

KOPING KELUARGA TERHADAP KEPARAHAN HIPERTENSI

Annisa Febriana^{1*}, Dewi Setya Ningsih²

¹Program Studi Sarjana Keperawatan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Intan Martapura, Banjar, Indonesia

²Mahasiswa Program Studi Diploma Tiga Keperawatan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Intan Martapura, Banjar, Indonesia

Abstrak

Latar belakang: Hipertensi merupakan masalah global yang dihadapi berbagai macam kalangan terutama pada usia produktif. Hipertensi menjadi penyebab kematian nomor tiga setelah stroke dan tuberkulosis. Salah satu faktor yang mempengaruhi hipertensi adalah koping keluarga. Koping keluarga diaplikasikan sebagai cara penyesuaian yang digunakan keluarga untuk menghadapi perubahan atau masalah yang sedang terjadi. Koping keluarga yang tidak efektif dapat menimbulkan berbagai masalah kesehatan. **Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan koping keluarga terhadap pencegahan keparahan hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Liang Anggang. **Metode:** Penelitian ini merupakan penelitian *cross sectional*. Sampel yang digunakan sebanyak 75 keluarga dengan pengambilan sampel secara simple random sampling. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner adobe yang telah dimodifikasi, *ways of coping* dan pencegahan keparahan hipertensi. **Hasil:** Hasil uji statistik Pearson didapatkan *p Value* 0.01 yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara koping keluarga terhadap pencegahan keparahan hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Liang Anggang. **Kesimpulan:** Ada hubungan antara koping keluarga terhadap pencegahan keparahan hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Liang Anggang.

Kata Kunci : Keluarga, Koping, Pencegahan Hipertensi

Family Coping On The Severity of Hypertension

Abstract

Background: Hypertension is a global problem faced by various groups, especially those of productive age. Hypertension is the third cause of death after stroke and tuberculosis. One of the factors that influence hypertension is family coping. Family coping is applied as a way of adjustment used by families to deal with changes or problems that are happening. Ineffective family coping can cause various health problems. **Objectives:** This study aims to determine the relationship between family coping and the prevention of hypertension severity in the Liang Anggang Health Center work area. **Methodology:** This research is a cross-sectional correlation research. The sample used was 75 families with simple random sampling. The research instrument used an Adobe questionnaire that had modified ways of coping and preventing the severity of hypertension. **Result:** Pearson statistical test results obtained $\alpha 0.01$ which means there is a significant relationship between family coping and prevention of hypertension severity in the working area of Liang Anggang Public Health Center. **Conclusion:** There is the relationship between family coping and the prevention of hypertension severity in the working area of Liang Anggang Health Center.

Keywords: family, coping, hypertension prevention

Korespondensi:

Annisa Febriana, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Intan Martapura, Banjar, Indonesia, Tel,- +62 85348184088, Email : annisafebriana012@gmail.com

Received: xx/xx/xxxx

Revised: xx/xx/xxxx

Accepted: xx/xx/xxxx

LATAR BELAKANG

Hipertensi merupakan penyebab kematian nomor tiga setelah stroke dan tuberculosis, yakni mencapai 6,7% dari populasi kematian pada semua umur di Indonesia (Kemenkes RI, 2018). Hipertensi merupakan *silent killer* dimana gejalanya sering tanpa keluhan, biasanya penderita tidak mengetahui jika dirinya mengidap hipertensi dan baru diketahui apabila telah terjadi komplikasi. Kebanyakan orang merasa sehat dan energik walaupun hipertensi, keadaan ini tentunya sangat berbahaya dan dapat menyebabkan kematian mendadak pada masyarakat. Hipertensi terkadang menimbulkan gejala seperti sakit kepala, nafas pendek, pusing, nyeri dada, palpitasi, dan epistaksis. Gejala-gejala tersebut berbahaya jika diabaikan tetapi bukan menjadi tolak ukur keparahan dari penyakit hipertensi (Utami & Dyah, 2017).

Hipertensi yang tidak terkontrol dapat meningkatkan risiko terjadinya komplikasi yakni, penyakit jantung, stroke, dan gagal ginjal (*World Health Organization*, 2019). Menurut data (*World Health Organization*, 2018) di seluruh dunia, sekitar 972 juta orang 26,4% mengidap penyakit hipertensi, diperkirakan setiap tahun ada 9,4 juta orang meninggal akibat hipertensi dan komplikasi. Prevalensi hipertensi di Indonesia berdasarkan Riskesdas 2018 sebesar 34,1% tertinggi di Kalimantan

Selatan 44,1%, sedangkan yang terendah di Papua 22,2%.

Di Indonesia, hipertensi menempati peringkat ke 2 dari 10 penyakit terbanyak pada pasien rawat jalan di rumah sakit. Penderita 2 hipertensi lebih banyak terjadi pada wanita (30%) dan pria (29%), sekitar 80% kenaikan kasus hipertensi terjadi terutama di Negara berkembang (Triyanto E, 2014). Menurut *National Basic Health Survey*, prevalensi hipertensi di Indonesia pada kelompok usia 15-24 tahun (8,7%), pada kelompok 25-34 tahun (14,7%), kelompok umur 35-44 tahun (24,8%), kelompok usia 45-54 tahun (35,6%), kelompok usia 55-64 tahun (45,9%), kelompok usia 65-74 tahun (57,6%), sedangkan lebih dari 75 tahun (63,8%), dengan prevalensi yang tinggi tersebut hipertensi yang tidak disadari jumlahnya bisa lebih tinggi lagi. Hal ini terjadi karena hipertensi dan komplikasinya jumlahnya jauh lebih sedikit dari pada hipertensi yang tidak ada gejalanya (Riskesdas, 2018).

Menurut Data Dinas Kesehatan Provinsi Kalimantan Selatan, jumlah penderita penyakit hipertensi di Kota Banjarbaru pada tahun 2019 meningkat dari 4.201 menjadi 14.727. Kebanyakan masyarakat yang pernah mengalami hipertensi tidak menganggap serius tentang penyakitnya dan tekanan darahnya akan kembali normal dengan sendirinya tanpa minum obat. Berdasarkan hasil studi

pendahuluan didapatkan jumlah penderita hipertensi di Puskesmas Liang Anggang dari bulan September sampai dengan November 2022 sebanyak 294 orang. Berdasarkan hasil wawancara dengan ± 10 orang warga yang berada di Wilayah Kerja Puskesmas Liang Anggang keluarga dengan penderita hipertensi mengatakan kurang mengetahui cara pencegahan dan mengontrol hipertensi agar tidak menimbulkan komplikasi, maka dari itu koping keluarga diperlukan agar keluarga dapat meningkatkan kemampuan perawatan pada penderita hipertensi. Faktor utama yang mempengaruhi hipertensi adalah pathophysiologic, 3 faktor genetik, faktor lingkungan seperti asupan garam, obesitas, dan stress (Yonata, A., & Satria, A.P.P, 2016).

Penilaian terhadap *stress* sangat dipengaruhi oleh koping yang dimiliki individu sehingga efek *stress* juga akan berbeda. Koping merupakan respon terhadap stress atau bagaimana seseorang berupaya mengatasi masalah yang negatif menjadi positif. Keluarga mempunyai peranan penting dalam upaya peningkatan kesehatan dan pengurangan risiko penyakit, dalam masyarakat karena keluarga merupakan unit terkecil yang diperlukan untuk menjalankan tatalaksana perawatan yang kompleks, jika motivasi pasien kurang ditunjang dengan dukungan keluarga untuk menjalankan regimen maka akan

menimbulkan stress, individu yang mengalami stress perlu melakukan sesuatu untuk mengurangi stress tersebut.

Hal-hal yang dilakukan untuk mengurangi stress merupakan bagian dari koping. Mekanisme koping keluarga diaplikasikan sebagai cara penyesuaian yang digunakan keluarga untuk menghadapi perubahan atau masalah yang sedang terjadi. Koping keluarga yang tidak efektif dapat menimbulkan berbagai masalah seperti ansietas, isolasi, depresi dan masalah lainnya bagi penderita. Pentingnya perilaku yang meliputi pengetahuan, sikap, dan tindakan pada pasien hipertensi perlu diperhatikan, dengan adanya pengetahuan maka munculah kesadaran sehingga diharapkan dapat mengaplikasikan pada sikap dan tindakan untuk mengontrol tekanan darah. Jika hanya mengandalkan obat anti hipertensi tanpa diikuti dengan sikap dan perilaku yang menunjang kestabilan tekanan darah, maka proses penyembuhan akan lama dan memicu komplikasi/penyakit lain.

Pencegahan yang dapat dilakukan agar tidak menimbulkan 4 komplikasi dengan memeriksakan tekanan darah secara teratur, menjaga berat badan ideal, mengurangi konsumsi garam, tidak merokok, berolahraga secara teratur, mengurangi stress dan menghindari makanan berlemak. Pada penelitian sebelumnya yang dilakukan

oleh (Safitri, N, L., Kusumawardani, L, H., dan Hidayat, H, I., 2022) membahas mengenai Hubungan Antara Literasi Kesehatan Dengan Mekanisme Koping Pada Lansia Dengan Hipertensi hasil penelitian menunjukkan adanya pengaruh secara positif literasi kesehatan terhadap mekanisme koping lansia dengan hipertensi, koping yang baik tentunya akan meningkatkan kemampuan perawatan diri dari hasil cakupan literasi yang memadai, sehingga meningkatkan status manajemen pengendalian hipertensi yang baik pada lansia. Berdasarkan penelitian sebelumnya mekanisme koping dikategorikan ke dalam mekanisme koping adaptif (kategori dalam skor >47,5) dengan nilai skor mean sebesar 53,57 dan nilai standar deviasi sebesar 5,550. Belum ada penelitian mengenai hubungan koping keluarga terhadap pencegahan keparahan hipertensi.

Berdasarkan latar belakang tersebut maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian mengenai “Hubungan Koping Keluarga Terhadap Pencegahan Keparahan Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Liang Anggang”.

METODE

Jenis penelitian ini adalah korelatif dengan menggunakan pendekatan *cross sectional*. Analisa data yang digunakan adalah univariat dan bivariat (uji statistik

pearson). Penelitian dilakukan pada bulan November 2022 sampai dengan bulan Mei 2023. Populasi dalam penelitian ini adalah keluarga dengan penderita hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Liang Anggang dari bulan Oktober sampai dengan November 2022 sebanyak 294 orang. Sampel yang digunakan sebanyak 75 responden dengan pengambilan sampel secara *simple random sampling*.

Instrumen yang digunakan adalah lembar kuesioner yang isinya telah dimodifikasi terdiri dari 29 pertanyaan. dengan menggunakan kuesioner *ways of coping dalam* penelitian (Hilman dan Gita, 2017) dan kuesioner pencegahan keparahan hipertensi dalam penelitian (Dea Gita Septianingsih, 2018).

Pada penelitian ini menggunakan uji statistik *pearson* yang disesuaikan dengan hasil data distribusi normal menggunakan uji dengan program komputer. Hasil uji dengan menggunakan uji *pearson* jika nilai p value 0,05 maka tidak ada hubungan antara variabel independen dan variabel dependen.

Pelaksanaan penelitian terlebih dahulu mendapat persetujuan kemudian melakukan penelitian dan dalam pelaksanaan penelitian tetap memperhatikan prinsip etik, termasuk *informed consent*, *anonimity* (tanpa nama), *confidentiality* (kerahasiaan).

HASIL

Tabel 1. Karakteristik Responden

Karakteristik Responden	Jumlah	Persentase
Usia		
20-44 Tahun	37	49,3%
45-54 Tahun	21	28%
55-59 Tahun	9	12%
60-69 Tahun	8	10,7%
Jenis Kelamin		
Laki-laki	22	29,3%
Perempuan	53	70,7%
Pendidikan		
Tidak Sekolah	5	6,7%
SD	20	26,7%
SMP	20	26,7%
SMA	26	34,7%
Diploma/Sarjana	4	5,3%
Pekerjaan		
Tidak Bekerja	30	40%
Wiraswasta	45	60%
Riwayat Hipertensi		
< 7 Tahun	66	88%
>7 Tahun	9	12%
Suku		
Banjar	39	52%
Jawa	36	48%
Keparahan Hipertensi		
Hipertensi Ringan	52	69,3%
Hipertensi Sedang	20	26,7%
Hipertensi Berat	3	4%

Tabel 2. Hubungan Koping keluarga Terhadap Pencegahan Keparahan Hipertensi

Variabel	P Value
Koping keluarga terhadap keparahan hipertensi	0,01

DISKUSI

Data hasil karakteristik umum responden berdasarkan umur penderita hipertensi paling banyak berusia 20-44 Tahun sebanyak 49.3% (37 responden). Data hasil tersebut menunjukkan bahwa umur menjadi salah satu faktor penyebab

terjadinya hipertensi karena pada usia produktif seseorang banyak melakukan aktivitas dan kegiatan misalnya bekerja sehingga kurang memperhatikan pola hidup yang sehat. Faktor lain yang mempengaruhi tekanan darah seperti asupan makan, sesuai dengan penelitian yang dilakukan (Rini Nurfani, 2021). Hal tersebut sejalan dengan

hasil penelitian (Aristoteles, 2018) yang menyebutkan bahwa ada hubungan antara usia dengan penyakit hipertensi, tekanan darah tinggi biasanya terjadi pada usia 30-65 tahun. Regenerasi sel yang semakin berkurang juga mempengaruhi keparahan pada hipertensi.

Data hasil karakteristik umum responden berdasarkan jenis kelamin penderita hipertensi lebih banyak berjenis kelamin perempuan sebanyak 70,7% (53 responden). Hal ini selaras dengan penelitian (Aristoteles, 2018) yang menunjukkan adanya hubungan antara jenis kelamin dengan penyakit hipertensi, wanita memiliki risiko lebih tinggi untuk menderita hipertensi, salah satu penyebab terjadinya hipertensi pada wanita adalah adanya produksi hormon estrogen. Hormon estrogen berfungsi sebagai pelindung pembuluh darah dari reaksi oksidatif akibat polusi, makanan, peradangan, serta keseimbangan sistem renin angiotensim pada ginjal yang berfungsi menjaga kestabilan tekanan darah.

Wanita akan mengalami berbagai kondisi seperti kehamilan, pemakaian kontrasepsi (terutama kontrsepsi hormonal) dan menopause. Keadaan tersebut menyebabkan hormon yang sebelumnya berperan sebagai pelindung mengalami penurunan jumlah secara drastis. Hal tersebut didukung (Cortas, 2019 dalam penelitian Mandala, A, S., Esfandiari, F.,

Anton, K, N., 2020) yang menyebutkan jika wanita terlindungi dari penyakit kardiovaskuler (hipertensi) sebelum menurunnya hormon estrogen yang berperan dalam meningkatkan kadar HDL. Rasa ingin tahu perempuan yang lebih tinggi dari laki-laki serta penggunaan perasaan juga mempengaruhi tingkat keparahan hipertensi.

Data hasil karakteristik umum responden berdasarkan keparahan hipertensi mayoritas menderita hipertensi ringan sebanyak 69.3% (52 responden). Hal ini karena responden memiliki riwayat hipertensi yang cenderung baru terjadi, sehingga apabila tidak dilakukan pencegahan dan perawatan yang tepat dapat menimbulkan keparahan dan komplikasi pada hipertensi. Pada penelitian yang dilakukan (Alek dan Syahrizal, 2023) menyebutkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara hipertensi terhadap tingkat keparahan hipertensi. Banyaknya akses pelayanan kesehatan, lihai dalam penggunaan gadget juga mempengaruhi tingkat kepatuhan sehingga hipertensi dapat terkontrol.

Berdasarkan hasil dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara koping keluarga terhadap pencegahan keparahan hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Liang Anggang Tahun 2023 dengan nilai *P Value* 0.01. Hasil uji dengan menggunakan uji Pearson

jika nilai p value maka terdapat hubungan antara variabel independent dan variabel dependen. Tingkat pendidikan yang tinggi mempengaruhi pengetahuan dan kepatuhan yang dimiliki responden, keaktifan petugas puskesmas dalam meningkatkan pencegahan hipertensi melalui promosi kesehatan berjalan dengan baik, serta didukung dengan mudahnya akses fasilitas kesehatan juga turut mempengaruhi baiknya tingkat pencegahan keparahan hipertensi yang dilakukan responden. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Safitri, N, L., Kusumawardani, L, H. dan Hidayat, A, I., 2022) didapatkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan dengan mekanisme coping pada lansia dengan hipertensi.

Penelitian tersebut sejalan dengan pendapat (Rangkuti, Rahayu dan Hutapea, 2021) menyebutkan bahwa perubahan perilaku kesehatan seseorang cenderung memerlukan dukungan keluarga dan masyarakat, apabila seseorang tidak memperoleh dukungan maka akan merasa tidak nyaman, sehingga tidak melakukan upaya pencegahan hipertensi. Dukungan keluarga yang tinggi akan membuat penderita lebih optimis dalam menghadapi upaya perawatan hipertensi sehingga dapat terkontrol. Tingkat pendidikan merupakan salah satu faktor demografi yang membentuk sikap dan perilaku keluarga. Keluarga dengan pendidikan yang tinggi

akan mudah menerima dan menyerap informasi kesehatan yang akan mempengaruhi keterlibatan, sikap dan perilaku dalam merespon masalah hipertensi yang dialami anggota keluarga. Hal ini didukung oleh (Fransiska, 2013 dalam penelitian Pabebang, Y., Mangapi Y, H., Kelong, L., 2019) yang menjelaskan bahwa salah satu yang mempengaruhi perilaku kesehatan adalah tingkat pendidikan seseorang.

KESIMPULAN

Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan antara coping keluarga terhadap pencegahan keparahan hipertensi. Adanya coping yang baik pada keluarga yang anggota keluarganya memiliki penyakit hipertensi tentunya berdampak pada status kesehatan dan mencegah terjadinya keparahan pada penyakit hipertensi yang diderita

DAFTAR PUSTAKA

- Alek dan Syahrizal. (2023). "Hubungan Hipertensi Terhadap Tingkat Keparahan Pasien Covid-19 di RSDC Wisma Atlet Kemayoran". *JIMKESMAS*. 8(1). DOI: <http://dx.doi.org/10.37887/jimkesmas.v8i1>
- Aristoteles. (2018). Korelasi Umur dan Jenis Kelamin Dengan Penyakit Hipertensi di Emergency Center

- Unit Rumah Sakit Islam Siti Khadijah Palembang. Indonesia Jurnal Perawat. 3(1),9-16
- Hilman, M dan H. R Gita. (2017). Correlation Between Social Support And Individual Coping Strategy Of Hypertension At Tagogapu Village. DOI: <http://dx.doi.org/10.36465/jkbth.v17i2.227>
- Kementrian Kesehatan RI. (2018). Profil Kesehatan Indonesia 2017. Jakarta: Kemenkes RI.
- Mandala, A., Esfandiari, F., & K.N, A. (2020). Hubungan Tekanan Darah Terkontrol dan Tidak Terkontrol terhadap Kadar High Density Lipoprotein Pasien Hipertensi. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 9(1), 379-386. <https://doi.org/10.35816/jiskh.v11i1.296>
- Pabebang, Y., Mangapi, Y, H., dan Kelong, L. (2019). “Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Mekanisme Koping Pada Lansia Di Lembang Benteng Ka’do Kecamatan Kapalapitu Kabupaten Toraja Utara Tahun 2019”.
- Rangkuti, Rahayu, Hutapea. (2021). “Dukungan Sosial Keluarga Berhubungan dengan Kepatuhan Pengobatan Diet Pasien Hipertensi”. *Jurnal Keperawatan Jiwa (JKJ): Persatuan Perawat Nasional Indonesia*.
- Rini Nurfani, (2021). “Gambaran Gangguan Tidur Pada Pasien Gagal Jantung”. Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas, 2018). Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian RI.
- Safitri, L, S., Kusumawardani, L, H., dan Hidayat, A, I,. (2022). “Hubungan Antara Literasi Kesehatan Dengan Mekanisme Koping Pada Lansia Dengan Hipertensi”. *Jurnal Ilmiah Keperawatan*. 17(2). DOI: <https://doi.org/10.30643/jiksh.t.v17i2.185>
- Triyanto, E. (2014). Pelayanan Keperawatan Bagi Penderita Hipertensi Secara Terpadu. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Utami, T.P., & Sumekar, D.W. (2017). Uji Efektivitas Daun Salam (*Sizygium polyantha*) sebagai Antihipertensi pada Tikus Galur Wistar. *Medical Journal Of Lampung University*. Vol.6(1).
- World Health Organization, Hypertension. (2018).
- World Health Organization. (2019). A Global Brief on Hypertension. Geneva. World Health Organization.

Yonata, A., & Satria, A. P. P. (2016).
Hipertensi sebagai Faktor Pencetus
Terjadinya Stroke. Jurnal
Kedokteran Universitas Lampung,
5(2), 17.