesmas Kassi-Kassi Kota Makassar tahun 2022 (Vol. 8, pp. 2003–2005). <http://www.aging-us.com>
- Susanti, S., Bujawati, E., Sadarang, R. A. I., & Ihwana, D. (2022). Hubungan self efficacy dengan manajemen diri penderita hipertensi di Puskesmas Kassi-Kassi Kota Makassar tahun 2022. *Jurnal Kesmas Jambi*, 6(2), 48–58. <https://doi.org/10.22437/jkmj.v6i2.20540>
- Wahyuni, S., Bafadhal, R. N., & Mahudeh, M. (2021). Efektivitas self-management program terhadap manajemen diri klien hipertensi. *Ji-KES (Jurnal Ilmu Kesehatan)*, 5(1), 57–63. <https://doi.org/10.33006/ji-kes.v5i1.255>
- World Health Organization (WHO). (2023). Hypertension. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/hypertension>
- Wijayanti, A. N., Kartikaningrum, V., & Nurcahyani, D. (2023). Penyuluhan kesehatan tentang pencegahan dan pengendalian hipertensi terhadap penderita hipertensi dan ibu PKK Kelurahan Takeran, Magetan. *Jurnal ABDIMAS Indonesia*, 1(2), 198–208. <https://doi.org/10.59841/jai.v1i1>