

**HUBUNGAN *SELF-MANAGEMENT* DENGAN KUALITAS HIDUP PADA LANSIA
PENDERITA HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS BULULAWANG**

SKRIPSI



Oleh :

Maria Angelica Rayna Christianti

11220004

**PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN DAN PROFESI NERS
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN PANTI WALUYA MALANG**

2026

**HUBUNGAN *SELF-MANAGEMENT* DENGAN KUALITAS HIDUP PADA LANSIA
PENDERITA HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS BULULAWANG**

SKRIPSI

Guna Memenuhi Salah Satu Persyaratan Mendapatkan Gelar Sarjana Keperawatan (S.Kep)

Pada Program Studi Sarjana Keperawatan

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Panti Waluya Malang



Oleh :

Maria Angelica Rayna Christianti

11220004

**PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN DAN PROFESI NERS
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN PANTI WALUYA MALANG**

2026

HALAMAN PERSETUJUAN

SKRIPSI

**Hubungan *Self-Management* dengan Kualitas Hidup Pada Lansia Penderita Hipertensi di
Wilayah Kerja Puskesmas Bululawang**

**Diajukan sebagai Salah Satu Persyaratan Mendapatkan Gelar Sarjana Keperawatan (S.Kep) Pada
Program Studi Sarjana Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Panti Waluya Malang**

Oleh :

Maria Angelica Rayna Christianti

NIM: 11220004

Menyetujui.

Malang, 3 Agustus 2026

Pembimbing 1



Dr. Nanik Dwi Astutik, S.Kep., Ns., M.Kes
NUPTK. 5561757658230183

Pembimbing 2



Ns. Elizabeth Yun Yun Vinsur, M.Kep
NUPTK. 0446764665230212

HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI

HUBUNGAN *SELF-MANAGEMENT* DENGAN KUALITAS HIDUP PADA LANSIA PENDERITA HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS BULULAWANG

Guna memenuhi salah satu persyaratan memperoleh gelar Sarjana Keperawatan (S.Kep.) pada Program Studi Sarjana Keperawatan dan Profesi Ners Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Panti Waluya Malang

Oleh:
MARIA ANGELICA RAYNA CHRISTIANTI
NIM: 11220004

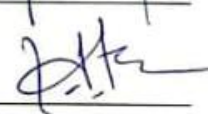
Telah diuji pada:
Hari : Selasa
Tanggal : 28 Juli 2026

Tim Penguji

Tanda Tangan

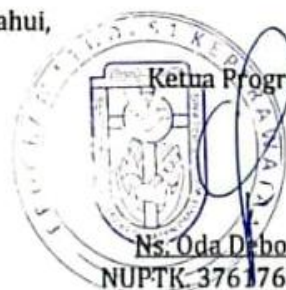
Ketua Penguji	:	Nama	:	Anastasia Sri Sulartri, MAN
		NUPTK	:	9458741642230032
Penguji 2	:	Nama	:	Ns. Achmad Syukkur, M.Kep
		NUPTK	:	8449768669130303
Penguji 3	:	Nama	:	Dr. Nanik Dwi Astutik, S.Kep., Ns., M.Kes
		NUPTK	:	5561757658230183






Ketua STIKes
Ns. Oda Dehora, M.Kep
NUPTK. 9339745646130093

Mengetahui,


Ketua Program Studi
Ns. Oda Dehora, M.Kep
NUPTK-3761763664237012

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Maria Angelica Rayna Christianti

NIM : 11220004

Program Studi : S1 Keperawatan dan Profesi Ners

Tahun Akademik : 2022

Dengan ini saya menyatakan bahwa isi skripsi penelitian yang berjudul "*Hubungan Self-Management Dengan Kualitas Hidup Pada Lansia Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Bululawang*" ini adalah benar-benar hasil karya saya dan tidak melakukan plagiarisme atau pengutipan dengan cara-cara yang tidak sesuai dengan etika yang berlaku dalam keilmuan.

Demikian pernyataan ini dan apabila di kemudian hari terbukti dalam skripsi ada unsur pelanggaran atas etika akademik, maka saya bersedia mempertanggungjawabkan sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Malang, 28 Juli 2026

Yang Menyatakan



Maria Angelica Rayna Christianti

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa, karena atas rahmat dan karunia-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul *“Hubungan Self-Management dengan Kualitas Hidup Lansia Pada Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Bululawang”* dengan baik. Skripsi ini disusun sebagai syarat sebagai langkah awal untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan. Dalam proses penyusunan skripsi ini, penulis menyadari bahwa skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik karena bimbingan dan saran dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak Wibowo S.Kep., Ns., M.Biomed selaku ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Panti Waluya Malang.
2. drg. Lely Kumalasari selaku Kepala Puskesmas Bululawang Kabupaten Malang yang telah memberikan izin serta kesempatan kepada penulis untuk melakukan penelitian di Wilayah Kerja Puskesmas Bululawang.
3. Bapak Maulana Hendra Setiawan A.Md.Kep selaku penanggung jawab Program Pengelolaan Penyakit Kronis di Puskesmas Bululawang yang telah memfasilitasi dan membimbing penulis dalam pengambilan data di lapangan.
4. Ibu Ns. Oda Debora, M.Kep selaku ketua Prodi Sarjana Ilmu Keperawatan dan Profesi Ners.
5. Ibu Dr. Nanik Dwi Astutik. S.Kep., Ns., M.Kep selaku dosen pembimbing I yang telah membimbing dalam penyusunan skripsi ini.
6. Ibu Ns. Elizabeth Yun Yun Vinsur, M.Kep selaku dosen pembimbing II yang telah membimbing dalam penyusunan skripsi ini.
7. Orang tua penulis yang telah memberikan dukungan dan motivasi dalam skripsi ini.
8. Teman-teman mahasiswa Prodi Sarjana Ilmu Keperawatan STIKes Panti Waluya Malang Angkatan 2022 yang telah membantu dan memberi dukungan dalam proses penyusunan skripsi.
9. Semua yang terlibat dalam penyusunan skripsi yang telah bersedia meluangkan waktu dalam memberikan motivasi dan bantuan dalam penulisan skripsi.

Penulis menyadari dalam penyusunan skripsi ini masih jauh dari sempurna karena keterbatasan ilmu dan pengalaman yang dimiliki. Oleh karena itu, saran dan kritik yang membangun sangat diterima dengan senang hati.

Malang, 24 Juli 2026

Penulis

ABSTRAK

Christianti, Maria Angelica Rayna. 2026. *Hubungan Self-Management dengan Kualitas Hidup pada Lansia Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Bululawang*. Skripsi, Program Studi Sarjana Keperawatan dan Profesi Ners, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Panti Waluya Malang. Pembimbing: Dr. Nanik Dwi Astutik, S.Kep., Ns., M.Kes.¹ Ns. Elizabeth Yun Yun Vinsur, M.Kep².

Latar Belakang: Hipertensi merupakan penyakit kronis degeneratif yang banyak dialami lansia dan dapat menurunkan kualitas hidup apabila tidak dikelola dengan baik melalui *self-management*. Studi pendahuluan di wilayah kerja Puskesmas Bululawang menunjukkan bahwa kemampuan *self-management* lansia penderita hipertensi belum optimal sehingga berpotensi menurunkan kualitas hidup mereka. **Tujuan:** Mengetahui hubungan *self-management* dengan kualitas hidup lansia penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Bululawang. **Metode:** Desain penelitian yang digunakan adalah kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi penelitian berjumlah 186 lansia penderita hipertensi yang terdaftar dalam Program Pengelolaan Penyakit Kronis (Prolanis), dengan sampel sebanyak 140 responden yang dipilih menggunakan teknik *simple random sampling*. Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner *Hypertension Self-management Behavior Questionnaire* (HSMBQ) dan *World Health Organization Quality of Life-BREF* (WHOQOL-BREF), kemudian dianalisis menggunakan uji korelasi *Spearman rank*. **Hasil:** Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar responden memiliki *self-management* dalam kategori cukup (67,1%) dan kualitas hidup dalam kategori sedang (62,9%). Hasil uji statistik menunjukkan nilai $p\text{-value} = 0,001$ ($p < 0,05$) dengan koefisien korelasi (r) sebesar 0,289, yang berarti terdapat hubungan positif dan signifikan antara *self-management* dengan kualitas hidup lansia penderita hipertensi dengan kekuatan hubungan yang lemah. **Kesimpulan:** Semakin baik *self-management* yang dijalankan lansia, semakin baik pula kualitas hidup yang dirasakan.

Kata kunci: hipertensi, kualitas hidup, lansia, *self-management*

ABSTRACT

Christianti, Maria Angelica Rayna. 2026. *The Relationship Between Self-Management and Quality of Life Among Elderly Patients with Hypertension in the Bululawang Community Health Center (Puskesmas) Working Area. Undergraduate Thesis, Nursing and Nurse Professional Program, Panti Waluya College of Health Sciences, Malang.* Supervisors: Dr. Nanik Dwi Astutik, S.Kep., M.Kes.,¹ Ns. Elizabeth Yun Yun Vinsur, M.Kep².

Background: Hypertension is a chronic degenerative disease commonly experienced by the elderly; it can diminish quality of life if not properly managed through self-management. A preliminary study in the Bululawang Community Health Center working area indicated that self-management capabilities among elderly patients with hypertension were suboptimal, potentially compromising their quality of life. **Aim:** To determine the relationship between self-management and quality of life among elderly patients with hypertension in the Bululawang Community Health Center working area. **Methods:** A quantitative design with a cross-sectional approach was employed. The study population consisted of 186 elderly patients with hypertension registered in the Chronic Disease Management Program (Prolanis), with a sample of 140 respondents selected via simple random sampling. Data were collected using the Hypertension Self-management Behavior Questionnaire (HSMBQ) and the World Health Organization Quality of Life-BREF (WHOQOL-BREF) and subsequently analyzed using the Spearman rank correlation test. **Results:** The results showed that the majority of respondents demonstrated self-management in the "fair" category (67.1%) and quality of life in the "moderate" category (62.9%). Statistical analysis yielded a p-value of 0.001 ($p < 0.05$) and a correlation coefficient (r) of 0.289, indicating a significant positive relationship of moderate weak between self-management and quality of life among elderly patients with hypertension. **Conclusion:** The better the self-management practiced by the elderly, the better their perceived quality of life.

Keywords: hypertension, , quality of life, elderly, self-management

DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	iii
KATA PENGANTAR	iv
ABSTRAK.....	v
ABSTRACT	vi
DAFTAR ISI.....	vii
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR BAGAN.....	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
DAFTAR SINGKATAN	xiii
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah	5
1.3 Tujuan Penelitian	5
1.3.1 Tujuan Umum.....	5
1.3.2 Tujuan Khusus.....	5
1.4 Manfaat Penelitian	5
1.4.1 Manfaat Akademik.....	5
1.4.2 Manfaat Praktis.....	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	8
2.1 Konsep Lansia.....	8
2.1.1 Pengertian Lansia.....	8
2.1.2 Klasifikasi Lansia.....	8
2.1.3 Perubahan Lansia.....	9
2.2 Konsep Hipertensi.....	11
2.2.1 Pengertian hipertensi.....	11
2.2.2 Klasifikasi hipertensi	12
2.2.3 Etiologi hipertensi	12
2.2.4 Tanda dan gejala hipertensi.....	13
2.2.5 Patofisiologi hipertensi.....	14
2.2.6 Faktor risiko hipertensi.....	15
2.2.7 Komplikasi hipertensi.....	18
2.2.8 Penatalaksanaan hipertensi	19

2.3 Konsep <i>Self-management</i> Hipertensi	21
2.3.1 Pengertian <i>self-management</i>	21
2.3.2 Tujuan <i>self-management</i>	22
2.3.3 Komponen <i>self-management</i> hipertensi	22
2.3.4 Pengelolaan <i>self-management</i>	24
2.3.5 Faktor yang memengaruhi <i>self-management</i>	25
2.3.6 Pengukuran <i>self-management</i> hipertensi	26
2.4 Konsep Kualitas Hidup	28
2.4.1 Pengertian kualitas hidup	28
2.4.2 Dimensi kualitas hidup	29
2.4.3 Faktor yang memengaruhi kualitas hidup	30
2.4.4 Pengukuran kualitas hidup	31
2.5 Penelitian Terdahulu	34
BAB III KERANGKA KONSEP DAN HIPOTESIS	36
3.1 Kerangka Konsep	36
3.2 Hipotesis	37
BAB IV METODE PENELITIAN	38
4.1 Rancangan Penelitian	38
4.2 Populasi dan Sampel Penelitian	38
4.2.1 Populasi Penelitian	38
4.2.2 Sampel Penelitian	38
4.2.3 Teknik Sampling	39
4.3 Lokasi dan Waktu Penelitian	40
4.3.1 Lokasi Penelitian	40
4.3.2 Waktu Penelitian	40
4.4 Variabel Penelitian	40
4.5 Definisi Operasional	41
4.6 Instrumen Penelitian	41
4.6.1 <i>Self-management</i>	42
4.6.2 Kualitas Hidup	43
4.7 Prosedur Penelitian / Pengumpulan Data	44
4.8 Kerangka Kerja	47
4.9 Analisis Data	48
4.9.1 Analisis Univariat	48
4.9.2 Analisis Bivariat	48
4.10 Etika Penelitian	49

BAB V HASIL PENELITIAN DAN ANALISIS DATA.....	51
5.1 Analisis Univariat	51
5.1.1 Data Umum.....	51
5.1.2 Data Khusus.....	52
5.2 Analisis Bivariat	53
BAB VI PEMBAHASAN	55
6.1 Pembahasan Hasil Penelitian	55
6.1.1 <i>Self-management</i> Hipertensi Pada Lansia	55
6.1.2 Kualitas Hidup Lansia Penderita Hipertensi	56
6.1.3 Hubungan <i>Self-management</i> dengan Kualitas Hidup Lansia Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Bululawang.....	57
6.2 Implikasi di Bidang Keperawatan	59
6.3 Keterbatasan Penelitian	60
BAB VII PENUTUP.....	62
7.1 Kesimpulan	62
7.2 Saran.....	63
7.2.1 Bagi Puskesmas	63
7.2.2 Bagi Tenaga Kesehatan.....	63
7.2.3 Bagi Peneliti Selanjutnya	64
7.2.4 Bagi Responden	64
DAFTAR PUSTAKA	65
LAMPIRAN	71

DAFTAR TABEL

Table 2.1 Klasifikasi Tekanan Darah menurut Kemenkes.....	12
Tabel 2.2 Klsifikasi Hipertensi menurut AHA	12
Tabel 2.3 Kuesioner <i>The Hypertension Self-management Behavior Questionnaire</i> (HSMBQ)	26
Tabel 2.4 Kuesioner <i>World Health Organization Quality of Life (WHOQOL)-BREF</i>	31
Tabel 2.5 Penelitian Terdahulu	34
Tabel 4.1 Definisi Operasional	41
Tabel 4.2 Penilaian Kuesioner <i>World Health Organization Quality of Life (WHOQOL)-BREF</i>	44
Tabel 5.1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden	50
Tabel 5.2 Distribusi Frekuensi <i>Self-Management</i> Hipertensi	51
Tabel 5.3 Distribusi Frekuensi Kualitas Hidup	52
Tabel 5.4 Hubungan <i>Self-Management</i> Hipertensi dengan Kualitas Hidup Lansia Hipertensi	52

DAFTAR BAGAN

Bagan 3.1 Kerangka Konsep.....	35
Bagan 4.1 Kerangka Kerja	47

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Ijin Studi Pendahuluan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Panti Waluya Malang untuk Puskesmas Bululawang	71
Lampiran 2 Ijin Studi Pendahuluan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Panti Waluya Malang untuk Dinas Kesehatan Kabupaten Malang.....	72
Lampiran 3 Jawaban Studi Pendahuluan Dinas Kabupaten Malang.....	73
Lampiran 4. Surat Ijin Penelitian Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Panti Waluya Malang untuk Puskesmas Bululawang	75
Lampiran 5. Surat Ijin Penelitian Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Panti Waluya Malang untuk Dinas Kesehatan Kabupaten Malang.....	76
Lampiran 6. Jawaban Ijin Penelitian Dinas Kabupaten Malang.....	77
Lampiran 7. Surat Terbit <i>Ethical Clearance</i>	79
Lampiran 8. Surat Keterangan Selesai Melakukan Penelitian Puskesmas Bululawang	80
Lampiran 9. Surat Penjelasan Penelitian	81
Lampiran 10. Surat Pernyataan Menjadi Responden	83
Lampiran 11. Lembar Kuesioner.....	84
Lampiran 12. Lembar Metode Converting WHOQOL - BREF.....	92
Lampiran 13. Master Data.....	93
Lampiran 14. Hasil SPSS.....	104
Lampiran 15. Lembar Konsultasi Skripsi.....	106
Lampiran 16. Dokumentasi	116

DAFTAR SINGKATAN

ACE	: <i>Angiotensin Converting Enzyme</i>
ACEi	: <i>Angiotensin Converting Enzyme Inhibitor</i>
ADH	: <i>Antidiuretic Hormone</i>
AHA	: <i>American Heart Association</i>
DASH	: <i>Dietary Approaches to Stop Hypertension</i>
HSMBQ	: <i>Hypertension Self-management Behavior Questionnaire</i>
Prolanis	: Program Pengelolaan Penyakit Kronis
PTM	: Penyakit Tidak Menular
SSPS	: <i>Statistical Package for the Social Sciences</i>
WHO	: <i>World Health Organization</i>
WHOQOL-BREF	: <i>World Health Organization Quality of Life - BREF</i>