

ABSTRAK

Judul : Gambaran *Self Care* pada Pasien Hipertensi di Puskesmas Mirit Kabupaten Kebumen Jawa Tengah.
Nama : Risky Neng Rahayu
Program Studi : Ilmu Keperawatan

Latar Belakang : Hipertensi merupakan salah satu penyakit yang paling sering terjadi pada manusia dan diperkirakan prevalensinya lebih dari satu miliar di seluruh dunia. Untuk menurunkan resiko meningkatnya tekanan darah dan makin parahnya penyakit hipertensi, maka diperlukan upaya pengobatan diri sendiri atau bisa disebut dengan *Self Care*. *Self Care* merupakan suatu kegiatan yang dibuat dan dilakukan oleh individu itu sendiri untuk mempertahankan kehidupan yang sejahtera. **Tujuan :** Mengidentifikasi dan menggambarkan *Self Care* pada pasien hipertensi di Puskesmas Mirit Kabupaten Kebumen Jawa Tengah. **Metode :** Jenis penelitian yang dilakukan berupa penelitian kuantitatif dengan desain analitis-deskriptif *cross-sectional*. Responden yang ada sebanyak 353 responden dengan pengambilan sampel *simple random sampling* dengan margin error 5%. Pengambilan datanya menggunakan kuisioner. **Hasil :** Gambaran *self care* pada penderita hipertensi di Puskesmas Mirit Kebumen dengan hasil distribusi frekuensi *self care* pada penderita hipertensi di Puskesmas Mirit Kebumen paling tinggi responden dengan kategori sedang yaitu sebanyak 314 responden dengan persentase 88,9% frekuensi dengan distribusi rendah sebanyak 39 responden atau 11,1%. Sedangkan untuk kategori tinggi sebanyak 0%. Dengan saran bagi penderita hipertensi, diharapkan dapat mempertahankan *self care* yang sudah dilakukan dan menaati anjuran yang diberikan oleh tenaga kesehatan. Bagi keluarga diharapkan mampu terus memberikan motivasi dan perhatian kepada klien agar klien terus bersemangat untuk melakukan *self care* hipertensi.

Kata Kunci : Gambaran, Pasien Hipertensi, *Self Care*

ABSTRACT

Title : Description of Self Care in Hypertension Patients at the Mirit Health Center, Kebumen Regency, Central Java.

Name : Risky Neng Rahayu

Study Program: Nursing Science

Background: Hypertension is one of the most common diseases in humans and has an estimated prevalence of more than one billion worldwide. To reduce the risk of increasing blood pressure and worsening hypertension, it is necessary to seek self-medication or can be called Self Care. Self Care is an activity created and carried out by the individual himself to maintain a prosperous life. **Objective:** To identify and describe Self Care for hypertensive patients at the Mirit Health Center, Kebumen Regency, Central Java. **Methods:** The type of research conducted was a quantitative study with a cross-sectional analytical-descriptive design. There were 353 respondents who took a simple random sample with a margin of error of 5%. Retrieval of data using a questionnaire. **Results:** The description of self care for hypertensive patients at the Mirit Kebumen Health Center with the results of the frequency distribution of self care for hypertension sufferers at the Mirit Kebumen Health Center was the highest in the medium category, namely 314 respondents with a percentage of 88.9% with a low distribution of 39 respondents or 11.1%. As for the high category as much as 0%. With advice for people with hypertension, it is hoped that they can maintain the self-care that has been done and obey the recommendations given by health workers. The family is expected to be able to continue to provide motivation and attention to clients so that clients continue to be enthusiastic about doing self-care for hypertension.

Keywords: Description, Hypertension Patients, Self Care