

KURANGNYA MANAJEMEN PERAWATAN DIRI DAN PENGENDALIAN TEKANAN DARAH PASIEN HIPERTENSI DI DAERAH LAHAN BASAH

¹Stephanie Dwi Guna, ²Agrina, ³Herlina, ⁴Nopriadi, ⁵Nurhayati

^{1,2,3,4}Fakultas Keperawatan, Universitas Riau

⁵Puskesmas Umban Sari

Email: ¹guna5291@gmail.com

ABSTRAK

Hipertensi merupakan penyakit tidak menular dengan angka kejadian yang tinggi di Indonesia. Keberlanjutan perawatan secara mandiri sangat diperlukan bagi pasien hipertensi agar tekanan darah dapat dikendalikan dan mencegah komplikasi dari penyakit *silent killer* ini. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisa manajemen diri dan pengendalian tekanan darah pasien hipertensi di daerah lahan basah. Penelitian dilakukan di daerah binaan Fakultas Keperawatan Universitas Riau yang merupakan wilayah pesisir sungai Siak, Pekanbaru. Penelitian kuantitatif dengan pendekatan deskriptif analitik dilakukan pada 30 orang responden yang dipilih dengan metode *purposive sampling* dengan kriteria pasien hipertensi tanpa komplikasi. Data diambil dengan menggunakan kuesioner manajemen diri pasien hipertensi dan pengukuran tekanan darah menggunakan *sphygmomanometer* digital. Hasil penelitian menunjukkan mayoritas responden berada di rentang usia produktif yaitu dewasa (33%) dan pralansia (47%). Hasil penelitian juga menunjukkan tidak satupun responden yang memiliki manajemen diri yang baik, paling banyak berada pada rentang kurang (53%). Hasil penelitian juga menunjukkan hanya 23% responden yang rutin mengonsumsi obat anti hipertensi, sedangkan sisanya tidak mengonsumsi sama sekali. Hasil pengukuran tekanan darah menunjukkan tekanan darah tidak terkontrol pada hampir semua responden (97%). Rata-rata tekanan darah sistolik yaitu 159 mmHg dan rata-rata tekanan darah diastolik 98 mmHg dengan nilai tekanan darah sistolik paling tinggi mencapai angka 238 mmHg dan tekanan darah diastolik mencapai 141 mmHg. Hasil ini menunjukkan adanya urgensi dalam penanganan masalah hipertensi secara umum dan di daerah penelitian khususnya.

Kata kunci: Hipertensi, Manajemen Diri, Tekanan Darah.

ABSTRACT

Hypertension is the non-communicable disease with relatively high prevalence in Indonesia. The continuity of hypertension care is crucial for patients to control their blood pressure and prevent complications of this silent-killer disease. This research aims to analyze the self-management and blood pressure control of hypertension patients in wetland areas. Taking place in the area supported by the Faculty of Nursing, Universitas Riau, which is the coastal area of the Siak River, Pekanbaru, this research was a quantitative study; descriptive analytic. Thirty participants who were hypertensive patient without complication were chosen by purposive sampling. The instruments were a hypertension patient self-management questionnaire and a digital sphygmomanometer to measure blood pressure. The result showed the majority of the participants was in productive age; adult (33%) and pre-elderly (47%). The result also showed that no participant had good self-management, and most of them had poor self-management (53%). It also revealed only 23% of participants consume anti-hypertension medications regularly, while the rest of them is not taking medication at all. Most of the participants' blood pressures were uncontrolled (97%). The average systolic pressure was 159 mmHg with maximum point at 238 mmHg and diastolic pressure was 98 mmHg with maximum point at 141 mmHg. This research indicates the urgency in dealing with hypertension, especially in research locations.

Keywords: Hypertension, Self Management, Blood Pressure.

1. PENDAHULUAN

World Health Organization menyebutkan hipertensi telah mengakibatkan 8 juta penduduk meninggal dunia setiap tahunnya, dimana sekitar 1,5 juta penduduk diantaranya terletak di wilayah Asia

Tenggara. Data menunjukkan bahwa prevalensi penyakit hipertensi di Indonesia mencapai 34,11% (Kemenkes, 2018). Dinas Kesehatan Provinsi Riau menyebutkan bahwa pada tahun 2016 hipertensi merupakan urutan pertama jenis penyakit tidak menular di

Provinsi Riau, sehingga hipertensi termasuk masalah kesehatan umum dan menjadi fokus pelayanan kesehatan masyarakat di Dunia, terutama di Provinsi Riau (Zulfitri et al., 2019).

Pelayanan kesehatan hipertensi seharusnya tidak difokuskan di Rumah Sakit dimana kondisi pasien sudah memburuk. Fokus utama pelayanan kesehatan seyogyanya dilakukan agar penderita hipertensi dapat melakukan pengendalian tekanan darah di rumah dan mencegah terjadinya komplikasi (Harahap et al., 2019).

Manajemen diri perawatan hipertensi adalah kemampuan pasien hipertensi untuk secara mandiri menjaga kesehatannya dalam hal ini pengendalian tekanan darahnya dengan atau tanpa bantuan tenaga kesehatan (Li et al., 2020). Penelitian terdahulu menunjukkan bahwa manajemen diri pasien hipertensi yang masih rendah (Berek & Fouk, 2020). Kemampuan manajemen diri yang baik akan tercermin salah satunya pada tekanan darah pasien hipertensi, apakah terkontrol atau tidak. Hal ini bisa diukur pada saat pasien hipertensi berada di rumah ataupun komunitas dan bisa beraktivitas seperti biasa.

Kelurahan Sri Meranti, Kecamatan Rumbai, Kota Pekanbaru, merupakan area kerja Puskesmas Umban Sari yang juga merupakan daerah binaan Fakultas Keperawatan. Daerah ini merupakan area lahan basah yang terletak di pesisir Sungai Siak dengan tanah gambut serta rawan banjir. Hipertensi merupakan Penyakit Tidak Menular (PTM) tertinggi di area ini yaitu dengan angka kejadian 10,5% (Dinas Kesehatan Kota Pekanbaru, 2019).

Daerah lahan basah memiliki karakteristik ekosistem, sumber daya baik alam ataupun manusia yang unik. Selain itu, potensi dan masalah kesehatan yang juga berbeda dari daerah lainnya (Finlayson, 2015). Hal ini tergambar pada lokasi penelitian dimana banjir yang rutin terjadi setiap tahunnya ketika musim hujan. Hal ini menjadi sumber stress yang akan memperburuk kondisi pasien hipertensi yang tinggal di daerah tersebut. Penelitian menunjukkan pasien hipertensi yang terpapar stres memiliki tekanan darah yang lebih tinggi baik tekanan darah sistolik maupun diastolik (Ridho et al., 2021)

Penelitian mendalam terkait manajemen perawatan diri serta pengendalian tekanan darah belum pernah dilakukan di lokasi penelitian. Hal ini perlu diteliti untuk mengetahui kemampuan pasien hipertensi dalam melakukan manajemen penyakitnya dan pengontrolan tekanan darah di rumah sehingga bisa mencegah komplikasi. Oleh karena itu peneliti melakukan sebuah penelitian yang bertujuan untuk menganalisa manajemen diri dan pengendalian tekanan darah pasien hipertensi di daerah lahan basah.

2. METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain deskriptif analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Penelitian ini menganalisa lebih dalam terkait manajemen diri dan pengendalian tekanan darah pasien hipertensi di daerah lahan basah. Data manajemen diri dikelompokkan menjadi kategori baik, cukup dan kurang sesuai dengan pengisian kuesioner oleh pasien hipertensi. Kuesioner yang digunakan telah valid dan reliabel dengan nilai *Cronbach alpha* 0.89 (Nirwani, 2023). Pada kuesioner manajemen diri ini juga terdapat item yang menanyakan apakah pasien meminum obat hipertensi, hal ini juga akan dibahas nantinya secara lebih dalam. Tekanan darah pasien diukur menggunakan *sphygmomanometer* digital yang sama untuk seluruh responden. Hasil pengukuran tekanan darah dikelompokkan menjadi tidak terkontrol bila tekanan darah $\geq 140/90$ mmHg dan terkontrol bila tekanan darah $\leq 140/90$ mmHg (Belayachi et al., 2024).

Jumlah responden yang terlibat yaitu 30 orang pasien hipertensi yang memenuhi batas minimal sampel penelitian kuantitatif sesuai teori Roscoe (Campbell & Stanley, 2015). Teknik pemilihan sampel yaitu *purposive sampling* dengan kriteria inklusi 1) bersedia menjadi responden, 2) pasien hipertensi, 3) tidak memiliki penyakit komplikasi. Data diambil secara langsung oleh enumerator setelah responden menandatangani *informed consent* yang telah disediakan. Responden diminta mengisi kuesioner terkait manajemen diri, kemudian enumerator melakukan pengukuran tekanan darah menggunakan *sphygmomanometer* digital yang sama untuk seluruh responden. Setelah data terkumpul, peneliti menggunakan SPSS untuk pengolahan data.

Penelitian ini telah mendapat persetujuan etik dari Komite Etik Penelitian Keperawatan dan Kesehatan Fakultas Keperawatan Universitas Riau dengan nomor 1388/UN19.5.1.8/KEPK.FKp/2023.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik responden pada penelitian ini bisa dilihat pada tabel 1.

Tabel 1. Karakteristik Responden

No	Karakteristik	(n)	%
1	Jenis Kelamin		
	Laki- laki	7	23%
	Perempuan	23	67%
	Total	30	100%
2	Usia		
	Dewasa (20-44 thn)	10	33%
	Pra Lansia (45-59 tahun)	14	47%
	Lansia (\geq 60 tahun)	6	20%
	Total	30	100%
3	Lama Mengidap Hipertensi		
	\leq 5 tahun	21	70%
	$>$ 5 tahun	9	30%
	Total	30	100%

Pada tabel 1 terlihat bahwa mayoritas pasien hipertensi berjenis kelamin perempuan (67%). Walaupun pria beresiko 2,3 kali lebih besar mengalami peningkatan tekanan darah sistolik, namun memasuki menopause wanita lebih beresiko mengalami hipertensi (Smeltzer & Bare, 2013). Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian sebelumnya tentang hubungan jenis kelamin dengan intensitas hipertensi yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan signifikan antara jenis kelamin dengan kejadian hipertensi dan hipertensi lebih banyak dialami oleh perempuan (Siwi et al., 2020); (Kusumawaty et al., 2016).

Tabel 1 juga menunjukkan bahwa mayoritas responden berada di rentang usia produktif yaitu dewasa (33%) dan pralansia (47%). Hal ini sesuai dengan survei Riskesdas (2018) yang menunjukkan bahwa angka kejadian hipertensi meningkat seiring dengan penambahan usia. Disamping itu penelitian oleh (Ryandini & Kristianti, 2021), juga menunjukkan penderita hipertensi paling banyak dialami oleh pra lansia dengan rentang usia 46- 55 sebanyak 33.9%. Dewasa ini tren peningkatan kejadian hipertensi pada usia produktif diakibatkan oleh obesitas (Arum, 2019); (Faisal et al., 2022) dan stress

(Subrata & Wulandari, 2020) dan (Kusumawaty et al., 2016).

Tabel 2. Manajemen Diri dan Konsumsi Obat Anti Hipertensi Responden

No	Keterangan	(n)	%
1	Manajemen Diri		
	Baik	0	0%
	Cukup	14	47%
	Kurang	16	53%
	Total	30	100%
2	Konsumsi Obat Anti Hipertensi		
	Ya	7	23%
	Tidak	23	77%
	Total	30	100%

Tabel 2 menunjukkan manajemen diri pasien tidak ada satupun yang baik, paling banyak berada pada rentang kurang (53%) Konsumsi obat merupakan bagian penting dari manajemen diri pasien hipertensi yang mana pada hasil penelitian ini hanya 23% pasien hipertensi yang mengonsumsi obat anti hipertensi sedangkan sisanya tidak mengonsumsi.

Hal ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa dari 95 orang pasien hipertensi, mayoritas (75%) pasien memiliki manajemen diri yang cukup dan kurang, hanya 25% dengan kategori baik (Fauziah & Syahputra, 2021). Manajemen perawatan diri pasien hipertensi dipengaruhi oleh jenis kelamin, usia, status pernikahan, durasi hipertensi, pengetahuan, efikasi diri, dukungan sosial dan status ekonomi (Sulistiawati et al., 2023).

Kepatuhan minum obat hipertensi berhubungan dengan pengetahuan pasien hipertensi (Harahap et al., 2019), beberapa penelitian menunjukkan kepatuhan pasien hipertensi yang masih rendah dalam meminum obat anti hipertensi secara teratur (Harahap et al., 2019); (Hazwan & Pinatih, 2017).

Tabel 3. Pengontrolan Tekanan Darah Responden

Pengontrolan	(n)	%
Terkontrol	1	3%
Tidak Terkontrol	29	97%
Total	30	100%

Tabel 4. Tekanan Darah Sistolik dan Diastolik Pasien Hipertensi

Tekanan Darah	Sistolik	Diastolik
Mean	159	98
Median	154	94
Minimum	130	67
Maksimum	238	141

Hasil penelitian terkait tekanan darah pasien yang ditunjukkan pada tabel 3 dan 4 menunjukkan pengendalian tekanan darah yang tidak dilakukan pada pasien hipertensi. Dimana rata-rata tekanan darah sistolik 159 mmHg dan rata-rata tekanan darah diastolik 98 mmHg dengan nilai tekanan darah sistolik paling tinggi mencapai angka 238 mmHg dan tekanan darah diastolik paling tinggi mencapai 141 mmHg. Selain itu, dari 30 orang pasien hanya satu orang pasien dengan tekanan darah yang terkontrol. Hal ini sangat mengkhawatirkan karena kemungkinan komplikasi yang bisa terjadi yaitu stroke, gagal ginjal, ensefali dan gagal jantung (Smeltzer & Bare, 2013).

Keterbatasan penelitian ini yaitu jumlah responden yang hanya 30 orang pasien hipertensi, walau sudah memenuhi syarat penelitian kuantitatif, jumlah responden yang lebih besar akan lebih menggambarkan kondisi manajemen diri dan pengontrolan tekanan darah pasien hipertensi di lokasi penelitian.

4. KESIMPULAN

Hasil penelitian menunjukkan mayoritas pasien hipertensi berjenis kelamin perempuan, paling banyak berada pada rentang usia pra lansia yaitu 45-59 tahun dan menderita hipertensi kurang dari 5 tahun. Hal ini menunjukkan adanya pergeseran tren pada usia penderita hipertensi yang dulunya pada usia lansia (tidak produktif) menjadi usia produktif. Hal ini perlu untuk diteliti lebih lanjut terkait faktor penyebab ataupun dampaknya.

Hasil penelitian juga menunjukkan tidak satupun responden yang memiliki manajemen diri yang baik, paling banyak berada pada rentang kurang. Responden yang mengonsumsi obat anti hipertensi juga sangat sedikit. Hasil pengukuran tekanan darah menunjukkan tekanan darah tidak terkontrol pada hampir semua responden. Hasil ini menunjukkan adanya urgensi dalam penanganan masalah hipertensi secara umum dan di daerah penelitian khususnya.

REFERENCES

- Arum, Y. T. G. (2019). Hipertensi pada penduduk usia produktif (15-64 tahun). *HIGEIA (Journal of Public Health Research and Development)*, 3(3), 345–356.
- Belayachi, S., Boukhari, FZ, Essayagh, F., et al. (2024). Uncontrolled blood pressure and its risk factors among hypertensive patients, Marrakech, Morocco. *Scientific Reports* 14(2953).
- Berek, P. A., & Fouk, M. F. W. A. (2020). Kepatuhan Perawatan Diri Pasien Hipertensi: a Systematic Review. *Jurnal Sahabat Keperawatan*, 2(1), 2656-1115.
- Campbell, D. T., & Stanley, J. C. (2015). *Experimental and quasi-experimental designs for research*. Ravenio books.
- Faisal, D. R., Lazwana, T., Ichwansyah, F., & Fitria, E. (2022). Faktor Risiko Hipertensi Pada Usia Produktif Di Indonesia Dan Upaya Penanggulangannya. *Buletin Penelitian Sistem Kesehatan*, 25(1), 32–41.
- Fauziah, Y., & Syahputra, R. (2021). Hubungan Antara Efikasi Diri Dengan Manajemen Perawatan Diri Pada Penderita Hipertensi Di Puskesmas Indrapura Kabupaten Batubara Tahun 2019. *Journal of Midwifery Senior*, 4(2), 25–37.
- Finlayson C.M. (2015). *Wetlands and human health*. Dordrecht: Springer.
- Harahap, D. A., Aprilla, N., & Muliati, O. (2019). Hubungan Pengetahuan Penderita Hipertensi Tentang Hipertensi Dengan Kepatuhan Minum Obat Antihipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Kampa Tahun 2019. *Jurnal Ners*, 3(2), 97–102.
- Hazwan, A., & Pinatih, G. N. I. (2017). Gambaran karakteristik penderita hipertensi dan tingkat kepatuhan minum obat di wilayah kerja puskesmas Kintamani I. *Intisari Sains Medis*, 8(2), 130–134.
- Kemenkes, R. I. (2018). *Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian RI tahun 2018*.
- Kusumawaty, J., Hidayat, N., & Ginanjar, E. (2016). Hubungan Jenis Kelamin dengan Intensitas Hipertensi pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Lakkok Kabupaten Ciamis. *Mutiara Medika*:

- Jurnal Kedokteran dan Kesehatan*, 16(2), 46–51.
- Li, R., Liang, N., Bu, F., Hesketh, T., & others. (2020). The effectiveness of self-management of hypertension in adults using mobile health: systematic review and meta-analysis. *JMIR mHealth and uHealth*, 8(3), e17776.
- Nirwani, H. (2023). Hubungan E Health Literacy dengan Self Management pada Pasien Hipertensi. Universitas Riau. Tulisan tidak dipublikasikan.
- Ridho, M., Frethernety, A., & Widodo, T. (2021). Literatur review hubungan stres dengan kejadian hipertensi. *Jurnal Kedokteran Universitas Palangka Raya*, 9(2), 1366-371.
- Ryandini, F. R., & Kristianti, A. (2021). Gambaran Manajemen Perawatan Diri Pada Penderita Hipertensi di Masa PAndemi Covid19. *Community of Publishing In Nursing (COPING)*, 9, 551–563.
- Siwi, A. S., Irawan, D., & Susanto, A. (2020). Analisis faktor-faktor yang memengaruhi kejadian hipertensi. *Journal of Bionursing*, 2(3), 164–166.
- Smeltzer, & Bare. (2013). *Buku Ajar Keperawatan Medikal -Bedah Brunner dan Suddarth*. In A. dkk Waluyo (Ed.), *Buku ajar keperawatan medikal bedah Brunner & Su (8th ed.)*. EGC.
- Subrata, A. H., & Wulandari, D. (2020). Hubungan Stres dengan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi Usia Produktif. *Jurnal Stethoscope*, 1(1).
- Sulistiawati, S., Sarfika, R., & Afriyanti, E. (2023). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Perawatan Diri Pasien Hipertensi Dewasa: Literatur Review. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 23(2), 2188–2192.
- Zulfitri, R., Indriati, G., Amir, Y., & Nauli, F. A. (2019). Pemberdayaan Keluarga Sadar Hipertensi (Gadarsi) Dalam Peningkatan Gaya Hidup Sehat Penderita Hipertensi. *Jurnal Ners Indonesia*, 9(2), 182.