

ABSTRAK

Kurangnya kesadaran dan pengetahuan akan mempengaruhi pasien hipertensi untuk dapat mengatasi kekambuhan atau melakukan pencegahan agar tidak terjadi komplikasi. Tujuan penelitian ini adalah melaksanakan penerapan edukasi *self care management* pada klien hipertensi dengan masalah keperawatan ketidakefektifan pemeliharaan kesehatan di Desa Candi Negoro RT 05 RW 03 Wonoayu Sidoarjo.

Penelitian ini menggunakan rancangan deskriptif dengan pendekatan studi kasus. Subjek penelitian ini adalah satu keluarga dengan salah satu anggota keluarga menderita hipertensi dengan masalah keperawatan ketidakefektifan pemeliharaan kesehatan. Pengumpulan data diperoleh dari wawancara dan observasi langsung terhadap klien serta pemeriksaan fisik.

Hasil penerapan edukasi *self care management* selama 3 hari pada klien hipertensi mengalami peningkatan pengetahuan perilaku kesehatan dengan indikator hasil menunjukkan praktik gizi yang sehat dari 2 (pengetahuan terbatas) ke 4 (pengetahuan banyak), manfaat olahraga teratur dari 2 ke 4, strategi mengelola stres dari 2 ke 4, layanan peningkatan kesehatan dari 2 ke 4, teknik skrining sendiri dari 2 ke 4.

Penerapan edukasi *self care management* berdampak positif mengatasi masalah ketidakefektifan pemeliharaan kesehatan. Edukasi *self care management* ini dapat digunakan sebagai salah satu program promosi kesehatan dalam rangka meningkatkan pengetahuan perilaku kesehatan serta kemampuan pasien dalam melakukan aktifitas perawatan pada diri sendiri.

Kata Kunci: Edukasi, *Self Care Management*, Hipertensi