Jurnal Riksa Cendikia Nusantara
Volume 2, No.8, 2026
E-ISSN: 3110-8377

The Relationship Between Participation In The Chronic Disease Management Program (Prolanis) and Self Management Behavior of Hypertension Patientsin The UPTD Puskesmas Kota Agung

Rice Hernanda

Universitas Aisyah Pringsewu
Email: hernandarice@gmail.com

Abstrak

Keikutsertaan dalam Prolanis di UPTD Puskesmas Kota Agung bertujuan membantu penderita hipertensi mengelola kesehatan melalui edukasi, pemeriksaan rutin, dan aktivitas fisik. Namun, partisipasi peserta masih rendah akibat kurangnya kesadaran, keterbatasan waktu, minimnya dukungan keluarga, dan fasilitas yang kurang bervariasi. Kondisi ini menyebabkan pengelolaan hipertensi kurang optimal, seperti tekanan darah yang tidak terkendali dan rendahnya kepatuhan terhadap pengobatan. Untuk meningkatkan keikutsertaan, perlu dilakukan edukasi interaktif, pelibatan keluarga, penyesuaian jadwal, dan inovasi program. Dengan partisipasi aktif, Prolanis dapat membantu pasien mengelola hipertensi, mencegah komplikasi, dan meningkatkan kualitas hidup. Jenis penelitian kuantitatif, desain yang digunakan dalam penelitian menggunakan metode pendekatan Cross Sectional. Populasi dalam penelitian ini adalah pasien menjalani prolanis di Wilayah UPTD Puskesmas Kota Agung, sampel awal dalam penelitian berjumlah 131 pasien yang menjalani prolanis dengan hipertensi dari hasil jumlah perhitungan menggunakan rumus slovin didapat jumlah sampel yang akan digunakan yaitu sebanyak 99 responden dengan usia 45 tahun ke atas. Instrumen yang digunakan berupa observasi dan kuesioner, data penelitian ini menggunakan uji Chi-square. Hasil penelitian menunjukkan ada hubungan signifikan antara keikutsertaan dalam Prolanis dan manajemen diri pasien hipertensi ($p = 0,035$; $\alpha = 0,05$). Meskipun Prolanis telah berjalan, manajemen diri pasien masih rendah, meningkatkan risiko komplikasi. Optimalisasi Prolanis, terutama dalam kunjungan rumah dan pemantauan kesehatan, diperlukan untuk mendukung manajemen hipertensi yang lebih baik.
Keyword: Prolanis, Manajemen Diri, Hipertensi

Abstract

Participation in Prolanis at UPTD Puskesmas Kota Agung aims to help people with hypertension manage their health through education, regular check-ups, and physical activity. However, participation is still low due to lack of awareness, time constraints, lack of family support, and lack of varied facilities. These conditions lead to suboptimal hypertension management, such as uncontrolled blood pressure and low adherence to treatment. To increase participation, interactive education, family involvement, schedule adjustment, and program innovation are needed. With active participation, Prolanis can help patients manage hypertension, prevent complications, and improve their quality of life. In this type of quantitative research, the design used in the study used the Cross-Sectional approach method. The population in this study were patients undergoing prolongs in the UPTD Puskesmas Kota Agung, the initial sample in the study amounted to 131 patients undergoing prolongs with hypertension from the results of the number of calculations using the Slovin formula obtained the number of samples to be used, namely 99 respondents aged 45 years and over. The instruments used were observation and questionnaires, the data used in this study were Chi-square test. The results showed significant relationship between participation in Prolanis and hypertension patients' self-management ($p = 0.035$; $\alpha = 0.05$). Although Prolanis has been running, patient self-management is still low, increasing the risk of complications. Optimization of Prolanis, especially in-home visits and health monitoring, is needed to support better hypertension management.
Keyword: *Prolanis, Self Management, Hypertension*

Article Info
Received date: 05 August 2026 Revised date: 27 August 2026 Accepted date: 28 August 2026

This is an open access article under the CC BY-SA license.
Copyright © 2026 by Author. Published by Jurnal Riksa Cendikia Nusantara

PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan suatu keadaan dimana seseorang mengalami peningkatan tekanan darah di atas normal pada pemeriksaan tekanan darah. Pasien dengan hipertensi tidak mengetahui dirinya mengidap hipertensi sebelum memeriksakan tekanan darahnya. Berdasarkan kriteria, The Sevent Report of the Joint National Committee on Prevention (JNC VII), pada tekanan darah 150/90 mmHg untuk pasien berusia > 60 tahun (Ayu, 2021).

Peneliti menemukan fenomena kurangnya keikutsertaan penderita hipertensi dalam kegiatan prolanis di wilayah UPTD Puskesmas Kota Agung sehingga prilaku manajemen diri penderita hipertensi pun berkurang, di tandai dengan jarang mengontrolkan tekanan darah ke pelayanan kesehatan atau puskesmas, minum obat hipertensi tidak teratur, jarang mengikuti kegiatan kelompok seperti senam dan tidak memantau status kesehatan, berkonsultasi ke dokter atau petugas kesehatan. Sesuai dengan peraturan kemenkes tentang prolanis yang di target Kabupaten Kota Agung sebanyak 109.785 jiwa dan Kabupaten Lampung Selatan sebanyak 95.214 jiwa (Kemenkes RI, 2022). Pasien dengan penyakit kronis terutama hipertensi harus mengikuti kegiatan prolanis yang ada di wilayah UPTD Puskesmas Kota Agung.

Data dari World Health Organization (WHO) menunjukkan bahwa hipertensi merupakan penyebab kematian terbesar di dunia, menyumbang sekitar 35% dari total kematian. Dalam beberapa dekade terakhir, angka kejadian hipertensi meningkat secara signifikan di seluruh dunia. Penyakit ini menjadi perhatian utama karena potensinya untuk menyebabkan berbagai komplikasi serius seperti stroke, penyakit jantung koroner, dan masalah kesehatan lainnya yang dapat mengancam nyawa individu, maka dengan cara mengendalikan komplikasi penderita hipertensi dengan cara menerapkan self care manajemen sebagai management penyakit dalam kehidupan sehari-hari (WHO, 2023).

Di Amerika Serikat hipertensi pada orang dewasa berkisar antara 32% hingga 46%. Salah satu faktor resiko utama penyakit kardiovaskular (CVD) dan kematian dini di seluruh dunia bertanggung jawab atas 14% kematian secara global dan terdapat 1,13 Miliar orang menyandang penyakit hipertensi atau satu dari tiga orang di dunia ini terdiagnosis hipertensi dan jumlah tersebut diprediksikan akan terus bertambah dan pada tahun 2025 akan mencapai jumlah 1,5 Miliar serta jumlah kematian yang disebabkan oleh penyakit ini adalah 9,4 juta pertahunnya (Wu et al., 2023)

Data Kementerian Kesehatan Republik Indonesia Tahun 2021 mencatat jumlah kasus hipertensi di Indonesia sebesar 63.309.620 orang, sedangkan angka kematian di Indonesia akibat hipertensi sebesar 427.218 kematian. Hipertensi terjadi pada kelompok umur 31-44 tahun (31,6%), umur 45-54 tahun (45,3%), umur 55-64 tahun (55,2%). Dari prevalensi hipertensi sebesar 34,1% diketahui bahwa sebesar 8,8% terdiagnosis hipertensi dan 13,3% orang yang terdiagnosis hipertensi tidak minum obat serta 32,3% tidak rutin minum obat (Kemenkes,2022).

Proporsi populasi usia 60 tahun di dunia tahun 2020 diperkirakan sebesar 22%, jumlah orang berusia 60 tahun ke atas di Lampung sebesar 7,8 (Dinkes lampung, 2020). Jumlah penduduk usia ≥ 60 tahun di Provinsi Lampung tahun 2021 sebanyak 637.055 jiwa dimana penduduk lansia tertinggi ada di Kabupaten Lampung Tengah sebanyak 109.785 jiwa diikuti Kabupaten kota Agung sebanyak 95.214 jiwa (Kemenkes RI, 2025).

Berdasarkan laporan angka kejadian penderita hipertensi di UPTD Puskesmas Kota Agung pada tahun 2022 -2025 sebanyak 40.904 kasus . Hasil data rekam medis pada tanggal 11 Oktober 2024 sampai dengan 25 Oktober 2025 yang mengalami hipertensi yang sudah terdaftar Prolanis di UPTD Puskesmas Kota Agung sebanyak 131 pasien yang aktif mengikuti kegiatan Prolanis dengan usia prolanis rata-rata diatas 45 tahun dikarenakan perubahan tubuh seiring usia terjadinya perubahan pada jantung, pembuluh darah dan sistem saraf menyebabkan tekanan darah meningkat, faktor resiko gaya hidup yang memmicu hipertensi seperti merokok, kelebihan berat badan, dan kurangnya olah raga, faktor resiko riwayat keluarga atau keturunan.

Secara klinis wanita cenderung lebih beresiko mengalami hipertensi karena terjadi perubahan kadar esterogen yang berperan dalam peningkatan kadar HDL (High Density Lioprotein) untuk menjaga elastisitas pembuluh darah. Perempuan akan mengalami peningkatan resiko tekanan darah tinggi (hipertensi) setelah menopouse yaitu usia diatas 45 tahun. Perempuan yang belum menopouse dilindungi oleh hormon estrogen yang berperan dalam meningkatkan kadar High Density Lipoprotein (HDL). (Rekam Medis UPTD Puskesmas Kota Agung, 2024).

Darı hasil pengambilan data didapatkan permasalahan bahwa rata-rata pasien di UPTD Puskesmas Kota Agung sebanyak 131 pasien terdiri dari 50 pasien mengalami hipertensi berat dan tidak teratur minum obat hipertensi dikarenakan kurangnya pengetahuan tentang permasalahan penyakit

hipertensi dengan gaya hidup kurang sehat, 25 pasien sering makan-makanan siap saji dibandingkan memasak sendiri, dan 46 pasien jarang untuk melakukan pemeriksaan tekanan darah dan mengontrol tekanan darah. Dengan tingginya penyakit hipertensi di UPTD Puskesmas Kota Agung, maka perlu adanya perhatian lebih untuk menjaga kestabilan tekanan darah sehingga mencegah berbagai macam komplikasi penyakit lainnya, salah satu nya dengan melaksanakan Prolanis dengan memonitoring berkelanjutan terhadap kestabilan tekanan darah pasien hipertensi yang tergabung dalam prolanis di UPTD Puskesmas Kota Agung.

Berdasarkan pra survey yang telah di lakukan pada 20 responden di dapatkan 5 orang responden prolanis dengan hasil rutin dan 15 orang responden tidak rutin mengikuti kegiatan prolanis maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul penelitian tentang "Hubungan Keikutsertaan Program Pengelolaan Penyakit Kronis (Prolanis) dengan Prilaku Manajemen Diri Pasien Hipertensi di Wilayah UPTD Puskesmas Kota Agung''

METODE

Jenis penenlitian yang digunakan dalam penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif. Penelitian yang membuat deskripsi, gambaran secara sistematis, faktual dan akurat yang mengenai fakta-fakta, sifat-sifat, serta hubungan antara fenomena yang diteliti (Martias, 2021). Yang bertujuan untuk mengetahui "Hubungan Keikutsertaan Program Pengelolaan Penyakit Kronis (Prolanis) dengan Prilaku Manajemen Diri Pasien Hipertensi di Wilayah UPTD Puskesmas Kota Agung".Penelitian ini telah dilakukan pada tanggal 11 Oktober 2025 sampai dengan 22 Agustus 2026 Penelitian ini dilaksanakan di Wilayah UPTD Puskesmas Kota Agung. Dengan jumlah sampel yang akan digunakan yaitu sebanyak 99 responden.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil uji analisis univariat

a. Karakteristik Data Demografi

Tabel 1 Karakteristik Data Demografi

No	Karakteristik	Frekuensi	Persentase (%)
1.	**Usia (Tahun)**		
	a. 20-30	0	0
	b. 31-40	2	2.0
	c. 41-50	28	28.3
	d. 51-60	23	23.2
	e. 61-70	20	20.2
	f. 71-80	20	20.2
	g. 81-90	6	6.1
	Total	99	100.0
2.	**Jenis Kelamin**		
	a. Laki-laki	26	26.3
	b. Perempuan	73	73.7
	Total	99	100.0
3.	**Pekerjaan**		
	a. Petani	32	32.3
	b. IRT	58	58.6
	c. Pedagang	7	7.1
	d. Guru	2	2.0
	Total	99	100.0
4	**Pendidikan Terakhir**		
	a. SD	22	22.2
	b. SMP	31	31.3
	c. SMA	31	31.3
	d. Tidak Tama Sekolah	15	15.2
	Total	99	100.0

Berdasarkan tabel di atas dari 99 responden yang diteliti, yang mayoritas berusia 41-50 tahun (28,3%), diikuti oleh kelompok usia 51-60 tahun (23,2%), serta didominasi oleh perempuan (73,7%) dibandingkan laki-laki (26,3%). Berdasarkan pekerjaan, sebagian besar responden adalah IRT (58,6%), diikuti oleh petani (32,3%), sementara tingkat pendidikan terakhir terbanyak adalah SMP dan SMA (masing-masing 31,3%), dengan sebagian kecil tidak tamat sekolah (15,2%). Profil ini menunjukkan responden umumnya perempuan dewasa hingga lanjut usia, bekerja di sektor domestik atau informal, dan memiliki pendidikan menengah ke bawah..

b. Distribusi frekuensi program pengelolaan penyakit kronis (prolanis) dan manajemen diri pasien hipertensi.

Tabel 2 Distribusi frekuensi program pengelolaan penyakit kronis (prolanis)

No	Variabel	Frekuensi	Persentase (%)
1.	**Program Pengelolaan Penyaki Kronis (Prolanis)**		
	a. Tidak Rutin	33	33.3
	b. Rutin	66	66.7
	Total	**99**	**100.0**

Berdasarkan tabel diatas berdasarkan data yang diperoleh dari 99 responden, berikut adalah kesimpulan terkait partisipasi dalam Program Pengelolaan Penyakit Kronis (Prolanis) dan manajemen diri pasien hipertensi dengan Program Pengelolaan Penyakit Kronis (Prolanis): Sebanyak 66,7% responden mengikuti Prolanis secara rutin, sementara 33,3% lainnya tidak mengikuti program tersebut secara rutin.

c. Distribusi frekuensi program pengelolaan penyakit kronis (prolanis) dan manajemen diri pasien hipertensi.

Tabel 3. Distribusi frekuensi manajemen diri pasien hipertensi

1.	**Manajemen Diri Pasien Hipertensi**		
	a. Buruk	23	23.2
	b. Baik	76	76.8
	Total	**99**	**100**

Berdasarkan tabel diatas berdasarkan data yang diperoleh dari 99 responden, manajemen Diri Pasien Hipertensi: Mayoritas responden memiliki manajemen diri yang baik dalam menghadapi hipertensi, dengan persentase 76,8%. Hanya 23,2% responden yang menunjukkan manajemen diri yang buruk.

Hasil Analisis Bivariat

a. **Hubungan Program Pengelolaan Penyakit Kronis (Prolanis) dan Manajemen Diri Pasien Hipertensi**

Tabel 4. Hubungan Program Pengelolaan Penyakit Kronis (Prolanis) dan Manajemen Diri Pasien Hipertensi

Pengelolaan Penyakit Kronis (Prolanis)	Manajemen Diri Pasien Hipertensi						*P-value*
	Buruk		Baik		Total		
	N	%	N	%	N	%	
Tidak Rutin	10	0.1	23	23.2	33	33.3	0.035
Rutin	13	3.1	53	53.5	66	66.7	
Total	**23**	**3.2**	**76**	**76.7**	**99**	**100**	

Sebagian besar responden yang mengikuti Prolanis secara rutin (66,7%) memiliki manajemen diri yang baik (53,5%), sementara hanya 13,1% yang menunjukkan manajemen diri buruk. Pada kelompok yang tidak rutin mengikuti Prolanis (33,3%), persentase responden dengan manajemen diri baik adalah 23,2%, sementara yang memiliki manajemen diri buruk sebanyak 10,1%. Nilai p sebesar 0,035 menunjukkan ada hubungan yang signifikan secara statistik antara keikutsertaan dalam Prolanis dan kualitas manajemen diri pada pasien hipertensi pada tingkat signifikansi 0,05, menunjukkan bahwa keikutsertaan dalam Prolanis memiliki pengaruh yang signifikan terhadap manajemen diri pasien hipertensi dalam studi ini.

PEMBAHASAN

Analisis univariat

Berdasarkan data diatas diperoleh dari 99 responden, kesimpulan utama mengenai karakteristik penderita hipertensi adalah sebagai berikut :

a. Karakteristik responden berdasarkan usia, jenis kelamin, pekerjaan, pendidikan, lama hipertensi, dan tekanan darah

Berdasarkan usia terdapat usia yang paling banyak mengalami hipertensi adalah 41-50 tahun dengan persentase sebesar 28.3%. menurut penelitian sebelumnya (Asriadi, 2021), sebagian besar responden memiliki usia Lanjut Usia sebanyak 11 orang (55,0%). Hal ini disebabkan bertambahnya usia sehingga terjadilah proses-proses degeneratif pada semua organ terutama organ untuk system sirkulasi yaitu jantung dan pembuluh darah. Bertambahnya umur dapat menyebabkan perubahan struktur pada pembuluh darah besar, sehingga pembuluh darah menjadi lebih sempit dan dinding pembuluh darah menjadi kaku, sebagai akibatnya adalah meningkatnya tekanan darah sistolik (Kartika et al, 2021). Peneliti berasumsi, menunjukkan bahwa hipertensi cenderung tinggi pada usia paruh baya, ketika faktor risiko seperti perubahan gaya hidup, metabolisme, dan mungkin stres semakin meningkat.

Berdasarkan jenis kelamin bahwa perempuan merupakan kelompok yang paling banyak menderita hipertensi, mencapai 73.7%. menurut penelitian sebelumnya (Asriadi, 2021), penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar jenis kelamin lansia adalah perempuan sebanyak 65%. Wanita yang belum mengalami menopause dilindungi oleh hormon estrogen yang berperan dalam meningkatkan kadar High Density Lipoprotein (HDL). Kadar kolesterol HDL yang tinggi merupakan factor pelindung dalam mencegah terjadinya proses aterosklerosis. Efek perlindungan estrogen dianggap sebagai penjelasan adanya imunitas wanita pada usia premenopause (Kartika et al, 2021). Peneliti berasumsi, jenis kelamin dapat dihubungkan dengan berbagai faktor, seperti peran sosial, hormonal, atau gaya hidup yang lebih rentan terhadap hipertensi di populasi ini.

Betrdasarkan pekerjaan mayoritas penderita hipertensi adalah Ibu Rumah Tangga (IRT), dengan persentase 58.6%. menurut penelitian sebelumnya (Pagoray, 2022), mayoritas pekerjaan sebagai IRT sebanyak 17 orang 47,2%. Akibat dari berkurangnya kemampuan tersebut dapat menyebabkan resiko terjadinya peningkatan tekanan darah seiring bertambahnya usia semakin meningkat sehingga gangguan kesehatan juga meningkat, dan akhirnya akan berdampak pada penurunan kualitas hidup (Kartika et al, 2021). Peneliti berasumsi, bahwa aktivitas sebagai IRT mungkin menimbulkan faktor-faktor seperti beban kerja fisik dan emosional yang bisa memengaruhi tekanan darah.

Berdasarkan pendidikan terakhir bahwa tingkat pendidikan terakhir paling umum di antara responden adalah SMP dan SMA, masing-masing sebesar 31.3%. menurut penelitian sebelumnya (Asriadi, 2021), sebagian besar pendidikan lansia adalah pendidikan SMA sebanyak 65%.

Seseorang yang memiliki pendidikan tinggi tentunya akan lebih paham mengenai sebab akibat dari perilaku pentingnya memelihara kesehatan, khususnya penyakit hipertensi. Salah satu cara untuk mengurangi besarnya risiko penyakit hipertensi adalah dengan melakukan upaya pencegahan yang dapat menyebabkan penyakit hipertensi (Kartika et al, 2021). Peneliti berasumsi, rendahnya tingkat pendidikan ini bisa mengindikasikan keterbatasan dalam pengetahuan mengenai pola hidup sehat, yang penting dalam pencegahan dan pengelolaan hipertensi.

b. Distribusi Data frekuensi program pengelolaan penyakit kronis (prolanis) pasien hipertensi di Wilayah UPTD Puskesmas Kota Agung.

Berdasarkan hasil penelitian Program Pengelolaan Penyakit Kronis (Prolanis) sebagian besar responden, yaitu 66.7%, rutin mengikuti Prolanis. Menurut peneliti sebelumnya (Pagoray, 2022), responden 16,7% dengan kualitas hidup baik, sedangkan dari 19 responden yang aktif dalam prolanis. Prolanis memiliki tujuan untuk mengoptimalkan kualitas hidup bagi pasien yang memiliki penyakit kronis serta diharapkan juga dapat mengurangi risiko komplikasi penyakit ini, program ini tidak memerlukan biaya apapun. Adapun kegiatan yang akan dilaksanakan pada prolanis diantaranya konsultasi kesehatan, edukasi kesehatan, home visit, aktivitas kelompok, dan pemantauan status kesehatan (Kemenkes RI, 2021).

Peneliti berasumsi tingginya angka partisipasi ini menunjukkan bahwa sebagian besar pasien menyadari pentingnya pengelolaan penyakit kronis secara teratur. Ini juga mengindikasikan adanya komitmen dari responden untuk memantau kesehatan mereka melalui program yang terstruktur, yang berpotensi membantu pengendalian hipertensi.

c. Distribusi prilaku manajemen diri pasien hipertensi di Wilayah UPTD Puskesmas Kota Agung

Berdsarkan manajemen diri pasien sebagian besar responden yang mengikuti Prolanis secara rutin (66,7%) memiliki manajemen diri yang baik (53,5%). Menurut penelitian sebelumnya (Asriadi, 2021), menunjukkan bahwa sebagian besar rata-rata self managemen hipertensi sebesar 91%. Self-management (manajemen diri) hipertensi adalah kemampuan individu mempertahankan perilaku yang efektif dan manajemen penyakit yang dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari untuk membantu pasien dalam menurunkan dan menjaga kestabilan tekanan darah (Kurnia, 2021). Peneliti berasumsi, dengan menunjukkan manajemen diri yang baik dalam mengatasi hipertensi. Tingginya persentase ini mencerminkan kesadaran dan kemampuan pasien dalam mengelola kondisi hipertensinya, termasuk kepatuhan terhadap gaya hidup sehat dan pengobatan. Manajemen diri yang baik ini merupakan faktor penting dalam pengendalian hipertensi jangka panjang, membantu mencegah komplikasi serius yang mungkin timbul.

Analisis Bivariat

Hubungan Program Pengelolaan Penyakit Kronis (Prolanis) dan Manajemen Diri Pasien Hipertensi

Berdasarkan penelitian nilai p sebesar 0,035 menunjukkan ada hubungan yang signifikan secara statistik antara keikutsertaan dalam Prolanis dan kualitas manajemen diri pada pasien hipertensi pada tingkat signifikansi 0,05. Menurut penelitian (Maksum, 2023), ada hubungan dengan ketidakpatuhan peserta Prolanis dengan kualitas hidup (P=0,202). Keikutsertaan prolanis pada hipertensi biasa dilakukan dengan self care management yang berdampak untuk meminimalkan komplikasi, bagian kegiatan setiap individu untuk mengembangkan kemandirian dalam mempertahankan atau meningkatkan kehidupan yang sejahtera baik itu sakit maupun sehat dan usaha pasien untuk mengontrol dan mendeteksi penyakit hipertensi serta memanagement diri tentang tanda dan gejala hipertensi yang muncul untuk mencegah komplikasi penyakit dan meminimalkan gangguan fungsi didalam tubuh (Meily, 2022).

Pertama, program Prolanis memiliki kelebihan dalam efektivitasnya untuk meningkatkan manajemen diri pasien hipertensi. Hal ini dapat terjadi jika program tersebut tidak secara spesifik menargetkan aspek-aspek penting dalam pengelolaan hipertensi, seperti pendidikan kesehatan yang komprehensif, pelatihan, atau dukungan berkelanjutan (Meily, 2022).

Selanjutnya, variasi dalam pelaksanaan program juga dapat mempengaruhi hasil. Efektivitas Prolanis mungkin berbeda-beda bagi setiap pasien, tergantung pada seberapa baik program tersebut dilaksanakan, kedalaman materi edukasi yang diberikan, dan kualitas interaksi antara pasien dan tenaga kesehatan (Meily, 2022). Terakhir, motivasi pribadi pasien juga sangat berperan dalam keberhasilan manajemen diri. Pasien yang memiliki motivasi tinggi cenderung lebih aktif dan disiplin dalam menerapkan saran-saran yang diberikan, sementara mereka yang kurang termotivasi mungkin mengikuti program tanpa mengimplementasikan perubahan yang diperlukan dalam gaya hidup mereka (Meily, 2022).

Peneliti berasumsi, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa untuk meningkatkan manajemen diri pasien hipertensi, pendekatan yang lebih holistik diperlukan. Pendekatan ini harus mencakup dukungan yang beragam, baik dari program formal seperti Prolanis maupun dari aspek-aspek sosial dan

individu yang lebih luas, guna menciptakan lingkungan yang mendukung pasien dalam mengelola hipertensi mereka dengan lebih baik.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil temuan penelitian dan hasil pengujian pada pembahasan yang telah dilakukan, maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Karakteristik penderita hipertensi di Wilayah UPTD Puskesmas Kota Agung.
   Berdasarkan usia yang paling banyak mengalami hipertensi adalah 41-50 tahun dengan persentase sebesar 28.3%. Jenis Kelamin perempuan merupakan kelompok yang paling banyak menderita hipertensi, mencapai 73.7%. Pekerjaan dengan mayoritas penderita hipertensi adalah Ibu Rumah Tangga (IRT), dengan persentase 58.6%. Tingkat pendidikan terakhir paling umum di antara responden adalah SMP dan SMA, masing-masing sebesar 31.3%.
2. Distribusi frekuensi Program Pengelolaan Penyakit Kronis (Prolanis) di Wilayah UPTD Puskesmas Kota Agung sebagian besar responden, yaitu 66.7%, rutin mengikuti Prolanis.
3. Distribusi frekuensi manajemen diri pasien hipertensi di Wilayah UPTD Puskesmas Kota Agung mayoritas responden memiliki manajemen diri yang baik dalam menghadapi hipertensi dengan persentase 76.8%.
4. Hubungan Keikutsertaan Program Pengelolaan Penyakit Kronis (prolanis) dengan prilaku manajemen diri pasien hipertensi di Wilayah UPTD Puskesmas Kota Agung dalam penelitian nilai *p* sebesar 0,035 menunjukkan ada hubungan yang signifikan secara statistik antara keikutsertaan dalam Prolanis dan kualitas manajemen diri pada pasien hipertensi pada tingkat signifikansi 0,05.

DAFTAR PUSTAKA

1. Afif. (2021). *Jurnal Pengembangan Ilmu Dan Praktik Kesehatan*. *2*, 2.
2. Akhsin, M. (2021). *Keaktifan Mengikuti Prolanis Mempengaruhi Kestabilan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Puskesmas Warungasem Activeness Of Prolanis Participation Influencing The Blood Pressure Stability In Hypertension Patients At Public Health Center Warungasem Tar*. *3*(2), 75–86.
3. Asriadi.(2021).*Prolanis*+Terhadap+*Self*+*Management*+*Lansia*+*Dengan*+*Hipert ensi*+*Di*+*Wilayah*+*Kerja*+*Puskesmas*+*Somba*+*Opu*+*Kabupaten*+*Gowa*.
4. Astuti Et Al. (2021). *Hubungan Prolanis Dengan Pengendalian Gula Darah Penderita Diabetes Melitus Usia 35-65 Tahun Di Puskesmas Pakis Surabaya*.
5. Ayu, M. S. (2021). Analisis Klasifikasi Hipertensi Dan Gangguan Fungsi Kognitif Pada Lanjut Usia. *Jumantik (Jurnal Ilmiah Penelitian Kesehatan)*, *6*(2), 131. Https://Doi.Org/10.30829/Jumantik.V6i2.8246
6. Bawonte, T. G., Mambo, C. D., & Masengi, A. S. R. (2021). *Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Tuberculosis Multidrug Resistance (Tb Mdr)*. *9*(1), 117–125.
7. Bpjs Kesehatan. (2023). Gambaran Hasil Pemeriksaan Tekanan Darah Antara Peserta Prolanis Yang Memperoleh Dengan Tidak Memperoleh Pelayanan Kontak Tidak Lansung. *Jurnal Jaminan Kesehatan Nasional*, *3*(1), 15–29. Https://Doi.Org/10.53756/Jjkn.V3i1.76
8. Dinkes Lampung. (2020). *Faktor Stres Psikososial Berhubungan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia Di Panti Tresna Werdha Lampung*.
9. Fauziah, T., Nurmayni, Putri, R., Pidia, S., & Sari, S. (2021). Hipertensi Si Pembunuh Senyap "Yuk Kenali Pencegahan Dan Penangananya." In *Buku Saku*.
10. Hidayat. (2021). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Melalui Media Booklet "Manajemen Hipertensi" Terhadap Tingkat Pengetahuan Pasien Hipertensi. *Angewandte Chemie International Edition, 6(11), 951–952.*, *1*(April), 140–150.
11. Hidayati Et Al. (2022). *Perubahan Pola Hidup Yang Terjadi Dewasa Ini Mengakibatkan Peningkatan Angka Kejadian Penderita Penyakit Tidak Menular (Non Communicable Disease). Penyakit Tidak Menular Menjadi Salah Satu Masalah Kesehatan Masyarakat Karena Tingkat Morbiditas Dan Mortali*. *2*, 2.
12. Kartika Et Al. (2021). *Jurnal Pengembangan Ilmu Dan Praktik Kesehatan*. *2*, 2. Kemenkes Ri. (2021). *Jurnal Pengembangan Ilmu Dan Praktik Kesehatan*. *2*, 2.

13. Kemenkes Ri. (2022). Nomor 1, Maret 2024 59 Pratama, R. Dkk (2024). *Media Husada Journal Of Nursing Science*, *5*(1), 59–69.
14. Kurnia. (2021). *Pengaruh Dukungan Keluarga Terhadap Perilaku Self Management Hipertensi Pada Masa Pandemi Covid-19*. *11*, 2.
15. Maksum, T. S. (2023). Analisis Ketidakpatuhan Peserta Program Pengelolaan Penyakit Kronis (Prolanis) Di Puskesmas Suwawa. *Graha Medika Public Health Journal*, *2*(1), 7–15.
16. Martias, L. D. (2021). *Statistika Deskriptif Sebagai Kumpulan Informasi*. *16*(1), 40–59.
17. Meily. (2022). *Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Self Care Management Pada Pasien Hipertensi Di Puskesmas Batu X Tanjungpinang Kepulauan Riau*. *2*, 2.
18. Meri Oktaviani. (2022). *Analisis Faktor Yang Berhubungan Dengan Self-Management Penderita Hipertensi Wilayah Kerja Uptd Puskesmas Rawat Inap Penengahan Lampung Selatan 2022*. *11*, 4.
19. Muliya Et Al. (2023). *Self Care Management Berhubungan Dengan Kualitas Hidup Pada Penderita Hipertensi*.
20. Musthofa, A. L. U., Nugroho, S. A., & Sholehah, B. (2024). Hubungan Self Management Dengan Kategori Hipertensi Di Puskesmas Paiton Probolinggo. *Trilogi: Jurnal Ilmu Teknologi, Kesehatan, Dan Humaniora*, *5*(1), 29–37. Https://Doi.Org/10.33650/Trilogi.V5i1.7304
21. Noviana, S. (2020). *Hubungan Kepatuhan Mengikuti Kegiatan Prolanis Dengan Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi Di Puskesmas Rajeg Kabupaten Tangerang*.
22. Pagoray, N. R. S. (2022). Keaktifan Dalam Klub Prolanis Terhadap Peningkatan Kualitas Hidup Lansia Penderita Hipertensi. *Jurnal Keperawatan …*, 30–38.
23. Prayitnaningsih Et Al. (2021). *Jurnal Pengembangan Ilmu Dan Praktik Kesehatan*.*2*, 2.
24. Puspitosari, A., & Ninik Nurhidayah. (2022). Pengaruh Progressive Muscle Relaxation Terhadap Tingkat Hipertensi Pada Middle Adulthood Di Desa Kemiri Kecamatan Kebakkramat Kabupaten Karanganyar. *Jurnal Ilmu Kedokteran Dan Kesehatan Indonesia*, *2*(2), 1–5. Https://Doi.Org/10.55606/Jikki.V2i2.274
25. Putri, M., Ludiana, & Ayubbana, S. (2022). Penerapan Pemberian Relaksasi Otot Progresif Terhadap Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Yosomulyo Kota Metro Tahun 2021. *Jurnal Cendikia Muda*, *2*(2), 246–254.
26. Rohmah, N. N., Waskito, B. A., Haryanti, E., Dokter, P., Kedokteran, F., Wijaya, U., Surabaya, K., Kedokteran, F., Wijaya, U., Surabaya, K., Penyakit, D., Fakultas, D., Universitas, K., Kusuma, W., Kupang, D., Surabaya, K., & Timur, J. (2023). *Hubungan Prolanis Dengan Pengendalian Gula Darah Penderita Diabetes Melitus Usia 35-65 Tahun Di Puskesmas Pakis Surabaya*. 1–9.
27. Siregar. (2013). *Pengaruh Video Advertising Tokopedia Versi "Jadikan Ramadan Kesempatan Terbaik" Terhadap Respon Afektif Khalayak*.
28. Sugiyono. (2018). *Pengaruh Video Advertising Tokopedia Versi "Jadikan Ramadan Kesempatan Terbaik" Terhadap Respon Afektif Khalayak*.
29. Sujarweni. (2016). *Pengaruh Video Advertising Tokopedia Versi "Jadikan Ramadan Kesempatan Terbaik" Terhadap Respon Afektif Khalayak*.
30. 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
31. Susi Susanti. (2022). *Hubungan Self Efficacy Dengan Manajemen Diri Penderita Hipertensi Di Puskesmas Kassi-Kassi Kota Makassar Tahun 2022*. *6*.
32. Syafira, S., Nadira, C. S., Ilhami, T., & Akbar, S. (2022). *Analisis Perbedaan Fungsi Kognitif Pada Pasien Dengan Variasi Tekanan Darah Normal , Hipertensi Terkontrol Dan Hipertensi Tidak Terkontrol Di Poli Penyakit Dalam Rsu Cut Meutia*. *1*(2), 10–21.
33. Syahroni, M. I. (2022). *Prosedur Penelitian Kuantitatif*. *2*(3), 43–56. Trio Hardhina. (2022). *No Title*.
34. Who. (2023). *Analysis Of Participation In Prolanis Exercise Program And Its Impact On Blood Pressure Of Patients With Hypertension*.
35. Wu, M., Si, J., Liu, Y., Kang, L., Xu, B., Si, J., Liu, Y., Kang, L., Xu, B., & Group,
36. (2023). *Hubungan Antara Indeks Antioksidan Makanan Komposit Dan Hipertensi : Wawasan Dari Nhanes*..