

## ABSTRAK

Hipertensi merupakan masalah kesehatan utama karena banyaknya jumlah penderita dan risiko yang terkait, biaya medis dan sosial yang tinggi, dan dapat menyebabkan komplikasi kardiovaskular dan ginjal. Stres mental atau psikososial adalah salah satu faktor risiko utama hipertensi. Tujuan penelitian adalah untuk mengetahui Hubungan Koping Dengan *Self Management* Pada Penderita Hipertensi Di Puskesmas Benowo Surabaya.

Penelitian ini termasuk penelitian analitik kuantitatif dengan metode pendekatan yakni *cross sectional*. Populasi pada penelitian adalah 121 penderita hipertensi dan besar sampel yakni 93 penderita hipertensi yang bersedia menjadi responden. Penelitian menggunakan *probability sampling* dengan teknik pengambilan sampel yakni *simple random sampling*. Cara pengumpulan data menggunakan kuesioner. Data di analisis menggunakan Uji *Chi Square*.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 93 responden, 79 responden (84,9%) menggunakan *problem focused coping* dan 51 responden (54,8%) cukup mampu dalam kemampuan *self management*. Hasil uji Chi Square dengan tingkat kemaknaan  $\alpha = 0,05$  di dapatkan hasil  $p = 0,003 < \alpha = 0,05$  maka  $H_0$  ditolak, artinya ada hubungan antara koping dengan *self management* pada penderita hipertensi di Puskesmas Benowo Surabaya.

Kesimpulan penelitian adalah terdapat hubungan antara koping dengan self management pada penderita hipertensi di Puskesmas Benowo Surabaya. Diharapkan penderita hipertensi di Puskesmas Benowo Surabaya mampu melakukan koping dengan baik agar mampu meningkatkan kemampuan *self management* untuk memperbaiki gaya hidup dan mencegah kekambuhan.

**Kata Kunci : Hipertensi, Koping, *Self Management***