



Faktor yang Berhubungan dengan Self-Care pada Lansia Hipertensi Berdasarkan Teori Health Belief Model

Jamila Ghani Alwana[✉], Bertakalswa Hermawati, Irwan Budiono
Universitas Negeri Semarang, Indonesia

Article Info

History article :
Submit: 2026-05-05
Accepted: 2026-06-12
Publish: 2026-07-30

Keywords:
Health Belief Model,
hypertension, self-care

DOI:
<https://doi.org/10.15294/ijphn.v6i1.48767>

Abstrak

Latar Belakang: Perilaku self-care pada lansia hipertensi tergolong rendah, terutama pada kelompok yang tinggal di panti sosial, berkaitan dengan keyakinan kesehatan individu yang dapat diukur melalui konstruk Health Belief Model. Penelitian ini bertujuan menganalisis hubungan konstruk Health Belief Model dengan perilaku self-care pada lansia hipertensi di RPSLU Pucang Gading Semarang.

Metode: Penelitian kuantitatif observasional analitik desain cross-sectional melibatkan 32 responden dari 47 lansia melalui purposive sampling dengan kriteria inklusi yaitu lansia berusia ≥ 60 tahun terdiagnosis hipertensi, mampu menjalankan aktivitas sehari-hari secara mandiri, tidak memiliki penyakit komorbid, dan bersedia menjadi responden. Variabel independen adalah konstruk HBM (persepsi kerentanan, persepsi keseriusan, persepsi manfaat, persepsi hambatan, efikasi diri, dan isyarat untuk bertindak), sedangkan variabel dependen adalah perilaku self-care pada lansia hipertensi. Data dikumpulkan menggunakan H-SCALE untuk mengukur perilaku self-care dan kuesioner enam konstruk HBM untuk mengukur variabel independen, kemudian dianalisis uji Chi-Square ($\alpha=0,05$).

Hasil: Sebanyak 62,5% responden memiliki perilaku self-care rendah. Seluruh enam konstruk HBM berhubungan signifikan dengan self-care: persepsi kerentanan ($p=0,002$; $PR=3,11$), persepsi keseriusan ($p=0,003$; $PR=2,64$), persepsi manfaat ($p=0,006$; $PR=2,38$), persepsi hambatan ($p=0,011$; $PR=2,33$), efikasi diri ($p=0,001$; $PR=3,0$), dan isyarat untuk bertindak ($p=0,001$; $PR=3,87$).

Kesimpulan: Seluruh konstruk HBM berhubungan signifikan dengan perilaku self-care pada lansia hipertensi di RPSLU Pucang Gading.

Abstract

Background: Self-care behavior among elderly hypertensive patients is low, particularly among those in social care institutions, presumed to be associated with individual health beliefs measurable through HBM constructs. This study analyze the relationship between HBM constructs and self-care behavior among elderly hypertensive patients at RPSLU Pucang Gading, Semarang.

Methods: A quantitative observational analytic cross-sectional study was conducted involving 32 respondents from 47 elderly individuals through purposive sampling. Inclusion criteria comprised elderly aged ≥ 60 years diagnosed with hypertension, capable of performing daily activities independently, free from comorbid conditions, and willing to participate. Independent variables were HBM constructs (perceived susceptibility, perceived severity, perceived benefits, perceived barriers, self-efficacy, and cues to action), while the dependent variable was self-care behavior. Data were collected using H-SCALE to measure self-care behavior and a six-construct HBM questionnaire to measure independent variables, analyzed using Chi-Square test ($\alpha=0.05$).

Results: The majority of respondents (62.5%) demonstrated low self-care behavior. All HBM constructs were significantly associated with self-care: perceived susceptibility ($p=0.002$; $PR=3.11$), perceived severity ($p=0.003$; $PR=2.64$), perceived benefits ($p=0.006$; $PR=2.38$), perceived barriers ($p=0.011$; $PR=2.33$), self-efficacy ($p=0.001$; $PR=3.0$), and cues to action ($p=0.001$; $PR=3.87$).

Conclusion: All HBM constructs were significantly associated with self-care behavior among elderly hypertensive patients at RPSLU Pucang Gading.

Pendahuluan

Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular yang memberikan beban kesehatan terbesar secara global. Pada tahun 2024 diperkirakan sekitar 1,4 miliar orang dewasa hidup dengan hipertensi, dan lebih dari dua pertiga kasus tersebut terjadi di negara berpenghasilan rendah dan menengah (WHO, 2025). Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023 mencatat prevalensi hipertensi pada penduduk dewasa usia 18 tahun ke atas di Indonesia sebesar 30,8%, menjadikan hipertensi sebagai penyakit tidak menular dengan prevalensi tertinggi (Kemenkes RI, 2023). Pada kelompok lansia, prevalensi hipertensi secara global cenderung meningkat seiring bertambahnya usia. Hipertensi ditemukan pada sekitar 27% individu berusia kurang dari 60 tahun dan meningkat hingga mencapai 74% pada kelompok usia di atas 80 tahun (Oliveros et al., 2020) menjadikan kelompok ini rentan terhadap komplikasi kardiovaskular yang jauh lebih berat dibandingkan kelompok usia yang lebih muda. Pengendalian hipertensi pada lansia tidak dapat bergantung pada terapi farmakologis semata, melainkan membutuhkan keterlibatan aktif individu melalui perilaku self-care yang konsisten. Penelitian menunjukkan bahwa sekitar 70% pasien hipertensi tidak mencapai kontrol tekanan darah yang optimal jika hanya mengandalkan kepatuhan pengobatan tanpa disertai intervensi perilaku (Eghbali et al., 2022). Kondisi ini menunjukkan perlunya keterlibatan aktif individu melalui perilaku self-care yang konsisten. Self-care memiliki cakupan yang lebih luas dibandingkan kepatuhan pengobatan (*adherence*). Kepatuhan merujuk pada kesesuaian perilaku individu mencakup minum obat, mengikuti diet, dan melakukan perubahan gaya hidup dengan rekomendasi yang disepakati bersama tenaga kesehatan (Hamrahian et al., 2022). Sementara itu, self-care adalah kemampuan individu, keluarga, dan komunitas untuk meningkatkan dan menjaga kesehatan, mencegah penyakit, serta mengatasi penyakit dengan atau tanpa dukungan tenaga kesehatan, sehingga self-care lebih menekankan pada inisiatif mandiri dan pengambilan keputusan aktif individu (Konlan & Shin, 2023; WHO, 2024). Pada pasien hipertensi, komponen self-care mencakup

kepatuhan minum obat antihipertensi, penerapan diet rendah garam, aktivitas fisik teratur, pengendalian berat badan, penghentian kebiasaan merokok, serta pembatasan konsumsi alkohol (Irwan et al., 2023; Warren-Findlow et al., 2013).

Berbagai penelitian lintas negara menunjukkan bahwa angka self-care yang rendah merupakan fenomena yang meluas. Di Etiopia, persentase self-care dengan kategori rendah berkisar antara 53,1% (Melaku et al., 2022) hingga 66,9% (Tebelu et al., 2023) pada pasien hipertensi. Kondisi serupa terjadi di Thailand dengan 80,1% dari 326 penderita hipertensi tidak terkontrol menunjukkan self-care buruk (Jariyasakulwong et al., 2025) dan di India dilaporkan persentase penderita hipertensi memiliki self-care rendah sebesar 51,8% (Gogurla et al., 2025). Di Indonesia, rendahnya perilaku self-care pada penderita hipertensi juga banyak ditemukan, khususnya pada kelompok lansia. Penelitian di wilayah kerja Puskesmas Rangkasbitung menunjukkan bahwa sebanyak 66,7% lansia hipertensi memiliki perilaku self-care yang rendah (Luqyana, 2025), didukung studi di Kabupaten Situbondo melaporkan hal serupa yaitu perilaku self-care yang rendah pada lansia hipertensi sebesar 61,5% (Pae et al., 2023).

Provinsi Jawa Tengah menempati peringkat kelima nasional dengan prevalensi hipertensi sebesar 32,9% berdasarkan (Kemenkes RI, 2023). Hipertensi bahkan menempati proporsi terbesar dari seluruh penyakit tidak menular (PTM) yang dilaporkan di Jawa Tengah, yakni sebesar 73,1% (Dinkes Jateng, 2025). Kota Semarang mencatat 288.750 kasus hipertensi pada tahun 2024 dengan prevalensi mencapai sekitar 17% dan menjadi beban PTM tertinggi di Kota Semarang (Dinkes Kota Semarang, 2025). Tingginya angka kejadian hipertensi tidak terlepas dari berbagai faktor risiko yang saling berkaitan, baik yang bersifat tidak dapat dimodifikasi (usia, jenis kelamin, dan genetik) maupun yang dapat dimodifikasi (obesitas, kurang beraktivitas fisik, perilaku merokok, dan pola makan) (Khairani et al., 2025; Lamangidaa et al., 2025). Faktor-faktor risiko yang dapat dimodifikasi tersebut dapat dikendalikan melalui penerapan perilaku self-care hipertensi. Perilaku self-care berhubungan

dengan keyakinan individu yang mencakup persepsi kerentanan, persepsi keseriusan, persepsi manfaat, persepsi hambatan, efikasi diri, dan isyarat untuk bertindak (Khairunisa et al., 2024). Meskipun demikian, penelitian mengenai self-care pada penderita hipertensi masih relatif terbatas, khususnya yang berfokus pada kelompok lansia, padahal kelompok ini memiliki kerentanan lebih tinggi terhadap komplikasi.

Fenomena rendahnya self-care pada lansia semakin kompleks ketika dikaitkan dengan kondisi sosial dan psikologis, terutama pada lansia yang tinggal di panti wreda dengan dukungan sosial lebih rendah (Chen et al., 2023; Damayanti et al., 2022), tingkat kesepian lebih tinggi (S. M. Dewi et al., 2022), motivasi hidup lebih rendah (Damayanti et al., 2022; Hana Fitri et al., 2025). Rendahnya dukungan sosial terbukti berhubungan signifikan dengan penurunan efikasi diri pada lansia (Hayuningsih et al., 2024), kurangnya motivasi hidup dan isolasi sosial melemahkan persepsi manfaat serta cues to action dalam melaksanakan perawatan diri (Faghih et al., 2024), sementara tingginya kesepian berkontribusi pada meningkatnya persepsi hambatan termasuk hambatan emosional dan psikologis terhadap perilaku self-care (Hailu et al., 2025) dan terbatasnya kemampuan pengambilan keputusan kesehatan yang dipengaruhi kondisi afektif berpotensi menurunkan persepsi kerentanan serta persepsi keseriusan terhadap hipertensi (Amaral et al., 2022). Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia (RPSLU) Pucang Gading Semarang, mencatat hipertensi sebagai masalah kesehatan tertinggi dengan prevalensi 66,2%. Studi pendahuluan di lokasi tersebut menemukan bahwa 62,5% dari 16 lansia hipertensi yang diperiksa memiliki self-care yang rendah, disertai adanya dua kasus stroke akibat hipertensi pada tahun 2025.

Teori Health Belief Model (HBM) menawarkan kerangka konseptual yang komprehensif untuk memahami determinan perilaku kesehatan. HBM pertama kali dikembangkan pada pertengahan 1950-an oleh Rosenstock, Hochbaum, Leventhal, dan Kegels, dan kemudian disempurnakan dengan penambahan konstruk cues to action pada 1970-an dan efikasi diri pada 1988 (Gasper et al., 2025). Menurut HBM, seseorang akan

terdorong untuk melakukan tindakan kesehatan apabila merasa rentan terhadap suatu penyakit, menilai penyakit tersebut sebagai kondisi serius, meyakini bahwa tindakan tertentu memberikan manfaat, merasa hambatan yang ada dapat diatasi, memiliki keyakinan diri yang cukup, serta mendapatkan stimulus atau isyarat yang memicunya untuk bertindak (Pakpahan et al., 2021).

Sejumlah studi terdahulu menunjukkan bahwa self-care pada hipertensi dipengaruhi oleh faktor-faktor dalam teori Health Belief Model. Rajati & Rosyid (2025) serta Luqyana (2025) menemukan bahwa self-efficacy berhubungan dengan self-care, namun kajiannya masih terbatas karena hanya menelaah satu konstruk. Yanti et al. (2020) membuktikan adanya hubungan signifikan antara seluruh konstruk HBM dengan self-care di wilayah kerja Puskesmas Kalirejo, Pesawaran. Persepsi kerentanan mendorong individu bertindak ketika mereka menyadari risiko terhadap komplikasi hipertensi, persepsi keseriusan memperkuat motivasi dengan meyakini bahwa dampak penyakit serius bagi kehidupan, persepsi manfaat mendorong tindakan ketika individu meyakini self-care efektif mengurangi risiko tersebut, persepsi hambatan menjadi hambatan utama yang menghambat pelaksanaan self-care meskipun niat sudah terbentuk, self-efficacy menentukan keyakinan individu akan kemampuannya menjalankan perilaku tersebut secara konsisten, sementara cues to action berperan sebagai pemicu eksternal maupun internal yang menjalankan perilaku self-care. Khairunisa et al. (2024) memperluas temuan tersebut pada pasien hipertensi patuh pengobatan. Namun, kajian HBM yang secara khusus difokuskan pada lansia di panti wreda masih sangat terbatas. Studi oleh Lestari et al. (2024) di panti sosial tresna werdha berfokus pada hubungan self-care dengan kualitas hidup, bukan pada determinan perilakunya berdasarkan HBM. Dengan demikian, terdapat kesenjangan bukti empiris yang perlu diisi, terutama terkait dinamika self-care pada lansia hipertensi yang tinggal di panti wreda di Indonesia.

Berdasarkan uraian di atas, penelitian ini bertujuan menganalisis hubungan antara keenam konstruk Health Belief Model yaitu

persepsi kerentanan (perceived susceptibility), persepsi keseriusan (perceived severity), persepsi manfaat (perceived benefits), persepsi hambatan (perceived barriers), efikasi diri (self efficacy), dan isyarat untuk bertindak (cues to action) dengan perilaku self-care pada lansia hipertensi di RPSLU Pucang Gading Semarang. Lokasi penelitian dipilih karena merupakan panti wreda milik pemerintah dengan jumlah penghuni lansia terbanyak di Kota Semarang. Selain itu, lansia yang tinggal di RPSLU Pucang Gading mengalami berbagai kondisi psikososial seperti kesepian dan rendahnya interaksi sosial (L. T. E. Dewi et al., 2024).

Metode

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif observasional analitik dengan desain studi cross-sectional, yaitu metode pengukuran variabel pada satu titik waktu yang sama untuk menganalisis hubungan antara variabel bebas dan terikat secara simultan (Notoatmodjo, 2018). Penelitian dilaksanakan di Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia (RPSLU) Pucang Gading Semarang, Jawa Tengah, pada bulan Maret 2026.

Populasi penelitian adalah seluruh lansia dengan riwayat hipertensi yang tercatat berdasarkan data pemantauan tekanan darah rutin sepanjang tahun 2025 di RPSLU Pucang Gading, yaitu sebanyak 47 orang. Sampel dipilih menggunakan teknik purposive sampling berdasarkan kriteria inklusi yang telah ditetapkan, sehingga diperoleh 32 responden. Kriteria inklusi meliputi: (1) lansia berusia ≥ 60 tahun dengan diagnosis hipertensi; (2) mampu menjalankan aktivitas sehari-hari secara mandiri; (3) tidak memiliki penyakit komorbid; dan (4) bersedia menjadi responden. Adapun kriteria eksklusi mencakup lansia yang tidak mampu berkomunikasi dengan baik dan yang menolak berpartisipasi.

Variabel terikat adalah perilaku self-care pada lansia hipertensi yang diukur menggunakan instrumen Hypertension self-care Activity Level Effects (H-SCALE) yang dikembangkan oleh Warren-Findlow et al. (2013) dalam penelitian ini digunakan versi yang telah dimodifikasi serta divalidasi oleh Lestari et al. (2024) untuk setting panti wreda. Instrumen terdiri dari enam domain yaitu kepatuhan

minum obat antihipertensi, diet rendah garam, aktivitas fisik, penghindaran rokok, pembatasan alkohol, dan pengelolaan berat badan. Lima domain pertama menggunakan skala 0–7 hari, sementara domain pengelolaan berat badan menggunakan skala Likert lima tingkat. Skor seluruh domain dijumlahkan dan dikategorikan menjadi self-care rendah apabila skor total $< \text{mean}$ (50) dan self-care tinggi apabila skor total $\geq \text{mean}$ (50). Oleh peneliti kembali di uji validitas dan reliabilitasnya dengan setting panti wreda di Kota Semarang, yang menunjukkan nilai r -hitung Pearson berkisar 0,398–0,820 ($r\text{-tabel}=0,361$, $\alpha=5\%$), dengan reliabilitas Cronbach's Alpha sebesar 0,844.

Variabel bebas mencakup enam konstruk HBM yang masing-masing diukur dengan kuesioner terpisah yaitu persepsi kerentanan, persepsi keseriusan, persepsi manfaat, persepsi hambatan, efikasi diri, dan isyarat untuk bertindak. Setiap item menggunakan skala respons tiga tingkat (Setuju/Netral/Tidak Setuju). Hasil pengukuran setiap konstruk dikategorikan menjadi rendah dan tinggi berdasarkan nilai rata-rata, yaitu persepsi kerentanan dikategorikan rendah (skor $< 9,16$) dan tinggi (skor $\geq 9,16$), persepsi keseriusan dikategorikan rendah (skor < 11) dan tinggi (skor ≥ 11), persepsi manfaat dikategorikan rendah (skor $< 9,75$) dan tinggi (skor $\geq 9,75$), persepsi hambatan dikategorikan rendah (skor < 13) dan tinggi (skor ≥ 13), efikasi diri dikategorikan rendah (skor $< 15,66$) dan tinggi (skor $\geq 15,66$), serta isyarat untuk bertindak dikategorikan rendah (skor $< 12,69$) dan tinggi (skor $\geq 12,69$). Uji validitas dan reliabilitas seluruh instrumen dilaksanakan di Panti Wredha Harapan Ibu Semarang pada 30 lansia, dengan hasil semua instrumen dinyatakan valid dan reliabel (Cronbach's Alpha $> 0,6$). Pengumpulan data primer dilakukan menggunakan instrumen kuesioner H-SCALE dan kuesioner enam konstruk HBM yang diisi oleh responden. Data sekunder diperoleh dari rekam medis dan catatan pemantauan kesehatan RPSLU Pucang Gading untuk mengetahui lansia yang mengidap hipertensi tanpa riwayat komorbid.

Analisis data dilakukan dalam dua tahap yaitu analisis univariat untuk mendeskripsikan

distribusi frekuensi setiap variabel dan analisis bivariat untuk mengetahui hubungan antar variabel bebas dengan variabel terikat menggunakan uji Chi-Square dengan taraf signifikansi $\alpha=0,05$ dan interval kepercayaan 95%. Penelitian ini telah memperoleh persetujuan etik dari Komisi Etik Penelitian Kesehatan Fakultas Kedokteran Universitas Negeri Semarang dengan nomor 184/KEPK/FK/KLE/2026.

Hasil dan Pembahasan

Hasil analisis statistik penelitian disajikan pada Tabel 1. Tabel tersebut memuat distribusi frekuensi seluruh variabel penelitian yang menunjukkan bahwa lebih dari separuh responden (62,5%) memperlihatkan perilaku self-care yang tergolong rendah. Temuan ini selaras dengan laporan dari panti wreda lain di Indonesia yang mencatat 42,9% lansia memiliki self-care buruk (Lestari et al., 2024). Selain itu, pada persepsi kerentanan sebagian besar responden tergolong rendah (56,3%), mengindikasikan bahwa 56,3% lansia belum sepenuhnya menyadari risiko komplikasi yang dapat timbul akibat hipertensi yang tidak dikelola dengan baik. Berbeda dengan persepsi keseriusan yang justru lebih banyak berada pada kategori tinggi (53,1%), menunjukkan bahwa meskipun lansia menilai hipertensi sebagai kondisi yang berbahaya, kesadaran tersebut belum serta-merta mendorong mereka untuk merasa rentan secara personal. Sebagian besar responden juga memiliki persepsi manfaat yang tinggi (56,3%), artinya 56,3% lansia meyakini bahwa tindakan self-care akan memberikan hasil yang nyata dalam mengendalikan tekanan darah. Sementara itu, persepsi hambatan dan efikasi diri keduanya menunjukkan distribusi yang seimbang, dengan masing-masing separuh responden (50,0%) berada pada kategori tinggi dan rendah, kondisi ini mencerminkan bahwa sebagian lansia masih merasakan kesulitan yang berarti dalam menjalankan self-care, sekaligus belum cukup yakin terhadap kemampuan diri mereka untuk melakukannya secara konsisten. Adapun isyarat untuk bertindak (cues to action) menjadi konstruk dengan proporsi kategori rendah tertinggi di antara keenam konstruk HBM, yaitu sebesar 59,4%,

yang mengindikasikan bahwa sebagian besar lansia di RPSLU Pucang Gading masih belum optimal mendapatkan stimulus yang memadai baik berupa dorongan internal dari gejala yang dirasakan maupun dorongan eksternal dari petugas kesehatan, keluarga, atau informasi kesehatan untuk secara aktif dan rutin menjalankan self-care hipertensi (Nematzad et al., 2023).

Tingginya angka self-care rendah 62,5% di RPSLU Pucang Gading dapat dikaitkan dengan karakteristik khas lingkungan institusional. Penelitian menunjukkan bahwa sistem pelayanan terstruktur di panti berpotensi menciptakan ketergantungan pada staf perawat yang secara bertahap mengurangi otonomi dan inisiatif mandiri penghuni dalam mengelola kesehatannya sendiri (Lin et al., 2022). Selain itu, rendahnya dukungan emosional keluarga (Damayanti et al., 2022), tingkat kesepian lebih tinggi (S. M. Dewi et al., 2022), motivasi hidup lebih rendah (Damayanti et al., 2022; Hana Fitri et al., 2025) turut memengaruhi persepsi individu dalam melaksanakan perilaku kesehatan.

Tabel 2. menampilkan hasil uji Chi-Square antara masing-masing konstruk HBM dengan perilaku *self-care* pada lansia hipertensi. Seluruh enam konstruk menunjukkan hubungan yang signifikan secara statistik (nilai $p<0,05$). Hasil analisis pada Tabel 2. menunjukkan bahwa persepsi kerentanan berhubungan signifikan dengan perilaku self-care pada lansia hipertensi dengan nilai $p = 0,002$ dan nilai PR sebesar 3,11 (95% CI: 1,337-7,237). Lansia hipertensi yang tinggal di panti dengan persepsi kerentanan yang rendah memiliki kecenderungan 3,11 kali lebih besar untuk menampilkan self-care yang rendah dibandingkan dengan mereka yang memiliki persepsi kerentanan tinggi. Temuan ini selaras dengan hasil penelitian Yanti et al. (2020) yang melaporkan hubungan bermakna antara persepsi kerentanan dengan self-care hipertensi (OR = 3,4; $p < 0,001$). Dalam studi tersebut, persepsi kerentanan tinggi sehingga tingkat self-care pada responden juga tinggi. Responden memiliki persepsi kerentanan tinggi (69,2%) karena merasa sudah melewati batas rentan sebab masuk kategori penderita hipertensi.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Variabel Penelitian (n=32)

Variabel	Frekuensi (N)	Persentase (%)
Perilaku <i>Self-Care</i>		
Rendah	20	62,5
Tinggi	12	37,5
Persepsi Kerentanan (<i>Perceived Susceptibility</i>)		
Rendah	18	56,3
Tinggi	14	43,8
Persepsi Keseriusan (<i>Perceived Severity</i>)		
Rendah	15	46,9
Tinggi	17	53,1
Persepsi Manfaat (<i>Perceived Benefits</i>)		
Rendah	14	43,8
Tinggi	18	56,3
Persepsi Hambatan (<i>Perceived Barriers</i>)		
Tinggi	16	50,0
Rendah	16	50,0
Efikasi Diri (<i>Self-Efficacy</i>)		
Rendah	16	50,0
Tinggi	16	50,0
Isyarat untuk Bertindak (<i>Cues to Action</i>)		
Rendah	19	59,4
Tinggi	13	40,6

Tabel 2. Hubungan Konstruk *Health Belief Model* dengan Perilaku *Self-care* pada Lansia Hipertensi di RPSLU Pucang Gading Semarang (n=32)

Variabel	Self-Care Rendah			Self-Care Tinggi			Nilai P	PR (95% CI)
	n	%	Total	n	%	Total		
Persepsi Kerentanan								
Rendah	16	88,9	18	2	11,1	18	0,002*	3,11 (1,337–7,237)
Tinggi	4	28,6	14	10	71,4	14		
Persepsi Keseriusan								
Rendah	14	93,3	15	1	6,7	15	0,003*	2,64 (1,370–5,105)
Tinggi	6	35,3	17	11	64,7	17		
Persepsi Manfaat								
Rendah	13	92,9	14	1	7,1	14	0,006*	2,38 (1,314–4,388)
Tinggi	7	38,9	18	11	61,1	18		
Persepsi Hambatan								
Tinggi	14	87,5	16	2	12,5	16	0,011*	2,33 (1,207–4,511)
Rendah	6	37,5	16	10	62,5	16		
Efikasi Diri								
Rendah	15	93,8	16	1	6,3	16	0,001*	3,0 (1,435–6,273)
Tinggi	5	31,3	16	11	68,8	16		
Isyarat untuk Bertindak								
Rendah	17	89,5	19	2	10,5	19	0,001*	3,87 (1,420–10,58)
Tinggi	3	23,1	13	10	76,9	13		

Keterangan: *) Bermakna secara statistik ($p < 0,05$); PR: *Prevalence Ratio*; CI: *Confidence Interval*

Penelitian oleh Zareban et al. (2022) juga menyatakan bahwa persepsi kerentanan merupakan prediktor signifikan perilaku self-care dan Khairunisa et al. (2024) dengan nilai $p < 0,001$ mengonfirmasi hubungan serupa. Meta-analisis oleh Firmansyah & Salsabil (2022) yang menemukan bahwa persepsi kerentanan secara signifikan memengaruhi perilaku self-care pada pasien hipertensi (aOR = 2,16; 95% CI: 1,59–2,53; $p < 0,001$). Individu yang merasakan dirinya rentan terhadap komplikasi hipertensi, seperti riwayat keluarga dengan stroke, cenderung lebih termotivasi untuk mengendalikan tekanan darahnya secara aktif (Islam et al., 2025). Sebaliknya, sebagian lansia memandang hipertensi sebagai bagian normal dari proses penuaan sehingga tidak dipersepsikan rentan sebagai ancaman kesehatan yang memerlukan penanganan aktif, kecuali ketika kondisi tersebut mulai mengganggu aktivitas sehari-hari (Trisna et al., 2024). Mekanisme ini relevan menjelaskan temuan penelitian ini, di mana 56,3% responden memiliki persepsi kerentanan yang rendah meskipun seluruh responden adalah penderita hipertensi aktif yang secara objektif berisiko tinggi mengalami komplikasi.

Persepsi keseriusan juga terbukti berhubungan signifikan dengan perilaku self-care pada lansia hipertensi dengan nilai $p = 0,003$ dengan nilai PR adalah 2,64 (95% CI: 1,370–5,105). Hal ini mengindikasikan bahwa lansia hipertensi yang tinggal di panti dan memiliki persepsi keseriusan terhadap hipertensi yang rendah mempunyai kecenderungan 2,64 kali memiliki perilaku self care yang rendah dibandingkan dengan lansia hipertensi yang memiliki persepsi keseriusan yang tinggi. Hubungan ini sejalan dengan temuan Yanti et al. (2020) yang melaporkan hubungan bermakna antara persepsi keseriusan dan self-care hipertensi (OR = 5,1; $p = 0,004$). Dalam studi tersebut, persepsi keseriusan dipengaruhi oleh kategori tekanan darah, jika merasa hipertensi serius dan berdampak pada produktivitas bahkan mengancam jiwa, maka individu tersebut melakukan self-care. Penelitian Khairunisa et al. (2024) dengan nilai $p < 0,001$ yang juga menunjukkan hubungan yang selaras yaitu individu dengan persepsi keseriusan penyakit yang lebih tinggi cenderung memiliki

perilaku self-care yang lebih baik. Zareban et al. (2022) dalam studi cross-sectional terhadap 527 pasien hipertensi di Iran mengonfirmasi bahwa seluruh elemen HBM termasuk persepsi keseriusan merupakan prediktor signifikan perilaku self-care hipertensi.

Secara teoritis, individu yang memandang suatu penyakit sebagai kondisi serius akan lebih termotivasi untuk melakukan tindakan protektif (Green et al., 2020). Dalam konteks ini, persepsi bahwa hipertensi merupakan penyakit yang serius dan berpotensi menimbulkan komplikasi dapat berhubungan dengan penerapan perilaku self-care pada lansia. Lansia yang memiliki persepsi lebih tinggi terhadap keseriusan hipertensi diperkirakan mempunyai kecenderungan yang lebih baik dalam menjalankan perilaku self-care dibandingkan lansia dengan persepsi keseriusan yang rendah. Namun menariknya, 46,9% responden dalam penelitian ini memiliki persepsi keseriusan yang rendah meskipun terdapat dua kasus stroke di lingkungan panti pada tahun 2025, yang menunjukkan bahwa paparan terhadap kejadian komplikasi belum secara otomatis meningkatkan persepsi keseriusan pada individu lain.

Rendahnya persepsi keseriusan hipertensi pada lansia tersebut dipengaruhi oleh sifat asimtomatik hipertensi sehingga ketiadaan keluhan fisik yang nyata membuat lansia tidak merasakan “sinyal bahaya” secara langsung, sehingga penyakit ini tidak dipersepsikan sebagai kondisi yang serius dan mengancam jiwa (Kim & Thiruvengadam, 2024). Persepsi ini semakin diperkuat karena lansia di panti umumnya telah menyandang hipertensi dalam jangka waktu yang panjang, sehingga terjadi proses adaptasi kognitif pada penyakit-penyakit tersebut yang dianggap sebagai bagian wajar dari proses penuaan. Studi oleh Duman & Yildiz (2025) menemukan bahwa terdapat korelasi negatif yang signifikan antara usia dan total skor persepsi penyakit ($Rho = -0,443$, $p < 0,001$), yang menunjukkan bahwa semakin tua seseorang, semakin rendah persepsi mereka terhadap tingkat keparahan penyakitnya.

Hubungan yang bermakna juga ditemukan antara persepsi manfaat dan perilaku self-care pada lansia hipertensi dengan nilai $p = 0,006$ dan nilai PR sebesar 2,38 (95%

CI: 1,314–4,388). Hal ini mengindikasikan bahwa lansia hipertensi yang tinggal di panti dengan persepsi manfaat self-care yang rendah memiliki kecenderungan 2,38 kali memiliki perilaku self-care hipertensi yang rendah dibandingkan dengan lansia yang memiliki persepsi manfaat terhadap self-care yang tinggi. Temuan ini sejalan dengan penelitian Yanti et al. (2020) yang melaporkan hubungan signifikan antara persepsi manfaat dan self-care hipertensi (p -value < 0,001; OR = 2,3). Dalam studi tersebut, persepsi manfaat tinggi karena responden meyakini bahwa self-care memberikan keuntungan kesehatan, sosial, dan finansial.

Studi cross-sectional Zareban et al. (2022) mengonfirmasi persepsi manfaat terhadap perilaku sehat merupakan prediktor signifikan perilaku self-care hipertensi. Secara teoretis, dalam kerangka HBM, individu yang meyakini bahwa perilaku self-care memiliki manfaat nyata dalam mengendalikan hipertensi akan lebih terdorong untuk mengadopsi perilaku tersebut secara konsisten. Dengan demikian, persepsi manfaat berfungsi sebagai motivator internal yang mendorong individu melampaui hambatan dan mengaktualisasikan niat menjadi tindakan nyata (Nematzad et al., 2023). Meskipun lansia hipertensi di panti memiliki persepsi manfaat self-care yang tinggi, perilaku self-care tetap rendah karena manfaat tersebut sering kalah oleh hambatan yang dirasakan (Hailu et al., 2025; Tan et al., 2022).

Persepsi hambatan menunjukkan hubungan yang signifikan dengan perilaku self-care pada lansia hipertensi dengan nilai $p = 0,011$ dan nilai PR sebesar 2,33 (95% CI: 1,207–4,511). Hal ini mengindikasikan bahwa lansia hipertensi yang tinggal di panti dan memiliki persepsi hambatan yang tinggi terhadap self-care mempunyai kecenderungan 2,33 kali memiliki perilaku self-care hipertensi yang rendah dibandingkan dengan lansia yang memiliki persepsi hambatan yang rendah. Meskipun seseorang menyadari manfaat dari tindakan kesehatan, hambatan yang dirasakan dapat secara efektif menghalangi adopsi perilaku self-care yang optimal (Hailu et al., 2025; Yanti et al., 2020). Temuan ini sejalan dengan penelitian Yanti et al. (2020)

yang melaporkan hubungan signifikan antara persepsi hambatan dan self-care hipertensi ($p < 0,001$), serta penelitian Khairunisa et al. (2024) yang juga menemukan hubungan bermakna antara kedua variabel tersebut. Secara kuantitatif, hal ini diperkuat oleh studi Tan et al. (2022) persepsi hambatan ($\beta = 0,571$, $p < 0,001$) secara signifikan memengaruhi perilaku self-care hipertensi, menjadikan persepsi hambatan sebagai prediktor terkuat perilaku self-care dalam model tersebut. Hambatan yang dirasakan dalam pelaksanaan self-care yaitu hambatan fisik berupa takut jatuh saat beraktivitas (Kouchaki et al., 2023), kemalasan (Tan et al., 2022), dan lelah mengonsumsi obat hipertensi untuk waktu yang lama (Putri et al., 2021). Hambatan yang dirasakan responden dalam penelitian ini mencakup kesulitan mengonsumsi beberapa jenis obat setiap hari secara rutin, kesulitan mengurangi asupan makanan asin karena kebiasaan yang sudah lama terbentuk, seringkali lupa waktu minum obat, serta anggapan bahwa aktivitas fisik tidak berpengaruh terhadap tekanan darah.

Efikasi diri juga memiliki hubungan dengan signifikansi kuat dengan perilaku self-care pada lansia hipertensi dengan nilai $p = 0,001$ dan nilai PR sebesar 3,0 (95% CI: 1,435–6,273). Hal ini mengindikasikan bahwa lansia hipertensi yang tinggal di panti dan memiliki efikasi diri yang rendah mempunyai kecenderungan 3 kali memiliki perilaku self-care hipertensi yang rendah dibandingkan dengan lansia yang memiliki efikasi diri yang tinggi. Temuan ini selaras dengan hasil penelitian Rajati & Rosyid (2025) yang melaporkan hubungan signifikan antara efikasi diri dan self-care ($p = 0,001$), studi Luqyana (2025) pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Rangkasbitung ($p = 0,028$), serta Kurdi et al. (2024) yang mengonfirmasi hubungan serupa pada lansia di PSTW Jember.

Darvishpour et al. (2022) pada lansia hipertensi di Iran Utara menemukan korelasi positif signifikan antara self-efficacy dan perilaku self-care ($r = 0,42$; $p < 0,001$). Studi Yanti et al. (2020) juga melaporkan hubungan bermakna antara self-efficacy dan self-care hipertensi ($p < 0,001$; OR = 5,4). Responden dengan efikasi diri yang tinggi cenderung merasa mampu melakukan self-care secara

konsisten sehingga memiliki tingkat self-care yang lebih baik.

Rendahnya efikasi diri lansia hipertensi di RPSLU Pucang Gading berkaitan erat dengan tingginya tingkat kesepian dan rendahnya interaksi sosial di lingkungan panti. Penelitian oleh L. T. E. Dewi et al. (2024) pada lansia di RPSLU Pucang Gading Semarang menemukan bahwa sebagian besar lansia mengalami kesepian dan interaksi sosial yang rendah, merasa jauh dari hubungan keluarga, dan merasa terisolasi. Efikasi diri berkembang melalui dukungan sosial, penguatan verbal, dan pengalaman melihat keberhasilan orang lain, sehingga ketika lansia mengalami isolasi sosial, mereka kehilangan sumber pembentuk keyakinan diri untuk melakukan self-care hipertensi secara mandiri (Pattrra et al., 2025). Oleh karena itu, individu dengan efikasi diri yang rendah seringkali dikaitkan dengan kecenderungan yang lebih rendah dalam menjalankan perilaku self-care hipertensi secara konsisten.

Isyarat untuk bertindak (cues to action) juga menunjukkan hubungan yang bermakna dengan perilaku self-care pada lansia hipertensi dengan dengan nilai $p = 0,001$ dan nilai PR sebesar 3,87 (95% CI: 1,420–10,58). Hal ini mengindikasikan bahwa lansia hipertensi yang tinggal di panti dengan cues to action yang rendah memiliki kecenderungan 3,87 kali memiliki perilaku self-care hipertensi yang rendah dibandingkan lansia dengan cues to action tinggi. Temuan ini sejalan dengan penelitian Yanti et al. (2020) yang melaporkan bahwa cues to action berhubungan signifikan dengan perilaku self-care hipertensi (OR = 2,8; $p < 0,001$), dimana isyarat tersebut berupa layanan konsultasi kesehatan, keluhan yang dirasakan, serta isyarat eksternal yang memicu individu melakukan self-care. Secara teoretis, dalam kerangka HBM, cues to action berfungsi sebagai “pemicu” yang mengaktifkan keyakinan kesehatan yang sudah ada menjadi perilaku yang nyata. Isyarat ini dapat bersumber dari anggota keluarga, kerabat, tetangga, tenaga kesehatan, maupun media massa seperti televisi, internet, surat kabar, dan siaran radio yang mendorong individu untuk mengadopsi perilaku sehat dalam pengelolaan hipertensi (Nematzad et al., 2023). Tingginya persentase responden

dengan isyarat untuk bertindak yang rendah (59,4%) di RPSLU Pucang Gading menjadi temuan kritis yang mengindikasikan perlunya penguatan program edukasi kesehatan, pengingat rutin, dan keterlibatan aktif petugas dalam memberikan stimulasi perilaku sehat kepada penghuni panti. Secara keseluruhan, hasil penelitian ini mengonfirmasi validitas kerangka HBM sebagai model yang reliabel dalam menjelaskan faktor yang berhubungan dengan perilaku self-care hipertensi pada lansia yang tinggal di institusi sosial seperti panti wreda.

Kesimpulan

Penelitian ini menyimpulkan bahwa seluruh enam konstruk Health Belief Model persepsi kerentanan (perceived susceptibility), persepsi keseriusan (perceived severity), persepsi manfaat (perceived benefits), persepsi hambatan (perceived barriers), efikasi diri (self-efficacy), dan isyarat untuk bertindak (cues to action) berhubungan secara signifikan dengan perilaku self-care pada lansia hipertensi di RPSLU Pucang Gading Semarang. Temuan ini menegaskan relevansi HBM sebagai landasan teoritis yang sesuai untuk memahami faktor-faktor yang berkaitan dengan perilaku self-care hipertensi pada lansia di panti wreda.

DAFTAR PUSTAKA

- Amaral, A. S., Simões, M. R., Freitas, S., Vilar, M., Sousa, L. B., & Afonso, R. M. (2022). Healthcare decision-making capacity in old age: A qualitative study. *Frontiers in Psychology*, 13(October). <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.1024967>
- Chen, Y., Zhou, Y., Li, M., Hong, Y., Chen, H., Zhu, S., Zhou, Y., Yang, S., Wu, X., & Wang, D. (2023). Social capital and loneliness among older adults in community dwellings and nursing homes in Zhejiang Province of China. *Frontiers in Public Health*, 11(May), 1–11. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2023.1150310>
- Damayanti, L. A., Wisanti, E., & Lestari, R. F. (2022). Perbandingan Kualitas Hidup Dan Depresi Lansia di PSTW dan Keluarga. *Healthcare Nursing Journal*, 5(1), 558–566. <http://www.journal.umtas.ac.id/index.php/healthcare/article/view/2898>
- Darvishpour, A., Mansour-Ghanaei, R., & Mansouri, F. (2022). The Relationship Between Health Literacy, Self-Efficacy, and

- Self-Care Behaviors in Older Adults With Hypertension in the North of Iran. *Health Literacy Research and Practice*, 6(4), e262–e269. <https://doi.org/10.3928/24748307-20221013-01>
- Dewi, L. T. E., Luthfa, I., & Aspihan, M. (2024). Analisis Hubungan Tingkat Kesepian dan Interaksi Sosial Pada Lansia Di Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia Pucang Gading Semarang dan Wening Wardoyo Ungaran. *Jurnal Ilmiah Analis Kesehatan*, 10(2), 245–257.
- Dewi, S. M., Saputra, B., & Daniati, M. (2022). Perbandingan Tingkat Kesepian Dan Dukungan Keluarga Pada Lansia Di Panti Dengan Lansia Di Keluarga. *Jurnal Keperawatan Hang Tuah (Hang Tuah Nursing Journal)*, 2(1), 49–62.
- Dinkes Jateng. (2025). *Profil Kesehatan Provinsi Jawa Tengah Tahun 2024*.
- Dinkes Kota Semarang. (2025). *Profil Kesehatan Kota Semarang 2024*.
- Duman, H., & Yildiz, L. M. (2025). Living with Hypertension: An Investigation of Illness Perception from a Primary Care Perspective. *Healthcare* (Basel, Switzerland), 13(16). <https://doi.org/10.3390/healthcare13162032>
- Eghbali, M., Akbari, M., Seify, K., Fakhrolmobasheri, M., Heidarpour, M., Roohafza, H., Afzali, M., Mostafavi-Esfahani, F.-S., Karimian, P., Sepehr, A., Shafie, D., & Khosravi, A. (2022). Evaluation of Psychological Distress, Self-Care, and Medication Adherence in Association with Hypertension Control. *International Journal of Hypertension*, 2022, 7802792. <https://doi.org/10.1155/2022/7802792>
- Faghih, M., Kaveh, M. H., Nazari, M., Khademi, K., & Hasanzadeh, J. (2024). Effect of health belief model-based training and social support on the physical activity of overweight middle-aged women: a randomized controlled trial. *Frontiers in Public Health*, 12(January), 1–11. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2024.1250152>
- Firmansyah, G. F., & Salsabil, H. A. (2022). *Meta-Analysis : Application of Health Belief Model in Encouraging Preventive Behavior of Self-Care for Hypertensive Patients*. 07, 108–118.
- Gaspar, I., Arna, Y. D., Siagian, H. J., Ponidjan, T. S., & Nurmawi, Y. and R. (2025). *ILMU PERILAKU KESEHATAN*.
- Gogurla, M., Babu, D. S., Bala, S., Tondare, D. P., Islavath, S., & Ganduri, V. (2025). Assessment of the self-care activities among hypertensive patients working in an industrial setting: A cross-sectional study. *Journal of Family Medicine and Primary Care*. <https://doi.org/10.4103/jfmpe.jfmpe>
- Green, E. C., Murphy, E. M., & Gryboski, K. (2020). The Health Belief Model. *The Wiley Encyclopedia of Health Psychology*, May 2022, 211–214. <https://doi.org/10.1002/9781119057840.ch68>
- Hailu, G., Yigezu, M., Gutema, H., Melkamu, L., Kebede, N., Assefa, E., & Hordofa, A. (2025). Self-care practice and associated factors among hypertensive patients who have follow-ups in public hospitals of Bahir-Dar City, Northwest Ethiopia, a mixed study. *PLoS ONE*, 20(5 May), 1–17. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0317869>
- Hamrahian, S. M., Maarouf, O. H., & Fülöp, T. (2022). A Critical Review of Medication Adherence in Hypertension: Barriers and Facilitators Clinicians Should Consider. *Patient Preference and Adherence*, 16, 2749–2757. <https://doi.org/10.2147/PPA.S368784>
- Hana Fitri, Selfi Ana Andriyanti, Bunga Kresna Nandini, Siti Nurazizah, Salsabila Atiq Khoirunnisa, Dewi Ambarwati, Naili Yusriah, Nasya Akmala, & Siti Hikmah. (2025). Analisis Makna Kepuasan Hidup Lansia yang Tinggal di Panti Wredha Omega Semarang. *Observasi : Jurnal Publikasi Ilmu Psikologi*, 3(3), 174–192. <https://doi.org/10.61132/observasi.v3i3.1376>
- Hayuningsih, S., Firdaus, M. F., & Apriyanti, R. (2024). Hubungan dukungan sosial dan health self efficacy pada lansia di Sekolah Lansia Rumah Budaya Bahagia Kota Depok. *Universitas PGRI Madiun*, Vol. 9 No. <https://doi.org/https://doi.org/10.25273/gulawentah.v9i2.21209>
- Irwan, A. M., Iryanidar, I., Nurhadijah, S., & Others. (2023). *Self-Care Lansia dengan Hipertensi di Komunitas* (Vol. 32, Nomor 3). Omera Pustaka Anggota Ikapi.
- Islam, M. T., Arafat, S. M., Chowdhury, A., Orchi, K., Sultana, S., Bushra, T., Islam, M. R., Fatema, K., Khan, M. M. H., & Haque, M. A. (2025). Role of the Health Belief Model in the Management of Hypertension: A Systematic Review. *Cureus*, 17(10), e94139. <https://doi.org/10.7759/cureus.94139>
- Jariyasakulwong, P., Wattanakitkrileart, D., Pongthavornkamol, K., Piaseu, N., & Roubsanthasuk, W. (2025). Factors Influencing Self-Care Practices and Blood Pressure Among Individuals with Uncontrolled Hypertension: A Cross-Sectional Study. *Patient Preference and Adherence*, 19, 1–17. <https://doi.org/10.2147/>

- PPA.S497555
- Kemenkes RI. (2023). *Survei Kesehatan Indonesia (SKI) dalam Angka 2023*.
- Khairani, E., Efendi, I., & Nasution, R. S. (2025). *Analisis Faktor yang Memengaruhi Penyakit Hipertensi pada Lanjut Usia*. September.
- Khairunisa, A. F., Yuwindry, I., Mukti, Y. A., & Syamsu, E. (2024). Analisis Pola Perilaku Self Care Pada Pasien Hipertensi Patuh Pengobatan Dengan Pendekatan Health Belief Model. *Journal Pharmaceutical Care and Sciences*, 53–64. <https://doi.org/10.33859/jpcs.v5i1>
- Kim, J. H., & Thiruvengadam, R. (2024). Hypertension in an ageing population: Diagnosis, mechanisms, collateral health risks, treatments, and clinical challenges. *Ageing Research Reviews*, 98, 102344. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.arr.2024.102344>
- Konlan, K. D., & Shin, J. (2023). Determinants of Self-Care and Home-Based Management of Hypertension: An Integrative Review. *Global Heart*, 18(1). <https://doi.org/10.5334/gh.1190>
- Kouchaki, L., Darvishpoor Kakhki, A., Safavi Bayat, Z., & Khan, H. T. (2023). Association between fear of falling and self-care behaviours of older people with hypertension. *Nursing open*, 10, 3954–3961.
- Kurdi, F., Susumaningrum, L. A., & Kusumadani, F. (2024). *The Relationship Between Self Efficacy and Self Care Management Hypertension Elderly at UPT PSTW Jember*. 10(2), 297–304.
- Lamangidaa, S. Y., Masib, G. N. M., & Renteng, S. (2025). *Gambaran faktor resiko terjadinya hipertensi*. 13(1), 10–17.
- Lestari, P. H., Hartini, T., Mustandhifa, A., Pangastuti, T. E., & Hapsari, D. C. (2024). *Correlation of Self-Care Behavior and Quality of Life in Hypertensive Elderly in the Tresna Werdha Social Home*. 9(2), 197–202.
- Lin, H.-H., Yu, C.-L., Liou, M.-S., Chou, H.-C., & Chang, S.-H. (2022). Empowerment of frail institutionalized older people for self-care: from administrators' and staff caregivers' perspectives. *International Journal of Qualitative Studies on Health and Well-being*, 17(1), 2022071. <https://doi.org/10.1080/17482631.2021.2022071>
- Luqyana, F. (2025). *Hubungan Self-Efficacy dengan Self-Care Management pada Lansia Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Rangkasbitung*. 4(3), 698–708. <https://doi.org/10.54259/sehatrakyat.v4i3.5402>
- Melaku, T., Bayisa, B., Fekeremaryam, H., Feyissa, A., & Gutasa, A. (2022). Self-care practice among adult hypertensive patients at ambulatory clinic of tertiary teaching Hospital in Ethiopia: a cross-sectional study. *Journal of Pharmaceutical Policy and Practice*, 15(1), 1–11. <https://doi.org/10.1186/s40545-022-00421-3>
- Nematzad, P., Pourghane, P., Besharati, F., & Gholami-Chaboki, B. (2023). Effects of health belief model in promoting self-care behaviors among hypertensive older adults. *Journal of Education and Health Promotion*, 12, 208. https://doi.org/10.4103/jehp.jehp_689_22
- Notoatmodjo, S. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. IKAPI.
- Oliveros, E., Patel, H., Kyung, S., Fugar, S., Goldberg, A., Madan, N., & Williams, K. A. (2020). Hypertension in older adults: Assessment, management, and challenges. *Clinical Cardiology*, 43(2), 99–107. <https://doi.org/10.1002/clc.23303>
- Pae, K., Maryuti, I. A., & Astarini, M. I. A. (2023). *Hubungan self care management terhadap tekanan darah pada lansia. Hubungan Self Care Management Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia*, 1, 16–25. http://repository.ukwms.ac.id/id/eprint/37299/1/13-Hubungan_self_care_management_.pdf
- Pakpahan, M., Siregar, D., Susilawaty, A., Tasnim, T., Ramdany, R., Manurung, E. I., Sianturi, E., Tompunu, M. R. G., Sitanggang, Y., & Maisyarah. (2021). *Promosi kesehatan dan perilaku kesehatan. yayasan kita menulis*.
- Pattra, S., Walugembe, F., & Chaiwong, S. (2025). *The Efficacy of the “ CREB Innovation ” Derives From the Application of Bandura and Orem 's Theory towards Self-Care Knowledge , Self-Efficacy , Self-Care Behavior , and Satisfaction among Older Thai Hypertensive Patients in Thailand*. 3576, 1324–1337.
- Putri, S. E., Rekawati, E., & Wati, D. N. K. (2021). Effectiveness of self-management on adherence to self-care and on health status among elderly people with hypertension. *Journal of Public Health Research*, 10(s1). <https://doi.org/10.4081/jphr.2021.2406>
- Rajati, F. A., & Rosyid, F. N. (2025). HUBUNGAN SELF-EFFICACY DENGAN SELF-CARE MANAGEMENT PENYANDANG HIPERTENSI. *Ibnu Sina: Jurnal Kedokteran dan Kesehatan-Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sumatera Utara*, 24(1), 159–165.
- Tan, P. P. S., Sandhu, R. S., Zain, S. M., Hall, D., Tan, N. C., Lim, H. M., Daud, F., & Pung, Y.-F.

- (2022). Health motivations and perceived barriers are determinants of self-care behaviour for the prevention of hypertension in a Malaysian community. *PloS One*, 17(12), e0278761. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0278761>
- Tebelu, D. T., Tadesse, T. A., Getahun, M. S., Negussie, Y. M., & Gurara, A. M. (2023). Hypertension self-care practice and its associated factors in Bale Zone, Southeast Ethiopia: A multi-center cross-sectional study. *Journal of Pharmaceutical Policy and Practice*, 16(1), 20. <https://doi.org/10.1186/s40545-022-00508-x>
- Trisna, I. A. R., Duarsa, D. P., & Ani, L. S. (2024). Elderly perception of hypertension and its treatment in Gianyar District, Bali. *Public Health and Preventive Medicine Archive*, 12(1), 27–40. <https://doi.org/10.53638/phpma.2024.v12.i1.p03>
- Warren-Findlow, J., Basalik, D. W., Dulin, M., Tapp, H., & Kuhn, L. (2013). Preliminary validation of the hypertension self-care activity level effects (H-SCALE) and clinical blood pressure among patients with hypertension. *Journal of Clinical Hypertension*, 15(9), 637–643. <https://doi.org/10.1111/jch.12157>
- WHO. (2024). Self-care for health and well-being. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/self-care-health-interventions>
- WHO. (2025). *Hypertension: Key facts*. World Health Organization. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/hypertension>
- Yanti, D. E., Perdana, A. A., Oktarina, N., Kesehatan, F., Universitas, M., Mena, P. H., & Selatan, L. (2020). *Health Belief Model: Selfcare Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja UPT Puskesmas Kalirejo Kabupaten Pesawaran*. *Health Belief Model: Selfcare for Hypertension Patients in the Kalirejo Primary Healthcare, Pesawaran Regency dimana tekanan darah sistolik > . 9(2)*, 192–205.
- Zareban, I., Araban, M., Rohani, M. R., Karimy, M., Zamani-Alavijeh, F., Babanejad, M., & Stein, L. A. R. (2022). High blood pressure self-care among hypertensive patients in Iran: a theory-driven study. *Journal of Human Hypertension*, 36(5), 445–452. <https://doi.org/10.1038/s41371-020-00429-9>