

Surat Ijin Penelitian



YAYASAN PANTI RAPIH
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN PANTI RAPIH YOGYAKARTA

Jalan Tantular 401 Pringwulung, Condongcatur, Depok, Sleman, Yogyakarta
Telp.(0274) 518977, 542744 Fax (0274) 587143
Website : www.stikespantirapih.ac.id E-mail : stikespr@stikespantirapih.ac.id



2 Juni 2025

Nomor : 1104/STIKes-PR/B/VI/2025
Hal : Permohonan izin Pengambilan Data

Yth. Kepala Kelurahan Klitren
Jalan Mangga No.11, Klitren, Kemantren Gondokusuman,
D.I. Yogyakarta

Dengan hormat,

Dalam rangka menyelesaikan tugas pada Mata Kuliah Skripsi (SK VIII.1) bagi Mahasiswa Program Studi Sarjana Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Panti Rapih Yogyakarta Tahun Akademik 2024/2025, maka dengan ini kami mohon mahasiswa di bawah ini diperkenankan melakukan pengambilan data di Desa Kepuh.

Adapun mahasiswa tersebut adalah:

Nama : Maria Delfina Tunga
NPM : 202123066
Judul Skripsi : Hubungan Self Management dengan Tekanan Darah pada Lansia Hipertensi di Kepuh, Kelurahan Klitren Kecamatan Gondokusuman, Yogyakarta

Demikian surat permohonan izin dari kami. Atas perhatian dan izin yang diberikan, kami ucapkan terima kasih.

Ketua

Yulia Wardani, MAN
YOGYAKARTA

Surat Jawaban Ijin Penelitian



PEMERINTAH KOTA YOGYAKARTA
KEMANTREN GONDOKUSUMAN
KELURAHAN KLITREN

ꦏꦺꦩꦤ꧀ꦠꦺꦤ꧀ꦒꦺꦤ꧀ꦏꦺꦴꦱꦸꦩꦤ꧀ꦏꦺꦭꦸꦫꦲꦤ꧀ꦏꦭꦶꦠꦺꦤ꧀

Jalan Mangga 11, Yogyakarta, Daerah Istimewa Yogyakarta 55222
Telepon (0274) 565360; Faksimile (0274) 565360
Laman <https://klitrenkel.jogjakota.go.id>; Pos-el klitren@jogjakota.go.id

Nomor : 400/248
Hal : Pemberian izin studi pendahuluan

Kepada Yth : Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Panti Rapih Yogyakarta.

Menindaklanjuti surat Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Panti Rapih Yogyakarta.
Nomor : 1104/STIKes-PR/B/VI/2025 tanggal 2 Juni 2025 perihal Permohonan izin
Pengambilan Data di Kampung Kepuh untuk keperluan skripsi mahasiswa :

Nama : MARIA DELFINA TUNGA
NPM : 202123066
Judul Skripsi : Hubungan Selft Management dengan Tekanan Darah pada lansia
Hipertensi di Kepuh Wilayah Kelurahan Klitren, Kemantren Gondokusuman Kota Yogyakarta.

Bersama ini kami sampaikan bahwa izin kegiatan dimaksud dikabulkan.
Demikian atas perhatiannya diucapkan terimakasih.

Yogyakarta, 4 Juni 2025

Tembusan :
Ketua Kampung Kepuh



Surat *Ethical Clearance*



Kementerian Kesehatan
Poltekkes Yogyakarta
Komite Etik Penelitian Kesehatan

Jalan Tata Bumi No. 3, Banyuraden, Gamping,
Sleman, D.I. Yogyakarta 55293
(0274) 617601
<https://poltekkesjogja.ac.id>

KETERANGAN LAYAK ETIK
DESCRIPTION OF ETHICAL EXEMPTION
"ETHICAL EXEMPTION"

No.DP.04.03/e-KEPK.1/770/2025

Protokol penelitian versi 1 yang diusulkan oleh :
The research protocol proposed by

Peneliti utama : Maria Delfina Tunga
Principal In Investigator

Nama Institusi : STIKes Panti Rapih Yogyakarta
Name of the Institution

Dengan judul:
Title

"Hubungan Self Management dengan Tekanan Darah pada Lansia Hipertensi di Kepuh, Kelurahan Klitren, Kecamatan Gondokusuman, Yogyakarta"

"The Relationship between Self Management and Blood Pressure in Elderly Hypertensives in Kepuh, Klitren Village, Gondokusuman District, Yogyakarta"

Dinyatakan layak etik sesuai 7 (tujuh) Standar WHO 2011, yaitu 1) Nilai Sosial, 2) Nilai Ilmiah, 3) Pemerataan Beban dan Manfaat, 4) Risiko, 5) Bujukan/Eksploitasi, 6) Kerahasiaan dan Privacy, dan 7) Persetujuan Setelah Penjelasan, yang merujuk pada Pedoman CIOMS 2016. Hal ini seperti yang ditunjukkan oleh terpenuhinya indikator setiap standar.

Declared to be ethically appropriate in accordance to 7 (seven) WHO 2011 Standards, 1) Social Values, 2) Scientific Values, 3) Equitable Assessment and Benefits, 4) Risks, 5) Persuasion/Exploitation, 6) Confidentiality and Privacy, and 7) Informed Consent, referring to the 2016 CIOMS Guidelines. This is as indicated by the fulfillment of the indicators of each standard.

Pernyataan Laik Etik ini berlaku selama kurun waktu tanggal 28 Mei 2025 sampai dengan tanggal 28 Mei 2026.

This declaration of ethics applies during the period May 28, 2025 until May 28, 2026.



May 28, 2025
Chairperson,



Dr. drg. Wiworo Haryani, M.Kes.

Penjelasan Penelitian

Hal : Permohonan Menjadi responden

Kepada

Yth. Bapak/ibu

Saya yang bertanda tangan dibawah ini adalah mahasiswa Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Panti Rapih Yogyakarta:

Nama : Maria Delfina Tunga

NPM : 202123066

Bermaksud akan mengadakan penelitian dengan judul “*Hubungan Self Management* dengan Tekanan darah lansia Hipertensi di Kepuh, Kelurahan Klitren, Kecamatan Gondokusuman, Yogyakarta”

Penelitian ini semata-mata untuk kepentingan pengetahuan dan tidak akan menimbulkan akibat yang merugikan , kerahasiaan semua informasi akan dijaga dan digunakan untuk kepentingan penelitian.

Atas perhatian dan kesediaan Bapak/ibu untuk menjadi responden, saya ucapkan terima kasih.

Yogyakarta,2025

Peneliti

Maria Delfina Tunga

Informed Consent

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama :

Usia :

Jenis Kelamin :

Pekerjaan :

Denagn ini menyatakan bersedia untuk menjadi responden dalam penelitian yang dilakukan oleh Maria Delfina Tunga (202123066) dengan judul “Hubungan *Self management* dengan Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi di Kepuh, Kelurahan Klitren, Kecamatan Gondokusuman, Yogyakarta ”.

Saya memahami bahwa penelitian ini tidak akan berakibat negatif terhadap saya, oleh karena itu, saya bersedia menjadi responden dan berperan serta dalam penelitian dengan mengisi kuesioner yang dibutuhkan oleh peneliti dengan sukarela tanpa ada paksaan pihak manapun.

Demikian persetujuan ini saya buat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Yogyakarta,2025

Responden

(.....)

Dokumentasi Pelaksanaan Kegiatan Penelitian



Kisi-kisi Instrumen

No	Variabel Penelitian	Dimensi	Indikator	Sub Indikator	Jmlh Item	Kisi – kisi Pertanyaan	Pertanyaan
1	Self Management	Integritas Diri	Pengaturan pola makan	Pemilihan dan pengurangan makanan untuk kontrol hipertensi	7	<ol style="list-style-type: none"> 1. Mempertimbangan porsi dan jenis makanan 2. Konsumsi buah, sayur, gandum, kacang-kacangan 3. Pengurangan lemak jenuh 4. Kesadaran tekanan darah saat memilih makanan 5. Berhenti konsumsi alkohol 6. Pengurangan porsi makan untuk menurunkan 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Saya mempertimbangan porsi dan pilihan makanan ketika saya makan. 2. Saya makan buah, sayur, gandum, dan kacang-kacangan lebih banyak dari yang saya makan saat saya tidak mengalami hipertensi. 3. Saya mengurangi makanan yang mengandung lemak jenuh (misalnya keju, minyak kelapa, daging kambing, dll) semenjak didiagnosa hipertensi. 4. Saya memikirkan tekanan darah saya saat memilih makanan. 5. Saya telah berhenti mengonsumsi alkohol untuk mengontrol tekanan darah. 6. Saya mengurangi jumlah makanan setiap kali saya makan untuk menurunkan berat

						an berat badan 7. Pemilihan makanan rendah garam	badan 7. Saya memilih makanan yang rendah garam.
			Aktivitas fisik dan kebiasaan sehat	Aktivitas olahraga, berhenti merokok, manajemen stres	6	8. Aktivitas olahraga harian 9. Penerimaan kondisi hipertensi 10. Rutinitas sesuai kontrol hipertensi 11. Berhenti merokok 12. Manajemen stres dan emosi 13. Pengurangan garam	8. Saya berolahraga untuk menurunkan berat badan (misalnya jalan, jogging / lari, atau bersepeda) sekitar 30-60 menit setiap hari. 9. Saya berpikir bahwa hipertensi adalah bagian dari hidup saya. 10. Saya melakukan rutinitas saya sesuai dengan hal-hal yang harus saya lakukan untuk mengontrol hipertensi saya (misalnya pekerjaan dan pemeriksaan ke dokter). 11. Saya berhenti merokok/saya mencoba berhenti merokok 12. Saya mencoba mengontrol emosi saya dengan mendengarkan musik, istirahat dan berbicara dengan keluarga atau teman saya 13. Saya tidak pernah menggunakan garam yang berlebih untuk membumbui

							makanan semenjak saya terkena hipertensi.
2	Self Management	Regulasi Diri	Pengenalan dan penanganan gejala	Hipertensi dan hipotensi	5	<p>14. Pengetahuan perubahan tekanan darah</p> <p>15. Pengenalan gejala hipertensi</p> <p>16. Kontrol gejala hipertensi</p> <p>17. Pengenalan gejala hipotensi</p> <p>18. Kontrol gejala hipotensi</p>	<p>14. Saya mengetahui kenapa tekanan darah saya berubah.</p> <p>15. Saya mengenali tanda dan gejala tekanan darah tinggi</p> <p>16. Saya mengontrol tanda dan gejala hipertensi dengan tepat.</p> <p>17. Saya mengenali tanda dan gejala tekanan darah rendah.</p> <p>18. Saya mengontrol tanda dan gejala hipotensi (tekanan darah rendah) dengan tepat.</p>
			Perencanaan dan evaluasi pribadi	Tujuan dan evaluasi tekanan darah	4	<p>19. Penetapan tujuan kontrol tekanan darah</p> <p>20. Rencana tindakan kontrol tekanan darah</p> <p>21. Evaluasi tekanan darah</p>	<p>19. Saya menentukan tujuan saya untuk mengontrol tekanan darah.</p> <p>20. Saya membuat rencana tindakan untuk mencapai tujuan saya mengontrol tekanan darah.</p> <p>21. Saya membandingkan tekanan darah saya saat ini dengan tekanan</p>

						22. Kontrol faktor risiko tekanan darah	darah yang saya targetkan (inginkan). 22. Saya mengontrol keadaan yang mungkin dapat meningkatkan tekanan darah saya.
--	--	--	--	--	--	---	--

3	Self Management	Interaksi dengan Tenaga Kesehatan	Komunikasi dan kolaborasi	Diskusi, pemberian masukan, pertanyaan terkait pengobatan	9	<p>23. Diskusi rencana pengobatan</p> <p>24. Masukan terhadap rencana pengobatan</p> <p>25. Bertanya kepada tenaga kesehatan</p> <p>26. Kolaborasi dalam evaluasi pengobatan</p> <p>27. Diskusi saat tekanan darah tidak stabil</p> <p>28. Mencari informasi lebih lanjut tentang hipertensi</p> <p>29. Meminta bantuan sosial terkait</p>	<p>23. Saya mendiskusikan rencana pengobatan saya dengan dokter atau perawat.</p> <p>24. Saya memberikan masukan pada dokter untuk mengubah rencana pengobatan jika saya tidak bisa menyesuaikan diri dengan rencana tersebut.</p> <p>25. Saya bertanya pada dokter atau perawat ketika ada hal-hal yang tidak saya pahami</p> <p>26. Saya membantu dokter atau perawat mencari tahu kenapa tekanan darah saya tidak terkontrol dengan baik</p> <p>27. Saya mendiskusikan dengan dokter atau perawat saat tekanan darah saya terlalu tinggi atau rendah</p> <p>28. Saya bertanya pada dokter atau perawat darimana saya bisa belajar lebih jauh tentang hipertensi.</p> <p>29. Saya meminta bantuan orang lain (misal teman, tetangga atau</p>
---	-----------------	-----------------------------------	---------------------------	---	---	--	--

						<p>hipertensi</p> <p>30. Dukungan sosial untuk kontrol tekanan darah.</p> <p>31. Berbagi pengalaman kontrol tekanan darah</p>	<p>pasien lain) terkait hipertensi yang saya alami.</p> <p>30. Saya meminta bantuan orang lain (misal teman, tetangga atau pasien lain) untuk membantu mengontrol tekanan darah saya</p> <p>31. Saya bertanya pada orang lain (misal teman, tetangga atau pasien lain) apa cara yang mereka gunakan untuk mengontrol tekanan darah tinggi.</p>
--	--	--	--	--	--	---	--

4	Self Management	Pemantauan Tekanan Darah	Monitoring tekanan darah	Periksa tekanan darah saat gejala atau rutin	4	<p>32. Periksa saat gejala hipertensi</p> <p>33. Periksa saat merasa sakit</p> <p>34. Periksa tekanan darah rutin</p> <p>35. Periksa saat gejala hipotensi</p>	<p>32. Saya pergi ke dokter untuk mengecek tekanan darah saya saat merasakan tanda dan gejala tekanan darah tinggi.</p> <p>33. Saya pergi ke dokter untuk mengetahui tekanan darah saya saat saya merasa sakit</p> <p>34. Saya pergi ke dokter untuk mengecek tekanan darah saya</p> <p>35. Saya pergi ke dokter untuk mengecek tekanan darah saya saat merasakan tanda dan gejala tekanan darah rendah.</p>
---	-----------------	--------------------------	--------------------------	--	---	--	--

5	Self Management	Kepatuhan pada Aturan yang Dianjurkan	Kepatuhan minum obat dan kontrol	Kepatuhan terhadap obat, jadwal kontrol, dan saran tenaga medis	5	<p>36. Kepatuhan tinggi konsumsi obat</p> <p>37. Konsumsi obat sesuai dosis</p> <p>38. Konsumsi obat tepat waktu</p> <p>39. Kepatuhan jadwal kontrol</p> <p>40. Kepatuhan terhadap saran tenaga medis</p>	<p>36. Saya sangat ketat dalam minum obat anti-hipertensi.</p> <p>37. Saya minum obat anti-hipertensi sesuai dengan dosis yang diberikan dokter.</p> <p>38. Saya minum obat anti-hipertensi dalam waktu yang benar.</p> <p>39. Saya periksa ke dokter sesuai dengan waktu yang dijadwalkan.</p> <p>40. Saya mengikuti saran dokter atau perawat dalam mengontrol tekanan darah saya.</p>
	Total				40		

KUESIONER PENELITIAN

“HUBUNGAN SELF MANAGEMENT DENGAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA HIPERTENSI”

A. KUESIONER DATA DEMOGRAFI

1. Nama :
2. Umur :
3. Jenis Kelamin : Laki-laki Perempuan
4. Alamat :
5. Status : Menikah Belum menikah Cerai
6. Pendidikan : SD SMP SMA
 Perguruan Tinggi Tidak Sekolah
7. Pekerjaan : Bekerja Tidak bekerja
8. Lama Hipertensi <5 tahun > 5tahun
9. Status Minum Obat Minum obat Tidak Minum Obat

B. SELF MANAGEMENT HIPERTENSI

Petunjuk pengisian:

- a. Bacalah setiap pernyataan dengan cermat dan pahami maksudnya.
- b. Jawablah semua pernyataan sesuai dengan kondisi dan kebiasaan Bapak/Ibu saat ini.
- c. Berikan tanda **centang** (✓) pada kotak jawaban yang paling sesuai dengan keadaan Bapak/Ibu.
- d. Tidak ada jawaban benar atau salah, semua jawaban mencerminkan pengalaman dan kondisi masing-masing responden

Gunakan 4 pilihan jawaban sebagai berikut:

S : Selalu (Jika saudara setiap hari melakukan perilaku tersebut).

KK : Kadang-kadang (Jika saudara dalam seminggu beberapa kali
melakukan perilaku tersebut).

JR : Jarang (Jika saudara dalam seminggu melakukan dan minggu berikutnya

tidak melakukan perilaku tersebut).

TP : Tidak pernah (Jika saudara sama sekali tidak pernah melakukan perilaku tersebut),

No	Perilaku Manajemen Diri Pada Hipertensi	S (4)	KK (3)	JR (2)	TP (1)
Integritas Diri (1-13)					
1.	Saya mempertimbangkan porsi dan pilihan makanan ketika saya makan.				
2.	Saya makan buah, sayur, gandum, dan kacang-kacangan lebih banyak dari yang saya makan saat saya tidak mengalami hipertensi.				
3.	Saya mengurangi makanan yang mengandung lemak jenuh (misalnya keju, minyak kelapa, daging kambing, dll) semenjak didiagnosa hipertensi.				
4.	Saya memikirkan tekanan darah saya saat memilih makanan.				
5.	Saya telah berhenti mengonsumsi alcohol untuk mengontrol tekanan darah				
6.	Saya mengurangi jumlah makanan setiap kali saya makan untuk menurunkan berat badan.				
7.	Saya memilih makanan yang rendah garam.				
8.	Saya berolahraga untuk menurunkan berat badan (misalnya jalan, jogging / lari, atau bersepeda) sekitar 30-60 menit setiap hari.				
9.	Saya berpikir bahwa hipertensi adalah bagian dari hidup saya.				
10.	Saya melakukan rutinitas saya sesuai dengan hal-hal yang harus saya lakukan untuk mengontrol hipertensi saya (misalnya pekerjaan dan pemeriksaan ke dokter).				
11.	Saya berhenti merokok/saya mencoba berhenti merokok				
12.	Saya mencoba mengontrol emosi saya dengan mendengarkan musik, istirahat dan berbicara dengan keluarga atau teman saya				
13.	Saya tidak pernah menggunakan garam yang berlebih untuk membumbui makanan semenjak saya terkena hipertensi.				

No	Perilaku Manajemen Diri Pada Hipertensi	S (4)	KK (3)	JR (2)	TP (1)
Regulasi Diri (14-22)					
14.	Saya mengetahui kenapa tekanan darah saya berubah.				
15.	Saya mengenali tanda dan gejala tekanan darah tinggi				
16.	Saya mengontrol tanda dan gejala hipertensi dengan tepat.				
17.	Saya mengenali tanda dan gejala tekanan darah rendah.				
18.	Saya mengontrol tanda dan gejala hipotensi (tekanan darah rendah) dengan tepat.				
19.	Saya menentukan tujuan saya untuk mengontrol tekanan darah.				
20.	Saya membuat rencana tindakan untuk mencapai tujuan saya mengontrol tekanan darah.				
21.	Saya membandingkan tekanan darah saya saat ini dengan tekanan darah yang saya targetkan (inginkan).				
22.	Saya mengontrol keadaan yang mungkin dapat meningkatkan tekanan darah saya.				
Interaksi dengan tenaga kesehatan dan lainnya (23-31)					
No	Perilaku Manajemen Diri Pada Hipertensi	S (4)	KK (3)	JR (2)	TP (1)
23.	Saya mendiskusikan rencana pengobatan saya dengan dokter atau perawat.				
24.	Saya memberikan masukan pada dokter untuk mengubah rencana pengobatan jika saya tidak bisa menyesuaikan diri dengan rencana tersebut.				
25.	Saya bertanya pada dokter atau perawat ketika ada hal-hal yang tidak saya pahami				
26.	Saya membantu dokter atau perawat mencari tahu kenapa tekanan darah saya tidak terkontrol dengan baik				
27.	Saya mendiskusikan dengan dokter atau perawat saat tekanan darah saya terlalu tinggi atau rendah				
28.	Saya bertanya pada dokter atau perawat darimana saya bisa belajar lebih jauh tentang hipertensi.				
29.	Saya meminta bantuan orang lain (misal teman, tetangga atau pasien lain) terkait hipertensi yang saya alami.				
30.	Saya meminta bantuan orang lain (misal teman, tetangga atau pasien lain) untuk membantu				

	mengontrol tekanan darah saya				
31.	Saya bertanya pada orang lain (misal teman, tetangga atau pasien lain) apa cara yang mereka gunakan untuk mengontrol tekanan darah tinggi.				
No	Perilaku Manajemen Diri Pada Hipertensi	S (4)	KK (3)	JR (2)	TP (1)
Pemantauan tekanan darah (32-35)					
32.	Saya pergi ke dokter untuk mengecek tekanan darah saya saat merasakan tanda dan gejala tekanan darah tinggi.				
33.	Saya pergi ke dokter untuk mengetahui tekanan darah saya saat saya merasa sakit				
34.	Saya pergi ke dokter untuk mengecek tekanan darah saya				
35.	Saya pergi ke dokter untuk mengecek tekanan darah saya saat merasakan tanda dan gejala tekanan darah rendah.				
No	Perilaku Manajemen Diri Pada Hipertensi	S (4)	KK (3)	JR (2)	TP (1)
Kepatuhan terhadap aturan yang dianjurkan (36-40)					
36.	Saya sangat ketat dalam minum obat anti-hipertensi.				
37.	Saya minum obat anti-hipertensi sesuai dengan dosis yang diberikan dokter.				
38.	Saya minum obat anti-hipertensi dalam waktu yang benar.				
39.	Saya periksa ke dokter sesuai dengan waktu yang dijadwalkan.				
40.	Saya mengikuti saran dokter atau perawat dalam mengontrol tekanan darah saya.				

Jawaban dari pernyataan kuesioner lansia

Self Management Baik

KUESIONER PENELITIAN

“HUBUNGAN SELF MANAGEMENT DENGAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA HIPERTENSI”

Petunjuk pengisian Identitas :

- Bacalah setiap pertanyaan dengan seksama.
- Tulislah informasi diri Bapak/Ibu pada kolom yang telah disediakan dengan lengkap dan jujur.
- Pastikan semua bagian terisi sebelum melanjutkan ke bagian berikutnya.

A. KUESIONER DATA DEMOGRAFI

- Nama : *Kami*
- Umur : *78*
- Jenis Kelamin : Laki-laki Perempuan
- Alamat : *Kepuh GK 3 NO 810, RT 42, RW 11, Klitren, Yogya*
- Status : Menikah Belum menikah Cerai
- Pendidikan : SD SMP SMA
 Perguruan Tinggi Tidak Sekolah
- Pekerjaan : Bekerja Tidak bekerja
- Lama Hipertensi <5 tahun > 5 tahun
- Status Minum Obat Minum obat Tidak Minum Obat

B. SELF MANAGEMENT HIPERTENSI

Petunjuk pengisian:

- Bacalah setiap pernyataan dengan cermat dan pahami maksudnya.
- Jawablah semua pernyataan sesuai dengan kondisi dan kebiasaan Bapak/Ibu saat ini.

- c. Berikan tanda **centang** (✓) pada kotak jawaban yang paling sesuai dengan keadaan Bapak/Ibu.
- d. Tidak ada jawaban benar atau salah, semua jawaban mencerminkan pengalaman dan kondisi masing-masing responden

Gunakan 4 pilihan jawaban sebagai berikut:

S : Selalu (Jika saudara setiap hari melakukan perilaku tersebut).

KK : Kadang-kadang (Jika saudara dalam seminggu beberapa kali melakukan perilaku tersebut).

JR : Jarang (Jika saudara dalam seminggu melakukan dan minggu berikutnya tidak melakukan perilaku tersebut).

TP : Tidak pernah (Jika saudara sama sekali tidak pernah melakukan perilaku tersebut),

No	Perilaku Manajemen Diri Pada Hipertensi	S (4)	KK (3)	JR (2)	TP (1)
Integritas Diri (1-13)					
1.	Saya mempertimbangkan porsi dan pilihan makanan ketika saya makan.	✓			
2.	Saya makan buah, sayur, gandum, dan kacang-kacangan lebih banyak dari yang saya makan saat saya tidak mengalami hipertensi.		✓		
3.	Saya mengurangi makanan yang mengandung lemak jenuh (misalnya keju, minyak kelapa, daging kambing, dll) semenjak didiagnosa hipertensi.	✓			
4.	Saya memikirkan tekanan darah saya saat memilih makanan.	✓			
5.	Saya telah berhenti mengonsumsi alcohol untuk mengontrol tekanan darah				✓
6.	Saya mengurangi jumlah makanan setiap kali saya makan untuk menurunkan berat badan.				✓
7.	Saya memilih makanan yang rendah garam.	✓			

8.	Saya berolahraga untuk menurunkan berat badan (misalnya jalan, jogging / lari, atau bersepeda) sekitar 30-60 menit setiap hari.	✓			
9.	Saya berpikir bahwa hipertensi adalah bagian dari hidup saya.				✓
10.	Saya melakukan rutinitas saya sesuai dengan hal-hal yang harus saya lakukan untuk mengontrol hipertensi saya (misalnya pekerjaan dan periksa ke dokter).	✓			
11.	Saya berhenti merokok/saya mencoba berhenti merokok				✓
12.	Saya mencoba mengontrol emosi saya dengan mendengarkan musik, istirahat dan berbicara dengan keluarga atau teman saya	✓			
13.	Saya tidak pernah menggunakan garam yang berlebih untuk membumbui makanan semenjak saya terkena hipertensi.	✓			
No	Perilaku Manajemen Diri Pada Hipertensi	S	KK	JR	TP
		(4)	(3)	(2)	(1)
Regulasi Diri (14-22)					
14.	Saya mengetahui kenapa tekanan darah saya berubah.		✓		
15.	Saya mengenali tanda dan gejala tekanan darah tinggi		✓		
16.	Saya mengontrol tanda dan gejala hipertensi dengan tepat.	✓			
17.	Saya mengenali tanda dan gejala tekanan darah rendah.		✓		
18.	Saya mengontrol tanda dan gejala hipotensi (tekanan darah rendah) dengan tepat.	✓			
19.	Saya menentukan tujuan saya untuk mengontrol tekanan darah.	✓			
20.	Saya membuat rencana tindakan untuk mencapai tujuan saya mengontrol tekanan darah.	✓			

21.	Saya membandingkan tekanan darah saya saat ini dengan tekanan darah yang saya targetkan (inginkan).	✓			
22.	Saya mengontrol keadaan yang mungkin dapat meningkatkan tekanan darah saya.	✓			
No	Perilaku Manajemen Diri Pada Hipertensi	S	KK	JR	TP
		(4)	(3)	(2)	(1)
Interaksi dengan tenaga kesehatan dan lainnya (23-31)					
23.	Saya mendiskusikan rencana pengobatan saya dengan dokter atau perawat.	✓			
24.	Saya memberikan masukan pada dokter untuk mengubah rencana pengobatan jika saya tidak bisa menyesuaikan diri dengan rencana tersebut.	✓			
25.	Saya bertanya pada dokter atau perawat ketika ada hal-hal yang tidak saya pahami	✓			
26.	Saya membantu dokter atau perawat mencari tahu kenapa tekanan darah saya tidak terkontrol dengan baik	✓			
27.	Saya mendiskusikan dengan dokter atau perawat saat tekanan darah saya terlalu tinggi atau rendah	✓			
28.	Saya bertanya pada dokter atau perawat darimana saya bisa belajar lebih jauh tentang hipertensi.	✓			
29.	Saya meminta bantuan orang lain (misal teman, tetangga atau pasien lain) terkait hipertensi yang saya alami.	✓			
30.	Saya meminta bantuan orang lain (misal teman, tetangga atau pasien lain) untuk membantu mengontrol tekanan darah saya	✓			
31.	Saya bertanya pada orang lain (misal teman, tetangga atau pasien lain) apa cara yang mereka gunakan untuk mengontrol tekanan darah tinggi.	✓			

No	Perilaku Manajemen Diri Pada Hipertensi	S (4)	KK (3)	JR (2)	TP (1)
Pemantauan tekanan darah (32-35)					
32.	Saya pergi ke dokter untuk mengecek tekanan darah saya saat merasakan tanda dan gejala tekanan darah tinggi.	✓			
33.	Saya pergi ke dokter untuk mengetahui tekanan darah saya saat saya merasa sakit	✓			
34.	Saya pergi ke dokter untuk mengecek tekanan darah saya	✓			
35.	Saya pergi ke dokter untuk mengecek tekanan darah saya saat merasakan tanda dan gejala tekanan darah rendah.	✓			
No	Perilaku Manajemen Diri Pada Hipertensi	S (4)	KK (3)	JR (2)	TP (1)
Kepatuhan terhadap aturan yang dianjurkan (36-40)					
36.	Saya sangat ketat dalam minum obat anti-hipertensi.	✓			
37.	Saya minum obat anti-hipertensi sesuai dengan dosis yang diberikan dokter.	✓			
38.	Saya minum obat anti-hipertensi dalam waktu yang benar.	✓			
39.	Saya periksa ke dokter sesuai dengan waktu yang dijadwalkan.	✓			
40.	Saya mengikuti saran dokter atau perawat dalam mengontrol tekanan darah saya.	✓			

KUESIONER PENELITIAN

“HUBUNGAN SELF MANAGEMENT DENGAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA HIPERTENSI”

Petunjuk pengisian Identitas :

- a. Bacalah setiap pertanyaan dengan seksama.
- b. Tulislah informasi diri Bapak/Ibu pada kolom yang telah disediakan dengan lengkap dan jujur.
- c. Pastikan semua bagian terisi sebelum melanjutkan ke bagian berikutnya.

A. KUESIONER DATA DEMOGRAFI

1. Nama : suratmtn
2. Umur : 67 tahun
3. Jenis Kelamin : Laki-laki Perempuan
4. Alamat : kepuh GK III NO 813 yogyakarta.
5. Status : Menikah Belum menikah Cerai
6. Pendidikan : SD SMP SMA
 Perguruan Tinggi Tidak Sekolah
7. Pekerjaan : Bekerja Tidak bekerja
8. Lama Hipertensi <5 tahun > 5 tahun
9. Status Minum Obat Minum obat Tidak Minum Obat

B. SELF MANAGEMENT HIPERTENSI

Petunjuk pengisian:

- a. Bacalah setiap pernyataan dengan cermat dan pahami maksudnya.
- b. Jawablah semua pernyataan sesuai dengan kondisi dan kebiasaan Bapak/Ibu saat ini.

- c. Berikan tanda centang (√) pada kotak jawaban yang paling sesuai dengan keadaan Bapak/Ibu.
- d. Tidak ada jawaban benar atau salah, semua jawaban mencerminkan pengalaman dan kondisi masing-masing responden

Gunakan 4 pilihan jawaban sebagai berikut:

- S : Selalu (Jika saudara setiap hari melakukan perilaku tersebut).
- KK : Kadang-kadang (Jika saudara dalam seminggu beberapa kali melakukan perilaku tersebut).
- JR : Jarang (Jika saudara dalam seminggu melakukan dan minggu berikutnya tidak melakukan perilaku tersebut).
- TP : Tidak pernah (Jika saudara sama sekali tidak pernah melakukan perilaku tersebut),

No	Perilaku Manajemen Diri Pada Hipertensi	S (4)	KK (3)	JR (2)	TP (1)
Integritas Diri (1-13)					
1.	Saya mempertimbangkan porsi dan pilihan makanan ketika saya makan.	√			
2.	Saya makan buah, sayur, gandum, dan kacang-kacangan lebih banyak dari yang saya makan saat saya tidak mengalami hipertensi.			√	
3.	Saya mengurangi makanan yang mengandung lemak jenuh (misalnya keju, minyak kelapa, daging kambing, dll) semenjak didiagnosa hipertensi.	√			
4.	Saya memikirkan tekanan darah saya saat memilih makanan.	√			
5.	Saya telah berhenti mengonsumsi alcohol untuk mengontrol tekanan darah	√			
6.	Saya mengurangi jumlah makanan setiap kali saya makan untuk menurunkan berat badan.				√
7.	Saya memilih makanan yang rendah garam.		(√)		

8.	Saya berolahraga untuk menurunkan berat badan (misalnya jalan, jogging / lari, atau bersepeda) sekitar 30-60 menit setiap hari.			✓	
9.	Saya berpikir bahwa hipertensi adalah bagian dari hidup saya.				✓
10.	Saya melakukan rutinitas saya sesuai dengan hal-hal yang harus saya lakukan untuk mengontrol hipertensi saya (misalnya pekerjaan dan periksa ke dokter).	✓			
11.	Saya berhenti merokok/saya mencoba berhenti merokok	✓			
12.	Saya mencoba mengontrol emosi saya dengan mendengarkan musik, istirahat dan berbicara dengan keluarga atau teman saya				✓
13.	Saya tidak pernah menggunakan garam yang berlebih untuk membumbui makanan semenjak saya terkena hipertensi.	✓			
No	Perilaku Manajemen Diri Pada Hipertensi	S	KK	JR	TP
		(4)	(3)	(2)	(1)
Regulasi Diri (14-22)					
14.	Saya mengetahui kenapa tekanan darah saya berubah.		✓		
15.	Saya mengenali tanda dan gejala tekanan darah tinggi		✓		
16.	Saya mengontrol tanda dan gejala hipertensi dengan tepat.		✓		
17.	Saya mengenali tanda dan gejala tekanan darah rendah.			✓	
18.	Saya mengontrol tanda dan gejala hipotensi (tekanan darah rendah) dengan tepat.				✓
19.	Saya menentukan tujuan saya untuk mengontrol tekanan darah.		✓		
20.	Saya membuat rencana tindakan untuk mencapai tujuan saya mengontrol tekanan darah.				✓

21.	Saya membandingkan tekanan darah saya saat ini dengan tekanan darah yang saya targetkan (inginkan).			✓	
22.	Saya mengontrol keadaan yang mungkin dapat meningkatkan tekanan darah saya.		✓		
No	Perilaku Manajemen Diri Pada Hipertensi	S	KK	JR	TP
		(4)	(3)	(2)	(1)
Interaksi dengan tenaga kesehatan dan lainnya (23-31)					
23.	Saya mendiskusikan rencana pengobatan saya dengan dokter atau perawat.			✓	
24.	Saya memberikan masukan pada dokter untuk mengubah rencana pengobatan jika saya tidak bisa menyesuaikan diri dengan rencana tersebut.				✓
25.	Saya bertanya pada dokter atau perawat ketika ada hal-hal yang tidak saya pahami	✓			
26.	Saya membantu dokter atau perawat mencari tahu kenapa tekanan darah saya tidak terkontrol dengan baik			✓	
27.	Saya mendiskusikan dengan dokter atau perawat saat tekanan darah saya terlalu tinggi atau rendah				✓
28.	Saya bertanya pada dokter atau perawat darimana saya bisa belajar lebih jauh tentang hipertensi.			✓	
29.	Saya meminta bantuan orang lain (misal teman, tetangga atau pasien lain) terkait hipertensi yang saya alami.		✓		
30.	Saya meminta bantuan orang lain (misal teman, tetangga atau pasien lain) untuk membantu mengontrol tekanan darah saya			✓	
31.	Saya bertanya pada orang lain (misal teman, tetangga atau pasien lain) apa cara yang mereka gunakan untuk mengontrol tekanan darah tinggi.		✓		

No	Perilaku Manajemen Diri Pada Hipertensi	S (4)	KK (3)	JR (2)	TP (1)
Pemantauan tekanan darah (32-35)					
32.	Saya pergi ke dokter untuk mengecek tekanan darah saya saat merasakan tanda dan gejala tekanan darah tinggi.	✓			
33.	Saya pergi ke dokter untuk mengetahui tekanan darah saya saat saya merasa sakit	✓			
34.	Saya pergi ke dokter untuk mengecek tekanan darah saya	✓			
35.	Saya pergi ke dokter untuk mengecek tekanan darah saya saat merasakan tanda dan gejala tekanan darah rendah.			✓	
No	Perilaku Manajemen Diri Pada Hipertensi	S (4)	KK (3)	JR (2)	TP (1)
Kepatuhan terhadap aturan yang dianjurkan (36-40)					
36.	Saya sangat ketat dalam minum obat anti-hipertensi.	✓			
37.	Saya minum obat anti-hipertensi sesuai dengan dosis yang diberikan dokter.	✓			
38.	Saya minum obat anti-hipertensi dalam waktu yang benar.	✓			
39.	Saya periksa ke dokter sesuai dengan waktu yang dijadwalkan.		✓		
40.	Saya mengikuti saran dokter atau perawat dalam mengontrol tekanan darah saya.	✓			

Self Management Kurang

KUESIONER PENELITIAN

“HUBUNGAN SELF MANAGEMENT DENGAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA HIPERTENSI”

Petunjuk pengisian Identitas :

- a. Bacalah setiap pertanyaan dengan seksama.
- b. Tulislah informasi diri Bapak/Ibu pada kolom yang telah disediakan dengan lengkap dan jujur.
- c. Pastikan semua bagian terisi sebelum melanjutkan ke bagian berikutnya.

A. KUESIONER DATA DEMOGRAFI

1. Nama : *Kp. Marjono*
2. Umur : *75*
3. Jenis Kelamin : Laki-laki Perempuan
4. Alamat : *Kepek*
5. Status : Menikah Belum menikah Cerai
6. Pendidikan : SD SMP SMA
 Perguruan Tinggi Tidak Sekolah
7. Pekerjaan : Bekerja Tidak bekerja
8. Lama Hipertensi <5 tahun > 5 tahun
9. Status Minum Obat Minum obat Tidak Minum Obat

B. SELF MANAGEMENT HIPERTENSI

Petunjuk pengisian:

- a. Bacalah setiap pernyataan dengan cermat dan pahami maksudnya.
- b. Jawablah semua pernyataan sesuai dengan kondisi dan kebiasaan Bapak/Ibu saat ini.

- c. Berikan tanda centang (✓) pada kotak jawaban yang paling sesuai dengan keadaan Bapak/Ibu.
- d. Tidak ada jawaban benar atau salah, semua jawaban mencerminkan pengalaman dan kondisi masing-masing responden

Gunakan 4 pilihan jawaban sebagai berikut:

- S : Selalu (Jika saudara setiap hari melakukan perilaku tersebut).
- KK : Kadang-kadang (Jika saudara dalam seminggu beberapa kali melakukan perilaku tersebut).
- JR : Jarang (Jika saudara dalam seminggu melakukan dan minggu berikutnya tidak melakukan perilaku tersebut).
- TP : Tidak pernah (Jika saudara sama sekali tidak pernah melakukan perilaku tersebut),

No	Perilaku Manajemen Diri Pada Hipertensi	S (4)	KK (3)	JR (2)	TP (1)
Integritas Diri (1-13)					
1.	Saya mempertimbangkan porsi dan pilihan makanan ketika saya makan.			✓	
2.	Saya makan buah, sayur, gandum, dan kacang-kacangan lebih banyak dari yang saya makan saat saya tidak mengalami hipertensi.			✓	
3.	Saya mengurangi makanan yang mengandung lemak jenuh (misalnya keju, minyak kelapa, daging kambing, dll) semenjak didiagnosa hipertensi.			✓	
4.	Saya memikirkan tekanan darah saya saat memilih makanan.				✓
5.	Saya telah berhenti mengonsumsi alcohol untuk mengontrol tekanan darah	✓			
6.	Saya mengurangi jumlah makanan setiap kali saya makan untuk menurunkan berat badan.			✓	
7.	Saya memilih makanan yang rendah garam.				✓

8.	Saya berolahraga untuk menurunkan berat badan (misalnya jalan, jogging / lari, atau bersepeda) sekitar 30-60 menit setiap hari.	✓			
9.	Saya berpikir bahwa hipertensi adalah bagian dari hidup saya.				✓
10.	Saya melakukan rutinitas saya sesuai dengan hal-hal yang harus saya lakukan untuk mengontrol hipertensi saya (misalnya pekerjaan dan periksa ke dokter).				✓
11.	Saya berhenti merokok/saya mencoba berhenti merokok				✓
12.	Saya mencoba mengontrol emosi saya dengan mendengarkan musik, istirahat dan berbicara dengan keluarga atau teman saya	✓			
13.	Saya tidak pernah menggunakan garam yang berlebih untuk membumbui makanan semenjak saya terkena hipertensi.				✓
No	Perilaku Manajemen Diri Pada Hipertensi	S	KK	JR	TP
		(4)	(3)	(2)	(1)
Regulasi Diri (14-22)					
14.	Saya mengetahui kenapa tekanan darah saya berubah.			✓	
15.	Saya mengenali tanda dan gejala tekanan darah tinggi				✓
16.	Saya mengontrol tanda dan gejala hipertensi dengan tepat.				✓
17.	Saya mengenali tanda dan gejala tekanan darah rendah.				✓
18.	Saya mengontrol tanda dan gejala hipotensi (tekanan darah rendah) dengan tepat.				✓
19.	Saya menentukan tujuan saya untuk mengontrol tekanan darah.				✓
20.	Saya membuat rencana tindakan untuk mencapai tujuan saya mengontrol tekanan darah.				✓

21.	Saya membandingkan tekanan darah saya saat ini dengan tekanan darah yang saya targetkan (inginkan).				✓
22.	Saya mengontrol keadaan yang mungkin dapat meningkatkan tekanan darah saya.				✓
No	Perilaku Manajemen Diri Pada Hipertensi	S	KK	JR	TP
		(4)	(3)	(2)	(1)
Interaksi dengan tenaga kesehatan dan lainnya (23-31)					
23.	Saya mendiskusikan rencana pengobatan saya dengan dokter atau perawat.				✓
24.	Saya memberikan masukan pada dokter untuk mengubah rencana pengobatan jika saya tidak bisa menyesuaikan diri dengan rencana tersebut.				✓
25.	Saya bertanya pada dokter atau perawat ketika ada hal-hal yang tidak saya pahami				✓
26.	Saya membantu dokter atau perawat mencari tahu kenapa tekanan darah saya tidak terkontrol dengan baik				✓
27.	Saya mendiskusikan dengan dokter atau perawat saat tekanan darah saya terlalu tinggi atau rendah				✓
28.	Saya bertanya pada dokter atau perawat darimana saya bisa belajar lebih jauh tentang hipertensi.				✓
29.	Saya meminta bantuan orang lain (misal teman, tetangga atau pasien lain) terkait hipertensi yang saya alami.				✓
30.	Saya meminta bantuan orang lain (misal teman, tetangga atau pasien lain) untuk membantu mengontrol tekanan darah saya				✓
31.	Saya bertanya pada orang lain (misal teman, tetangga atau pasien lain) apa cara yang mereka gunakan untuk mengontrol tekanan darah tinggi.				✓

No	Perilaku Manajemen Diri Pada Hipertensi	S (4)	KK (3)	JR (2)	TP (1)
Pemantauan tekanan darah (32-35)					
32.	Saya pergi ke dokter untuk mengecek tekanan darah saya saat merasakan tanda dan gejala tekanan darah tinggi.				✓
33.	Saya pergi ke dokter untuk mengetahui tekanan darah saya saat saya merasa sakit				✓
34.	Saya pergi ke dokter untuk mengecek tekanan darah saya				✓
35.	Saya pergi ke dokter untuk mengecek tekanan darah saya saat merasakan tanda dan gejala tekanan darah rendah.				✓
No	Perilaku Manajemen Diri Pada Hipertensi	S (4)	KK (3)	JR (2)	TP (1)
Kepatuhan terhadap aturan yang dianjurkan (36-40)					
36.	Saya sangat ketat dalam minum obat anti-hipertensi.				✓
37.	Saya minum obat anti-hipertensi sesuai dengan dosis yang diberikan dokter.				✓
38.	Saya minum obat anti-hipertensi dalam waktu yang benar.				✓
39.	Saya periksa ke dokter sesuai dengan waktu yang dijadwalkan.				✓
40.	Saya mengikuti saran dokter atau perawat dalam mengontrol tekanan darah saya.				✓

Rekapitulasi Data Penelitian

NO	NAMA	USIA	JK	PENDIDIKAN	PEKERJAAN	LAMA HT	STATUS MINUM OBAT	TD SISTOL	TD DIASTOL
1	Bu K	64	P	SD	Tdk bekerja	>5 Thn	Minum	139	95
2	Bu B	66	P	SMA	Tdk bekerja	< 5 Thn	Tidak	156	92
3	Bu M	86	P	SD	Tdk bekerja	>5 Thn	Minum	204	96
4	Bu S	70	P	SMP	Tdk bekerja	>5 Thn	Minum	131	97
5	Bpk S	69	L	SD	Tdk bekerja	>5 Thn	Minum	157	99
6	Bu S	67	P	Tidak Sekolah	Tdk bekerja	< 5 Thn	Tidak	155	95
7	Bu S	73	P	SD	Tdk bekerja	< 5 Thn	Minum	143	96
8	Bu I	70	P	SMP	Tdk bekerja	< 5 Thn	Minum	132	81
9	Bpk J	60	L	SMP	Tdk bekerja	< 5 Thn	Minum	153	93
10	Bu S	65	P	SD	Tdk bekerja	< 5 Thn	Tidak	128	92
11	Bu S	64	P	SMA	Tdk bekerja	< 5 Thn	Tidak	143	91
12	Bu K	62	P	SMA	Tdk bekerja	< 5 Thn	Tidak	142	94
13	Bpk H	62	L	SMA	Tdk bekerja	< 5 Thn	Tidak	131	82
14	Bu E	72	P	SMP	Tdk bekerja	< 5 Thn	Minum	123	85
15	Bpk W	72	L	SMP	Tdk bekerja	>5 Thn	Minum	157	98
16	Bu S	60	P	SMA	Tdk bekerja	>5 Thn	Minum	154	105
17	Bu S	72	P	SD	Tdk bekerja	< 5 Thn	Tidak	140	90

18	Bu D	76	P	SMA	Tdk bekerja	< 5 Thn	Tidak	136	85
19	Bpk P	60	L	SMA	Bekerja	< 5 Thn	Minum	134	93
20	Bu R	62	P	SD	Bekerja	>5 Thn	Minum	131	97
21	Bu S	62	P	SMP	Bekerja	< 5 Thn	Minum	140	98
22	Bu P	69	P	SMP	Bekerja	< 5 Thn	Tidak	136	97
23	Bu N	70	P	SMA	Tdk bekerja	>5 Thn	Minum	134	91
24	Bu Ty	70	P	SMA	Tdk bekerja	< 5 Thn	Minum	132	86
25	Bpk S	80	L	Perguruan tinggi	Tdk bekerja	< 5 Thn	Tidak	142	90
26	Bu Y	67	P	SMP	Tdk bekerja	< 5 Thn	Tidak	142	91
27	Bu U	71	P	Perguruan tinggi	Bekerja	< 5 Thn	Tidak	146	99
28	Bu Sr	68	P	SMP	Bekerja	>5 Thn	Minum	145	79
29	Bu E	78	P	SMA	Bekerja	< 5 Thn	Minum	164	98
30	Bu M	93	P	Tidak Sekolah	Tdk bekerja	< 5 Thn	Minum	153	90
31	Bu K	76	P	SD	Tdk bekerja	< 5 Thn	Minum	139	78
32	Bpk B	65	L	SMA	Bekerja	>5 Thn	Minum	135	89
33	Ibu T	63	P	SMA	Bekerja	>5 Thn	Minum	138	88
34	Bpk Dj	69	L	SD	Tdk bekerja	< 5 Thn	Tidak	134	78
35	Bu T	65	P	SD	Tdk bekerja	>5 Thn	Minum	132	86
36	Bu N	66	P	Tidak Sekolah	Tdk bekerja	< 5 Thn	Minum	141	92
37	Bu R	63	P	SMA	Bekerja	>5 Thn	Tidak	155	94

38	Bp S	62	L	Perguruan tinggi	Tdk bekerja	< 5 Thn	Tidak	153	89
39	Bpk Y	66	L	Perguruan tinggi	Bekerja	< 5 Thn	Tidak	156	78
40	Bu E	61	P	SMA	Tdk bekerja	< 5 Thn	Minum	132	83
41	Bpk Eo	63	L	Perguruan tinggi	Bekerja	< 5 Thn	Tidak	130	79
42	Ibu Si	85	P	SD	Tdk bekerja	>5 Thn	Tidak	162	103
43	Bpk S	63	L	SD	Bekerja	< 5 Thn	Tidak	133	100
44	Ibu D	61	P	SMA	Tdk bekerja	< 5 Thn	Tidak	152	86
45	Ibu SH	60	P	SD	Tdk bekerja	< 5 Thn	Tidak	130	83
46	Bpk N	65	L	SD	Bekerja	>5 Thn	Tidak	154	96
47	Ibu L	60	P	SMA	Bekerja	< 5 Thn	Tidak	145	94
48	Bpk T	63	L	SMA	Bekerja	>5 Thn	Tidak	130	90
49	Bu D	83	P	SD	Tdk bekerja	>5 Thn	Minum	144	86
50	Bu P	64	P	SMP	Tdk bekerja	< 5 Thn	Tidak	148	98
51	Bu S	61	P	SD	Tdk bekerja	< 5 Thn	Tidak	129	76
52	Bu T	63	P	SD	Tdk bekerja	>5 Thn	Tidak	149	79
53	Bpk S	65	L	Perguruan tinggi	Bekerja	< 5 Thn	Minum	134	77
54	Ibu S	74	P	SMP	Tdk bekerja	< 5 Thn	Tidak	152	62
55	Bp Y	75	L	SMA	Bekerja	< 5 Thn	Minum	137	97
56	Ibu T	67	P	SMP	Tdk bekerja	< 5 Thn	Tidak	145	83
57	Bp B	71	L	SMA	Tdk bekerja	>5 Thn	Minum	193	99

57	Bp B	71	L	SMA	Tdk bekerja	>5 Thn	Minum	193	99
58	Ibu M	74	P	SD	Tdk bekerja	>5 Thn	Minum	131	86
59	Bp T	81	L	SD	Tdk bekerja	>5 Thn	Minum	135	96
60	Ibu S	64	P	Perguruan tinggi	Tdk bekerja	>5 Thn	Minum	216	98
61	Bp Ba	66	L	Perguruan tinggi	Tdk bekerja	>5 Thn	Tidak	159	86
62	Ibu Y	69	P	Perguruan tinggi	Tdk bekerja	< 5 Thn	Minum	134	67
63	Ibu B	76	P	SMA	Tdk bekerja	< 5 Thn	Minum	139	56
64	Ibu T	70	P	SD	Tdk bekerja	>5 Thn	Minum	165	83
65	Bp S	70	L	SD	Tdk bekerja	>5 Thn	Tidak	147	97
66	Ibu S	67	P	SMP	Tdk bekerja	>5 Thn	Minum	135	89
67	Bp Ng	74	L	SMA	Tdk bekerja	< 5 Thn	Minum	178	99
68	Ibu S	74	P	SMP	Tdk bekerja	< 5 Thn	Minum	152	92
69	Bp M	75	L	SD	Tdk bekerja	>5 Thn	Tidak	156	98
70	Bp S	67	L	Perguruan tinggi	Tdk bekerja	>5 Thn	Minum	132	81
71	Ibu S	61	P	SMP	Tdk bekerja	< 5 Thn	Tidak	151	79
72	Ibu H	69	P	SD	Tdk bekerja	>5 Thn	Minum	133	86

59	Bpk T	81	L	4	4	4	4	4	3	4	3	3	3	4	3	3	4	4	4	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	122				
60	Bu Sc	64	P	2	3	2	2	4	2	2	3	2	2	4	2	3	2	2	2	2	2	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	81			
61	Bpk Ba	66	L	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	1	4	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	81			
62	Bu Y	69	P	3	4	3	3	4	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	2	2	2	4	4	4	4	4	4	4	4	122			
63	Bu B	76	P	4	4	3	3	4	4	4	3	4	3	4	4	3	3	3	3	2	2	2	2	4	4	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	4	3	3	3	121		
64	Bu T	70	P	3	3	3	3	4	2	2	3	2	3	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	83	
65	Bpk Str	70	L	2	2	3	2	4	1	2	2	1	1	1	2	2	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	55			
66	Bu Sjh	67	P	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	121			
67	Bpk Ng	74	L	3	4	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	1	2	2	2	1	1	1	1	2	1	1	2	2	2	1	3	1	2	2	2	2	2	2	2	81			
68	Bu Smi	74	P	3	4	4	3	4	3	3	2	2	2	4	1	2	2	2	2	1	1	1	1	2	2	3	1	2	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	3	3	2	2	81
69	Bpk M	75	L	2	2	2	1	4	2	1	4	1	1	1	4	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	53			
70	Bpk Smt	67	L	3	3	3	2	4	3	3	3	2	2	1	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	2	2	1	1	1	2	2	82		
71	Bu Ssy	61	P	3	3	4	3	4	3	3	4	3	3	4	4	3	3	3	2	2	2	2	2	3	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	83			
72	Bu H	69	P	3	3	3	3	4	3	3	3	3	2	4	3	3	2	3	2	2	1	1	1	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	82		

Lampiran 9

Data Mentah dan Output Analisis Data dari SPSS

*SELF MANAGEMENT & TEKANAN DARAH.sav [DataSet1] - IBM SPSS Statistics Data Editor

File Edit View Data Transform Analyze Direct Marketing Graphs Utilities Add-ons Window Help

	SelfManagement	TDSistol	TDDiastol	Katsm	Kathipertensi	Usia	Katusia	JK	StatusMinumObat	Pendidi...	LamaHipertensi	var
1	143	139	95	Baik	Hipertensi Stadium I	64	Lansia Awal	Perempuan	Minum	SD	> 5 Tahun	
2	81	156	92	Cukup	Hipertensi Stadium I	66	Lansia Awal	Perempuan	Tidak	SMA	< 5 Tahun	
3	135	204	96	Baik	Hipertensi Stadium II	86	Lansia Lanjut	Perempuan	Minum	SD	> 5 Tahun	
4	121	131	97	Baik	Hipertensi Stadium I	70	Lansia Madya	Perempuan	Minum	SMP	> 5 Tahun	
5	121	157	99	Baik	Hipertensi Stadium I	69	Lansia Awal	Laki-laki	Minum	SD	> 5 Tahun	
6	81	155	95	Cukup	Hipertensi Stadium I	67	Lansia Awal	Perempuan	Tidak	Tidak S...	< 5 Tahun	
7	82	143	96	Cukup	Hipertensi Stadium I	73	Lansia Madya	Perempuan	Minum	SD	< 5 Tahun	
8	98	132	81	Cukup	Pre Hipertensi	70	Lansia Madya	Perempuan	Minum	SMP	< 5 Tahun	
9	81	153	93	Cukup	Hipertensi Stadium I	60	Lansia Awal	Laki-laki	Minum	SMP	< 5 Tahun	
10	69	128	92	Kurang	Hipertensi Stadium I	67	Lansia Awal	Perempuan	Tidak	SD	< 5 Tahun	
11	68	143	91	Kurang	Hipertensi Stadium I	64	Lansia Awal	Perempuan	Tidak	SMA	< 5 Tahun	
12	65	142	94	Kurang	Hipertensi Stadium I	62	Lansia Awal	Perempuan	Tidak	SMA	< 5 Tahun	
13	121	131	82	Baik	Pre Hipertensi	65	Lansia Awal	Laki-laki	Tidak	SMA	< 5 Tahun	
14	128	123	85	Baik	Pre Hipertensi	72	Lansia Madya	Perempuan	Minum	SMP	< 5 Tahun	
15	69	157	98	Kurang	Hipertensi Stadium I	72	Lansia Madya	Laki-laki	Minum	SMP	> 5 Tahun	
16	108	154	105	Cukup	Hipertensi Stadium II	60	Lansia Awal	Laki-laki	Minum	SMA	> 5 Tahun	
17	64	140	90	Kurang	Hipertensi Stadium I	67	Lansia Awal	Perempuan	Tidak	SD	< 5 Tahun	
18	84	136	85	Cukup	Pre Hipertensi	76	Lansia Madya	Perempuan	Tidak	SMA	< 5 Tahun	
19	121	134	93	Baik	Hipertensi Stadium I	60	Lansia Awal	Laki-laki	Minum	SMA	< 5 Tahun	
20	91	131	97	Cukup	Hipertensi Stadium I	62	Lansia Awal	Perempuan	Minum	SD	> 5 Tahun	
21	71	140	98	Kurang	Hipertensi Stadium I	62	Lansia Awal	Perempuan	Minum	SMP	< 5 Tahun	
22	121	136	97	Baik	Hipertensi Stadium I	69	Lansia Awal	Perempuan	Tidak	SMP	< 5 Tahun	

Data View Variable View

*SELF MANAGEMENT & TEKANAN DARAH.sav [DataSet1] - IBM SPSS Statistics Data Editor

File Edit View Data Transform Analyze Direct Marketing Graphs Utilities Add-ons Window Help

	SelfManagement	TDSistol	TDDiastol	Katsm	Kathipertensi	Usia	Katusia	JK	StatusMinumObat	Pendidi...	LamaHipertensi	var
23	143	134	91	Baik	Hipertensi Stadium I	71	Lansia Madya	Perempuan	Minum	SMA	> 5 Tahun	
24	123	132	86	Baik	Pre Hipertensi	70	Lansia Madya	Perempuan	Minum	SMA	< 5 Tahun	
25	73	142	90	Kurang	Hipertensi Stadium I	80	Lansia Lanjut	Laki-laki	Tidak	Perguru...	< 5 Tahun	
26	81	142	91	Cukup	Hipertensi Stadium I	67	Lansia Awal	Perempuan	Tidak	SMP	< 5 Tahun	
27	58	146	99	Kurang	Hipertensi Stadium I	71	Lansia Madya	Perempuan	Tidak	Perguru...	< 5 Tahun	
28	82	145	79	Cukup	Hipertensi Stadium I	68	Lansia Awal	Perempuan	Minum	SMP	> 5 Tahun	
29	83	164	98	Cukup	Hipertensi Stadium II	78	Lansia Madya	Perempuan	Minum	SMA	< 5 Tahun	
30	81	153	90	Cukup	Hipertensi Stadium I	93	Lansia Lanjut	Perempuan	Minum	Tidak S...	< 5 Tahun	
31	121	139	78	Baik	Pre Hipertensi	76	Lansia Madya	Perempuan	Minum	SD	< 5 Tahun	
32	133	135	89	Baik	Pre Hipertensi	65	Lansia Awal	Laki-laki	Minum	SMA	> 5 Tahun	
33	121	138	88	Baik	Pre Hipertensi	63	Lansia Awal	Perempuan	Minum	SMA	> 5 Tahun	
34	121	134	78	Baik	Pre Hipertensi	69	Lansia Awal	Laki-laki	Tidak	SD	< 5 Tahun	
35	81	132	86	Cukup	Pre Hipertensi	65	Lansia Awal	Perempuan	Minum	SD	> 5 Tahun	
36	91	141	92	Cukup	Hipertensi Stadium I	66	Lansia Awal	Perempuan	Minum	Tidak S...	< 5 Tahun	
37	55	155	94	Kurang	Hipertensi Stadium I	63	Lansia Awal	Perempuan	Tidak	SMA	> 5 Tahun	
38	59	153	89	Kurang	Hipertensi Stadium I	62	Lansia Awal	Laki-laki	Tidak	Perguru...	< 5 Tahun	
39	81	156	78	Cukup	Hipertensi Stadium I	66	Lansia Awal	Laki-laki	Tidak	Perguru...	< 5 Tahun	
40	122	132	83	Baik	Pre Hipertensi	61	Lansia Awal	Perempuan	Minum	SMA	< 5 Tahun	
41	121	130	79	Baik	Pre Hipertensi	63	Lansia Awal	Laki-laki	Tidak	Perguru...	< 5 Tahun	
42	60	162	103	Kurang	Hipertensi Stadium II	85	Lansia Lanjut	Perempuan	Tidak	SD	> 5 Tahun	
43	58	133	100	Kurang	Hipertensi Stadium II	63	Lansia Awal	Laki-laki	Tidak	SD	< 5 Tahun	
44	81	152	86	Cukup	Hipertensi Stadium I	61	Lansia Awal	Perempuan	Tidak	SMA	< 5 Tahun	

Data View Variable View

*SELF MANAGEMENT & TEKANAN DARAH.sav [DataSet1] - IBM SPSS Statistics Data Editor

File Edit View Data Transform Analyze Direct Marketing Graphs Utilities Add-ons Window Help

26 :

	SelfManagement	TDSistol	TDDiastol	Katsm	Kathipertensi	Usia	Katusia	JK	StatusMinumObat	Pendid...	LamaHipertensi	var
45	82	130	83	Cukup	Pre Hipertensi	60	Lansia Awal	Perempuan	Tidak	SD	< 5 Tahun	
46	55	154	96	Kurang	Hipertensi Stadium I	65	Lansia Awal	Laki-laki	Tidak	SD	> 5 Tahun	
47	60	145	94	Kurang	Hipertensi Stadium I	60	Lansia Awal	Perempuan	Tidak	SMA	< 5 Tahun	
48	54	130	90	Kurang	Hipertensi Stadium I	63	Lansia Awal	Laki-laki	Tidak	SMA	> 5 Tahun	
49	91	144	86	Cukup	Hipertensi Stadium I	83	Lansia Lanjut	Perempuan	Minum	SD	> 5 Tahun	
50	67	148	98	Kurang	Hipertensi Stadium I	64	Lansia Awal	Perempuan	Tidak	SMP	< 5 Tahun	
51	81	129	76	Cukup	Pre Hipertensi	61	Lansia Awal	Perempuan	Tidak	SD	< 5 Tahun	
52	82	149	79	Cukup	Hipertensi Stadium I	63	Lansia Awal	Perempuan	Tidak	SD	> 5 Tahun	
53	88	134	77	Cukup	Pre Hipertensi	65	Lansia Awal	Laki-laki	Minum	Perguru...	< 5 Tahun	
54	81	152	62	Cukup	Hipertensi Stadium I	74	Lansia Madya	Perempuan	Tidak	SMP	< 5 Tahun	
55	121	137	97	Baik	Hipertensi Stadium I	75	Lansia Madya	Laki-laki	Minum	SMA	< 5 Tahun	
56	83	145	83	Cukup	Hipertensi Stadium I	67	Lansia Awal	Perempuan	Tidak	SMP	< 5 Tahun	
57	82	193	99	Cukup	Hipertensi Stadium II	71	Lansia Madya	Laki-laki	Minum	SMA	> 5 Tahun	
58	121	131	86	Baik	Pre Hipertensi	74	Lansia Madya	Perempuan	Minum	SD	> 5 Tahun	
59	122	135	96	Baik	Hipertensi Stadium I	81	Lansia Lanjut	Laki-laki	Minum	SD	> 5 Tahun	
60	81	216	98	Cukup	Hipertensi Stadium II	64	Lansia Awal	Perempuan	Minum	Perguru...	> 5 Tahun	
61	81	159	86	Cukup	Hipertensi Stadium I	66	Lansia Awal	Laki-laki	Tidak	Perguru...	> 5 Tahun	
62	122	134	67	Baik	Pre Hipertensi	69	Lansia Awal	Perempuan	Minum	Perguru...	< 5 Tahun	
63	121	139	56	Baik	Pre Hipertensi	76	Lansia Madya	Perempuan	Minum	SMA	< 5 Tahun	
64	83	165	83	Cukup	Hipertensi Stadium II	70	Lansia Madya	Perempuan	Minum	SD	> 5 Tahun	
65	55	147	97	Kurang	Hipertensi Stadium I	70	Lansia Madya	Laki-laki	Tidak	SD	> 5 Tahun	
66	121	135	89	Baik	Pre Hipertensi	67	Lansia Awal	Perempuan	Minum	SMP	> 5 Tahun	

Data View Variable View

*SELF MANAGEMENT & TEKANAN DARAH.sav [DataSet1] - IBM SPSS Statistics Data Editor

File Edit View Data Transform Analyze Direct Marketing Graphs Utilities Add-ons Window Help

7 :

	SelfManagement	TDSistol	TDDiastol	Katsm	Kathipertensi	Usia	Katusia	JK	StatusMinumObat	Pendid...	LamaHipertensi	var
55	121	137	97	Baik	Hipertensi Stadium I	75	Lansia Madya	Laki-laki	Minum	SMA	< 5 Tahun	
56	83	145	83	Cukup	Hipertensi Stadium I	67	Lansia Awal	Perempuan	Tidak	SMP	< 5 Tahun	
57	82	193	99	Cukup	Hipertensi Stadium II	71	Lansia Madya	Laki-laki	Minum	SMA	> 5 Tahun	
58	121	131	86	Baik	Pre Hipertensi	74	Lansia Madya	Perempuan	Minum	SD	> 5 Tahun	
59	122	135	96	Baik	Hipertensi Stadium I	81	Lansia Lanjut	Laki-laki	Minum	SD	> 5 Tahun	
60	81	216	98	Cukup	Hipertensi Stadium II	64	Lansia Awal	Perempuan	Minum	Perguru...	> 5 Tahun	
61	81	159	86	Cukup	Hipertensi Stadium I	66	Lansia Awal	Laki-laki	Tidak	Perguru...	> 5 Tahun	
62	122	134	67	Baik	Pre Hipertensi	69	Lansia Awal	Perempuan	Minum	Perguru...	< 5 Tahun	
63	121	139	56	Baik	Pre Hipertensi	76	Lansia Madya	Perempuan	Minum	SMA	< 5 Tahun	
64	83	165	83	Cukup	Hipertensi Stadium II	70	Lansia Madya	Perempuan	Minum	SD	> 5 Tahun	
65	55	147	97	Kurang	Hipertensi Stadium I	70	Lansia Madya	Laki-laki	Tidak	SD	> 5 Tahun	
66	121	135	89	Baik	Pre Hipertensi	67	Lansia Awal	Perempuan	Minum	SMP	> 5 Tahun	
67	81	178	99	Cukup	Hipertensi Stadium II	74	Lansia Madya	Laki-laki	Minum	SMA	< 5 Tahun	
68	81	152	92	Cukup	Hipertensi Stadium I	74	Lansia Madya	Perempuan	Minum	SMP	< 5 Tahun	
69	53	156	98	Kurang	Hipertensi Stadium I	75	Lansia Madya	Laki-laki	Tidak	SD	> 5 Tahun	
70	82	132	81	Cukup	Pre Hipertensi	67	Lansia Awal	Laki-laki	Minum	Perguru...	> 5 Tahun	
71	83	151	79	Cukup	Hipertensi Stadium I	61	Lansia Awal	Perempuan	Tidak	SMP	< 5 Tahun	
72	82	133	86	Cukup	Pre Hipertensi	69	Lansia Awal	Perempuan	Minum	SD	> 5 Tahun	
73												
74												
75												
76												

Data View Variable View

Kategori Usia

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent	
Valid	Lansia Awal	45	62,5	62,5	62,5
	Lansia Madya	21	29,2	29,2	91,7
	Lansia Lanjut	6	8,3	8,3	100,0
	Total	72	100,0	100,0	

JK

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent	
Valid	Laki-laki	24	33,3	33,3	33,3
	Perempuan	48	66,7	66,7	100,0
	Total	72	100,0	100,0	

StatusMinumObat

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent	
Valid	Minum	39	54,2	54,2	54,2
	Tidak	33	45,8	45,8	100,0
	Total	72	100,0	100,0	

LamaHipertensi

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent	
Valid	< 5 Tahun	43	59,7	59,7	59,7
	> 5 Tahun	29	40,3	40,3	100,0
	Total	72	100,0	100,0	

Pendidikan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak Sekolah	3	4,2	4,2	4,2
	SD	23	31,9	31,9	36,1
	SMP	15	20,8	20,8	56,9
	SMA	21	29,2	29,2	86,1
	Perguruan Tinggi	10	13,9	13,9	100,0
	Total	72	100,0	100,0	

Kategori SM

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Baik	22	30,6	30,6	30,6
	Cukup	32	44,4	44,4	75,0
	Kurang	18	25,0	25,0	100,0
	Total	72	100,0	100,0	

Kategori Tekanan Darah

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Pre Hipertensi	21	29,2	29,2	29,2
	Hipertensi Stadium I	42	58,3	58,3	87,5
	Hipertensi Stadium II	9	12,5	12,5	100,0
	Total	72	100,0	100,0	

Case Processing Summary

	Cases					
	Valid		Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
Kategori SM * Kategori Tekanan Darah	72	100,0%	0	0,0%	72	100,0%

Kategori SM * Kategori Tekanan Darah Crosstabulation

		Kategori Tekanan Darah			Total
		Pre Hipertensi	Hipertensi Stadium I	Hipertensi Stadium II	
Kategori SM	Count	13	8	1	22
	Baik % within Kategori SM	59,1%	36,4%	4,5%	100,0%
	% of Total	18,1%	11,1%	1,4%	30,6%
	Count	8	18	6	32
	Cukup % within Kategori SM	25,0%	56,3%	18,8%	100,0%
	% of Total	11,1%	25,0%	8,3%	44,4%
	Count	0	16	2	18
	Kurang % within Kategori SM	0,0%	88,9%	11,1%	100,0%
	% of Total	0,0%	22,2%	2,8%	25,0%
Total	Count	21	42	9	72
	% within Kategori SM	29,2%	58,3%	12,5%	100,0%
	% of Total	29,2%	58,3%	12,5%	100,0%

Symmetric Measures

		Value	Asymp. Std. Error ^a	Approx. T ^b	Approx. Sig.
Ordinal by Ordinal	Gamma	,593	,112	4,462	,000
N of Valid Cases		72			

a. Not assuming the null hypothesis.

b. Using the asymptotic standard error assuming the null hypothesis.

Lampiran 10

Bukti Konsultasi Pembimbing 1 dan 2

Data Proposal	NIM	202123066	Nama	Maria Delfina Tunga
Bimbingan Proposal	Program Studi	Sarjana Keperawatan	Nama Mahasiswa	
Rekap Percakapan Bimbingan	SKS Lulus	134 SKS	Jenis TA	Skripsi
Syarat Ujian	Judul Diajukan	PENGARUH SELF MANAGEMENT TERHADAP TEKANAN DARAH PADA PASIEN HIPERTENSI	Tgl. Pengajuan	11 Maret 2025
Jadwal Ujian				
Nilai Ujian				
Nilai Akhir				

No	Tanggal	Pembimbing Proposal	Topik	Disetujui	Aksi
1	14 Maret 2025	THERESIA TATIK PUJIASTUTI, Ns, M.Kep., Ph.D.	Konsultasi BAB 1 dan 2	✓	 
1	15 Maret 2025	Thomas Aquino Erjinyuare Amigo, S.Kep., Ners., M.Kep., Sp.Kep.Kom.	Konsultasi BAB 1 dan 11	✓	 
2	7 April 2025	Thomas Aquino Erjinyuare Amigo, S.Kep., Ners., M.Kep., Sp.Kep.Kom.	Konsultasi alat ukur instrumen	✓	 
2	18 Maret 2025	THERESIA TATIK PUJIASTUTI, Ns, M.Kep., Ph.D.	Pengajuan surat Stupen	✓	 
3	3 April 2025	Thomas Aquino Erjinyuare Amigo, S.Kep., Ners., M.Kep., Sp.Kep.Kom.	Revisian bab 1 dan 2, bimbingan bab 3	✓	 
3	27 Maret 2025	THERESIA TATIK PUJIASTUTI, Ns, M.Kep., Ph.D.	Revisian Bab 1	✓	 
4	12 April 2025	Thomas Aquino Erjinyuare Amigo, S.Kep., Ners., M.Kep., Sp.Kep.Kom.	Refisian proposal	✓	 

4	29 Maret 2025	THERESIA TATIK PUJIASTUTI, Ns, M.Kep., Ph.D.	Konsultasi Bab 2	✓	 
5	3 April 2025	THERESIA TATIK PUJIASTUTI, Ns, M.Kep., Ph.D.	Revisian bab 1	✓	 
5	8 April 2025	Thomas Aquino Erjinyuare Amigo, S.Kep., Ners., M.Kep., Sp.Kep.Kom.	Revisian Bab 1-3	✓	 
6	8 April 2025	THERESIA TATIK PUJIASTUTI, Ns, M.Kep., Ph.D.	Revisian Bab 1-3	✓	 
6	29 April 2025	Thomas Aquino Erjinyuare Amigo, S.Kep., Ners., M.Kep., Sp.Kep.Kom.	Revisian seminar proposal	✓	 
7	12 April 2025	THERESIA TATIK PUJIASTUTI, Ns, M.Kep., Ph.D.	Revisian proposal	✓	 
7	20 April 2025	Thomas Aquino Erjinyuare Amigo, S.Kep., Ners., M.Kep., Sp.Kep.Kom.	File Ujian Proposal	✓	 
8	15 April 2025	THERESIA TATIK PUJIASTUTI, Ns, M.Kep., Ph.D.	Revisian full 1-3	✓	 
9	20 April 2025	THERESIA TATIK PUJIASTUTI, Ns, M.Kep., Ph.D.	File Ujian Proposal	✓	 
10	29 April 2025	THERESIA TATIK PUJIASTUTI, Ns, M.Kep., Ph.D.	Revisian seminar proposal	✓	 

Detail	NIM	202123066	Nama Mahasiswa	Maria Delfina Tunga
Bimbingan	Program Studi	Sarjana Keperawatan	Jenis TA	Skripsi
Rekap Percakapan Bimbingan	Periode Mulai	2024 Genap	SKS Lulus	134 SKS
Syarat Ujian	Tgl. Mulai	26 Mei 2025	Judul Tugas Akhir	Hubungan <i>Self Management</i> dengan Tekanan Darah pada Lansia Hipertensi di Kepuh, Kelurahan Kiltren, Kecamatan Gondokusuman, Yogyakarta Aktif
Jadwal Ujian	Tahap	Sidang Skripsi (Ujian)	Status	
Riwayat Nilai Ujian				
Nilai Akhir				

No	Tanggal	Dosen Pembimbing	Topik	Disetujui	Aksi
10	16 Juli 2025	Thomas Aquino Erjinyuare Amigo, S.Kep., Ners., M.Kep., Sp.Kep.Kom.	Hasil penelitian	✓	 
11	21 Juli 2025	THERESIA TATIK PUJIASTUTI, Ns, M.Kep., Ph.D.	BAB 4 DAN 5	✓	 
11	17 Juli 2025	Thomas Aquino Erjinyuare Amigo, S.Kep., Ners., M.Kep., Sp.Kep.Kom.	Analisis Data	✓	 
12	30 Juli 2025	Thomas Aquino Erjinyuare Amigo, S.Kep., Ners., M.Kep., Sp.Kep.Kom.	Bimbingan skripsi	✓	 
12	29 Juli 2025	THERESIA TATIK PUJIASTUTI, Ns, M.Kep., Ph.D.	Revisian pembahasan	✓	 
13	1 Agustus 2025	Thomas Aquino Erjinyuare Amigo, S.Kep., Ners., M.Kep., Sp.Kep.Kom.	Revisian pembahasan	✓	 



**LEMBAR KONSULTASI
MATA KULIAH: SKRIPSI**

Judul Penelitian : Hubungan Self Management denag Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi di
Kepuh, Kelurahan Klitren, Kecamatan Gondokusuman, Yogyakarta

Pembimbing : Th Tatik Pujiastuti, Ns., M.Kep., PhD

No	Hari/ Tanggal	Materi Konsultasi	Saran Pembimbing	Tanda Tangan Pembimbing
1	14 Maret 2025	Konsultasi BAB 1 dan 11	<ul style="list-style-type: none">• Gabungkan bagian yang membahas hipertensi sebagai masalah global dan nasional ke dalam satu paragraf terdiri dari 5-7 kalimat.• Kesesuaian dengan Judul• Bagian tujuan penelitian harus lagi karena bersifat intervensi• Manfaat penelitian bagian teoritisnya masih perlu diperjelas• Gunakan lebih dari satu referensi untuk setiap topik/konsep yang dibahas.• Jika menggunakan kerangka teori, sebaiknya ambil dari kerangka teori yang sudah ada• Pastikan hipotesis selaras dengan jenis penelitian	
2	18 Maret 2025	Pengajuan surat stupen	ACC untuk Studi Pendahuluan	
3.	20 Maret 2025	Mengganti judul penelitian	ACC menggantikan judul penelitian dari pengaruh self management dengan tekanan darah menjadi hubungan self management dengan tekanan darah	
4	27 Maret 2025	Revisian BAB 1	<ul style="list-style-type: none">• Tambahkan referensi di latar belakang• Tambahkan reverensi yang lebih baru• Disampaikan berapa jumlah data yang di dapatkan• BAB 1 sudah baik. Ada beberap revisi di penekanan saja. Direvisi dan lanjut ke Bab 2.	

5	29 Maret 2025	Konsultasi BAB 11	<ul style="list-style-type: none"> • Sitasi Sesuaikan dengan ketentuan menulis kutipan pada pedoman skripsi • Menyesuaikan nomornya di bagan • BAB 2 sudah baik. Silahkan revisi beberapa. Penting menambahkan referensi. Silahkan lanjut ke bab 3, kalau sudah pernah konsul 3, silahkan semua bab dijadikan satu file dari awal sampai akhir termasuk instrumen dan kirim kembali. 	
6	3 April 2024	Revisian BAB 1	<ul style="list-style-type: none"> • Sudah baik. Silahkan revisi sedikit. Silahkan lanjut ke bab 2. • Tambahkan referensi minimal 1 topik 3 referensi • Diurutkan lebih sistematis mengenai prevalensi dari dunia, diIndonesia peningkatnya berapa dari tahun berapa ke berapa dan di DIY gimana 	
7	8 April 2025	Revisian Bab 1-3	<ul style="list-style-type: none"> • Secara umum sudah baik. silahkan direvisi sesuai masukan • ACC mendaftar ujian proposal 	
8	12 April 2025	Revisian proposal	<ul style="list-style-type: none"> • Perhatikan tata tulis terutama bagian numbering, spasi • Tambahkan judul di bagian diagram kerangka teori • Menambahkan bagian uji validitas instrumennya • Untuk bagian daftar pustaka diperhatikan lagi, untuk jurnalnya dicari dan tambahkan DOI nya • Tambahkan status minum obat dalam instrumen penelitian 	

9	15 April 2025	Revisian Bab 1-3		<ul style="list-style-type: none"> Lanjut untuk ujian proposal 	
10	29 April 2025	Revisian proposal	seminar	<ul style="list-style-type: none"> Tambahkan instrumen yang dipakai untuk menilai self management apa saja Lembar pengesahan disesuaikan dengan template proposal yang sudah diujikan Silahkan mengorder surat dan melanjutkan uji etik. Tambahkan arah dan kekuatan pada uji Gamma 	
11	21 Mei 2025	Revisian proposal	Seminar	ACC untuk uji etik dan anda tangan lembar pengesahan	
12	21 Juli 2025	Konsultasi pembahasan	Bab 4	<ul style="list-style-type: none"> Perhatikan lagi bagian intisari Tambahkankata sistolik dan diastolik pada definisi operasi onl bagain tekanan darah Dalam pembahasan ,setelah hasil langsung dengan pembahasan bagian bawahnya Perbaiki tabel hubungan self management dengan tekanan darah Tambahkan referensi di bagian pembahasan Tambahkan faktor lain yang berhubungan dengan self management Perhatikan penulisan di bagian referensi Tambahkan data mentah penelitian 	
13	29 Juli 2025	Revisian pembahasan		<ul style="list-style-type: none"> Ganti judul dalam tabel analisis bivariat ACC mendaftarkan ujian 	

Yogyakarta, 04 Agustus 2025
Pembimbing 1,



(Th Tatik Pujiastuti, Ns., M.Kep., PhD)



LEMBAR KONSULTASI
MATA KULIAH: SKRIPSI

Judul Penelitian : Hubungan Self Management dengan Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi Di Kepuh, Kelurahan Klitren, Kecamatan Gondokusuman, Yogyakarta

Pembimbing : Thomas Aquino Erjinyuare Amigo, S.Kep., Ns., M.Kep., Ns.Sp.Kep.Kom

No.	Hari/Tanggal	Materi Konsultasi	Saran Pembimbing	Tanda Tangan Pembimbing
1	15 Maret 2025	Konsultasi Bab 1 dan 2	<ul style="list-style-type: none">• Latar belakang : dilihat lagi mengenai penulisan sitasi• Dibagian tujuan khusus dilihat lagi• Bagian kerangka teori harus ada teori yang sesuai dengan yang diteliti• Bagian kerangka konsep bagan variabel confounding simpannya dibagian bawah	<i>Carlith</i>
2	3 April 2025	Konsultasi Bab 1-3	<ul style="list-style-type: none">• Bagian kerangka teori, penempatan panahnya harus sesuai• Variabel luar cukup satu, disesuaikan lagi• Desain penelitiannya dipilih salah satu• Definisi operasional dibagian sub variabel di hilangkan karena tidak di uji per indikator• Bagian populasi langsung diisi dengan jumlah lansia yang ada• Sampel harus disesuaikan	<i>Carlith</i>

3	7 April 2025	Konstultasi Konstruksi alat ukur instrumen	Lebih diperdalam lagi dan di kisi-kisi instrumen ditentukan kata kunci dari setiap pertanyaan	<i>Carlite</i>
4	8 April 2025	Revisian Bab 1-3	<ul style="list-style-type: none"> • Tambahkan teori tekanan darah • Kerangka teorinya ditambahkan teori penuaan • ACC untuk pendaftaran seminar proposal 	<i>Carlite</i>
5	12 April 2025	Revisian Bab 3	<ul style="list-style-type: none"> • Bagian analisis bivariat menggunakan Dahlan • Bagian kerangka teori diperhatikan lagi. 	<i>Carlite</i>
6	29 April 2025	Revisian sempro	ACC lanjut uji etik, sambil memperbaiki sesuai masukan	<i>Carlite</i>
7	7 Mei 2025	Revisian sempro	Revisian sambil mempersiapkan berkas untuk uji etik	<i>Carlite</i>
8	15 Mei 2025	Revisian Sempro	<ul style="list-style-type: none"> • Tambahkan jumlah di data hasil wawancara di posyandu dan perbaikan bagian latar belakang • Perbaikan bagian kerangka teori • Perhatikan bagian sitasinya 	<i>Carlite</i>
9	21 Mei 2025	Mengurus berkas untuk uji etik	ACC untuk uji etik dan tanda tangan persetujuan	<i>Carlite</i>
10	16 Juli 2025	Hasil penelitian	<ul style="list-style-type: none"> • Diperbaiki lagi bagian kategori hipertensi, jangan dipisah antara sistolik dan diastolik 	<i>Carlite</i>
11	17 Juli 2025	Analisis data	<ul style="list-style-type: none"> • Sudah pas, namun diperhatikan lagi bagian kategori harus di koding semua • Lanjut membuat pembahasan 	<i>Carlite</i>

12	30 Juli 2025	Bab 4 Pembahasan	<ul style="list-style-type: none"> Tambahkan bagian analisis univariat, mengenai self management baik, cukup, dan kurang, serta apa makna per kategori tekanan darah 	<i>Carlita</i>
13	01 Agustus 2025	Revisian pembahasan	<ul style="list-style-type: none"> Tambahan dibagian pembahasan mengenai self management baik, cukup dan kurang. Pembahasan kategori hipertensi lebih luas 	<i>Carlita</i>
14	04 Agustus 2025	Konsultasi pembahasan	ACC daftar ujian hasil	<i>Carlita</i>

Yogyakarta, 04 Agustus 2025

Pembimbing 2,

Haena S

(Thomas Aquino Erjinyuare Amigo, S.Kep., Ns., M.Kep., Ns.Sp.Kep.Kom)

SOP PENGUKURAN TEKANAN DARAH

1.	Persiapan	<p>Alat dan bahan :</p> <ul style="list-style-type: none"> 0 Tensimeter digital 1 Alat tulis <p>Sebelum melakukan pengukuran</p> <ul style="list-style-type: none"> 1. Pemasangan baterai <ul style="list-style-type: none"> a. Letakkan alat dengan bagian bawah menghadap ke atas. b. Lepaskan penutup baterai mengikuti arah panah. c. Masukkan baterai dengan cara yang benar. 2. Penggantian baterai <ul style="list-style-type: none"> a. Sebelum mengganti baterai, pastikan alat dalam keadaan mati. b. Keluarkan baterai jika alat tidak dipakai selama lebih dari tiga bulan. c. Jika baterai dikeluarkan lebih dari tiga puluh detik, Anda perlu mengatur kembali tanggal dan waktu. d. Buang baterai yang sudah tidak terpakai di tempat yang tepat.
2.	Prosedur	<ul style="list-style-type: none"> 1. Duduk dengan nyaman, pastikan lengan dan siku berada di atas meja. 2. Telapak tangan harus menghadap ke atas. 3. Lengan baju harus tetap terulur. 4. Kaki harus dalam posisi tidak bersilang. Pastikan telapak kaki rata menyentuh lantai. 5. Letakkan manset sejajar dengan jantung, sekitar dua jari di atas siku. 6. Tetap diam dan jangan bicara saat pengukuran dilakukan. 7. Masukkan ujung pipa manset ke bagian alat. 8. Perhatikan arah saat memasukkan perekat manset. 9. Kenakan manset, dan perhatikan arah selang. 10. Tekan tombol “START/STOP” untuk menyalakan alat.

		<p>11. Lakukan pengukuran sebanyak 2 kali dengan jeda 1-2 menit.</p> <p>12. Jika hasil pengukuran pertama dan kedua berbeda lebih dari 10 mmHg, ulangi pengukuran ketiga setelah beristirahat selama 10 menit dengan melepaskan manset dari lengan.</p> <p>13. Sebelum melakukan pengukuran tekanan darah, peserta harus menjaga agar tidak melakukan aktivitas fisik seperti berolahraga, merokok, atau makan setidaknya 30 menit sebelumnya. Selain itu, sebaiknya duduk dan beristirahat selama 5-15 menit sebelum pengukuran.</p> <p>14. Hindari melakukan pengukuran saat merasa 54eraka. Pengukuran perlu dilakukan di tempat yang tenang dan dalam suasana yang damai serta dalam posisi duduk.</p> <p>15. Setelah pengukuran dilakukan, manset akan kembali mengempis dan hasilnya akan ditampilkan.</p> <p>16. Tekan tombol “START/STOP” untuk mematikan perangkat. Jika alat tidak dimatikan, perangkat tersebut akan mati secara otomatis dalam waktu 5 menit.</p> <p>17. Catat angka sistolik, gerakan, dan denyut nadi dari hasil pengukuran pada buku gerakan yang disediakan untuk pencatatan hasil dan pemeriksaan.</p>
--	--	---

Sumber : (Kementerian Kesehatan, 2019)

Lembar Observasi Hasil Pengukuran Tekanan Darah

LEMBAR OBSERVASI TEKANAN DARAH

Selasa, 24 Juni 2025

No.	Nama	Usia	Tekanan Darah	
			Sistol	Diastol
1	Ibu Ka	64 thn	139	95
2	Ibu B	66 thn	156	92
3	Ibu M	86 thn	204	96
4	Ibu Sd	70 thn	131	97
5	Bapak Sy	69 thn	157	99
6	Ibu Ss	67 thn	155	95
7	Ibu Sb	73 thn	143	96
8	Ibu I	70 thn	132	81
9	Bapak J	60 thn	153	93
10	Bapak Sh	65 thn	128	92
11	Ibu Sm	64 thn	143	91
12	Ibu km	62 thn	142	94
13	Bapak M	62 thn	131	82
14	Ibu E	72 thn	123	85
15	Bapak W	72 thn	157	98
16	Bapak Srt	60 thn	154	105
17	Ibu Sw	72 thn	140	90
18	Ibu D	76 thn	136	85
19	Bapak P	60 thn	145	93
20	Ibu R	62 thn	131	97
21	Ibu Si	62 thn	140	98
22	Ibu P	69 thn	136	97
23	Ibu N	71 thn	134	91
24	Ibu Ty	72 thn	132	86
25	Bapak Spy	80 thn	142	90

26	Ibu Y	67 thn	142	91
27	Ibu U	71 thn	146	99
28	Ibu Sri	68 thn	145	75
29	Ibu E	78 thn	164	98
30	Ibu M	89 thn	153	99
31	Ibu K	76 thn	139	78
32	Bapak B	65 thn	135	89
33	Ibu Tt	65 thn	138	88
34	Bapak Dj	69 thn	134	78
35	Ibu Tc	65 thn	132	86
36	Ibu H	66 thn	141	92
37	Ibu R	63 thn	155	94
38	Bapak Shr	62 thn	153	89
39	Bapak y	66 thn	156	78
40	Ibu E	61 thn	132	83
41	Bapak Eo	65 thn	130	79
42	Ibu skm	85 thn	162	103
43	Bapak Skt	63 thn	133	100
44	Ibu D1	61 thn	152	86
45	Ibu stt	60 thn	130	83
46	Bapak H	64 thn	154	96
47	Ibu L	60 thn	145	94
48	Bapak T	63 thn	130	90
49	Ibu D	83 thn	144	86

50	Ibu P	69 thn	148	98
51	Ibu S	61 thn	129	76
52	Ibu T	63 thn	149	79
53	Bapak Sn	65 thn	134	77
54	Ibu Sd	74 thn	152	62
55	Bapak Y	75 thn	137	97
56	Ibu T	67 thn	145	83
57	Bapak B	71 thn	193	99
58	Ibu M	74 thn	131	86
59	Bapak T	81 thn	135	96
60	Ibu Sc	69 thn	216	98
61	Bapak Sc	66 thn	159	86
62	Ibu Y	69 thn	134	67
63	Ibu B	76 thn	139	56
64	Ibu T	70 thn	165	83
65	Bapak Str	70 thn	147	97
66	Ibu Sjh	67 thn	135	89
67	Bapak Hg	74 thn	178	99
68	Ibu Smi	74 thn	152	92
69	Bapak M	75 thn	156	98
70	Bapak Smt	67 thn	132	81
71	Ibu Sgy	61 thn	151	79
72	Ibu Hf	69 thn	133	86

28/6/25

20/6/25

Kalibrasi Tensieter



PT. ADI MULTI KALIBRASI
 Jl. Cendana No.9A, Semaki, Kec. Umbulharjo, Kota Yogyakarta
 Daerah Istimewa Yogyakarta 55166
 (0274) 563515 ext. 1615
 SK DIRJEN YANKES No. HK. 02 .02/I/2464/2021

SERTIFIKAT KALIBRASI Calibration Certificate

NOMOR ORDER :

315.U1.VI.25

Order Number

Nomor Sertifikat / Certificate Number : 7304/AMK/VI/25

Bulan Terima Order : June, 2025

Month Of Order Received : June, 2025

Identitas Alat / Instrument Identification

Nama Alat / Instrument Name : Tensimeter Digital (Blood Pressure Monitor)

Merek / Manufacturer : Melife

Tipe / Type : ME-B10

Nomor Seri / Serial Number : 24117236

Nomor Inventaris / Inventory Number : MDT001

Daya Baca / Readability : 1 mmHg

Kapasitas / Capacity : 299 mmHg

Pemilik / Owner

Nama / Name : STIKes Panti Rapih Yogyakarta

Alamat / Address : Jl. Iromejan No 30

Lokasi Kalibrasi / Location Of Calibration

: Yogyakarta

Tanggal Kalibrasi / Calibration Date : 07-06-2025

Metode / Method : MK-023

Acuan / References

: KMK-MK-075.0., Keputusan Direktur Jenderal Pelayanan Kesehatan,
 Nomor: HK.02.02/D/43649/2024

Hasil Kalibrasi / Result Of Calibration : **LAIK PAKAI** disarankan untuk kalibrasi ulang pada 07-06-2026

Yogyakarta, 17 June 2025

Direktur



Apik Rusdiarna Indra Praja, S.Si., M.T

HASIL KALIBRASI**Result Of Calibration**

Merek : Melifé
 Model / Tipe : ME-B10
 No. Seri : 24117236
 No. Inventaris : MDT001
 Tanggal Kalibrasi : 2025-06-07
 Nama Ruang : -
 Tempat Kalibrasi : STIKes Panti Rapih Yogyakarta
 Metode Kalibrasi : MK-023

I. Kondisi Ruang

1. Suhu : (24.6 ± 0.2) °C
 2. Kelembaban Relatif : (53 ± 3) %RH

II. Pemeriksaan Kondisi Fisik Dan Fungsi Komponen Alat

1. Fisik : Baik
 2. Fungsi : Baik

III. Hasil Pengukuran Kinerja

Pengukuran Kinerja Non Invasive Blood Pressure (NIBP)						
No	Parameter	Setting Standar (mmHg)	Pembacaan Alat (mmHg)	Koreksi	Toleransi	Ketidakpastian (±)
1	Sistole	100	100	0	± 8 mmHg	0.6
	MAP	-	-	-	-	-
	Diastole	65	69	-4	± 8 mmHg	0.6
2	Sistole	120	119	1	± 8 mmHg	0.8
	MAP	-	-	-	-	-
	Diastole	80	83	-3	± 8 mmHg	0.7
3	Sistole	150	147	3	± 8 mmHg	1.5
	MAP	-	-	-	-	-
	Diastole	100	105	-5	± 8 mmHg	0.7
4	Sistole	200	193	7	± 8 mmHg	1.1
	MAP	-	-	-	-	-
	Diastole	150	155	-5	± 8 mmHg	0.8

IV. Keterangan

1. Ketidakpastian Pengukuran Dilaporkan Pada Tingkat Kepercayaan 95 % Dengan Faktor Cakupan $K=2$
 2. Setiap Pembacaan *Blood Pressure Monitor* Harap Dikoreksi Dengan Menambahkan Nilai Koreksinya.

V. Alat Yang Digunakan

No.	Nama Alat	Merek	No. Sertifikat	Ketelurusan
1	Mini Thermohygrometer	-	7406/AMK/IV/2023	LK-308-IDN
2	Vital Sign Simulator (Prosim8)	Fluke Biomedical	YK.05.02/E.IX/1174/2025	LK-110-IDN

VI. Petugas Kalibrasi

1. Akmalludin Fatkhul Rifa, A.Md

Yogyakarta, 17 June 2025

Penyelia



Wiwik Nur Hidayati, S.Si

Surat Keterangan Pengambilan Data

SURAT KETERANGAN

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Yunaliati
Jabatan : Ketua Kader Lansia Mawar II

Dengan ini menerangkan bahwa mahasiswa STIKes Panti Rapih Yogyakarta:

Nama : Maria Delfina Tunga
NPM : 202123066
Program Studi : SI Keperawatan

Telah melakukan pengambilan data penelitian dengan Judul :

.....
Hubungan Self Management dengan tekanan darah pada lansia
hipotensi di Kepuh, Kelurahan Klitren, Kecamatan Gondokusuman,
Yogyakarta
.....

Adapun pelaksanaan pengambilan data sudah dilaksanakan mulai tanggal
20 Juni 2025 sampai dengan tanggal 26 Juni 2025

Yogyakarta, 04 Agustus 2025



(..... Yunaliati)

ANGGARAN

No	Jenis Pengeluaran	Biaya
1.	ATK dan fotocopy	Rp 100.000,00
2.	Administrasi Surat menyurat, perijinan penelitian dan uji etik penelitian	Rp 300.000,00
3.	Biaya pengumpulan data: a. Kalibrasi tensimeter b. Reward responden	Rp 650.000,00

Hasil Uji Turnitin

