
EFEKTIFITAS PENDAMPINGAN KELUARGA MELALUI MANAJEMEN HIPERTENSI TERHADAP KESTABILAN TEKANAN DARAH

Murniati Muchtar^{1*}, Tasman²

¹Jurusan Keperawatan, Poltekkes Kemenkes Padang

*Email korespondensi: murniatimuchtar@gmail.com

²Jurusan Keperawatan, Poltekkes Kemenkes Padang

Email: tasman.2205@gmail.com

Submitted :26-09-2021, Reviewed:09-10-2021, Accepted:04-11-2021

DOI:<http://doi.org/10.22216/endurance.v6i3.587>

ABSTRACT

The importance of maintaining blood pressure stability, especially for sufferers. Causing complications that are the main cause of stroke caused by rupture of blood vessels in the brain, brain hemorrhage, and sub arachnoid hemorrhage, heart disease. Therapy that can be used to control blood pressure non-pharmacologically is family-based assistance in hypertension management. Research objectives identify hypertension management education in controlling blood pressure of people with hypertension. This research method uses "Quasi Experimental pre-post test with control group" with the intervention of family assistance model with hypertension management., the sample in this study is people with hypertension in Kurao Pagang. The sampling technique is Total Sampling. The analysis was conducted using the Paired T-Test and the Wilcoxon Test Statistics test. Results There is a difference in Blood Pressure of People with Hypertension before and after the implementation of family assistance with hypertension management model. The results of statistical analysis showed that there was a difference in blood pressure before and after, with an average difference = systol 5.3 and diastol 1 mmHg. Then $p =$ systol 0.000 and diastol 0.068

Keywords: Family Assistance, Hypertension Management

ABSTRAK

Pentingnya mempertahankan kestabilan tekanan darah khususnya bagi penderita. Menimbulkan komplikasi yang menjadi penyebab utama stroke yang diakibatkan oleh pecahnya pembuluh darah pada otak, perdarahan otak, dan perdarahan sub arachnoid, penyakit jantung. Terapi yang dapat digunakan untuk mengontrol tekanan darah secara non farmakologi adalah pendampingan keluarga berbasis pendidikan manajemen hipertensi. Tujuan Penelitian mengidentifikasi pendidikan manajemen hipertensi dalam mengontrol tekanan darah penderita hipertensi. Penelitian ini menggunakan "Quasi Experimental pre-post test with control group" dengan intervensi model pendampingan keluarga dengan manajemen hipertensi., Sampel dalam penelitian ini adalah penderita hipertensi di Kurao Pagang. Teknik pengambilan sampel adalah Total Sampling. Analisa dilakukan menggunakan uji Paired T-Test dan Test Statistics Uji Wilcoxon. Terdapat perbedaan tekanan darah penderita hipertensi sebelum dan sesudah dilakukan Pelaksanaan Pendampingan Keluarga Dengan Model Manajemen Hipertensi. Hasil analisis statistik menunjukkan bahwa ada perbedaan tekanan darah sebelum dan setelah. Berdasarkan Wilcoxon test perbedaan tersebut sebesar 0,046

Kata Kunci : Pendampingan Keluarga, Manajemen Hipertensi

PENDAHULUAN

Prevalensi hipertensi secara global sebesar 22% dari total penduduk dunia, dan kurang dari seperlima penderita yang melakukan upaya pengendalian terhadap tekanan darah yang dimiliki. Prevalensi Hipertensi di Indonesia berdasarkan laporan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas 2018) sebesar 34,1% dan hanya 1/3 kasus hipertensi tersebut terdiagnosis. Dimana hanya 7,2% dari 31,7% penduduk yang mempunyai pemahaman mengenai hipertensi serta terdapat kejadian yang minum obat hipertensi hanya sekitar 0,4% (Kemenkes RI, 2018)

Hipertensi adalah penyebab utama stroke yang diakibatkan oleh pecahnya pembuluh darah pada otak, perdarahan otak, dan perdarahan sub arachnoid, penyakit jantung (seperti jantung koroner, hipertrofi jantung, dan gagal jantung), penyakit ginjal (seperti nephrosclerosis), dan penyakit makrovaskular. (Umumura et al., 2019). Seseorang didiagnosis hipertensi jika hasil pengukuran tekanan darah menunjukkan hasil tekanan sistol (angka yang pertama) 140 mmHg dan/atau tekanan diastol (angka yang kedua) 90 mmHg pada lebih dari 1(satu) kali kunjungan.

Salah satu strategi dalam menurunkan efek hipertensi tersebut adalah terapi non farmakologis, digunakan sebagai pelengkap untuk mendapatkan efek pengobatan farmakologis (obat anti hipertensi). Terapi non farmakologis terbukti dapat mengontrol dan mempertahankan tekanan darah agar tidak semakin meningkat (Hikayati, Flora, R, & Purwanto, 2014) dilaksanakan dengan cara meliputi diet rendah garam, mengurangi konsumsi alkohol, tidak merokok, olahraga atau latihan fisik dan menghindari stress (Ainurrafiq, Risnah, & Ulfa Azhar, 2019) dan kontrol berat badan dengan menggunakan pendekatan

multidisiplin yang mencakup pendidikan diet, dan intervensi perilaku

Peningkatan risiko pengembangan hipertensi perlu diet yang menekankan, produk susu rendah lemak, makanan kaya serat seperti buah-buahan dan sayuran. (Nerenberg et al., 2018). Terapi buah semangka secara teratur selama 5 hari diketahui dapat menurunkan tekanan darah sistolik dan diastolik 4 mmHg. Buah Semangka sangat bermanfaat bagi pengidap hipertensi. Kandungan air dan kaliumnya yang tinggi dapat menetralkan tekanan darah, dan menyehatkan jantung. (Sulung & Poluan, 2018) selain semangka, pemberian campuran tomat dan mentimun, pemberian pepaya mengkal dalam, pemberian rebusan daun salam efektif bagi pasien hipertensi. (Ainurrafiq et al., 2019)

Efektifitas pendampingan Terapi non Farmakologis di atas khususnya pada lansia perlu dukungan dari keluarga. (Muharni & Christya Wardhani, 2020). Penting bagi keluarga dari pasien hipertensi untuk mendapatkan pendampingan Manajemen hipertensi. Agar dapat disesuaikan dengan level tekanan darah dan Faktor resiko. (Umumura et al., 2019)

Pendampingan adalah suatu proses Pend yang seperti apa? dimana terdapat suatu hubungan antara pendamping dan yang didampingi, dimana mereka akan bersamasama berdasarkan suatu rencana yang telah disusun mencapai tujuan-tujuan tertentu (Stevens, 2005). Untuk dapat mendampingi pasien dengan baik, maka sebagai perawat diharuskan memiliki keterampilan sosial yang baik. Karena harus dapat bereaksi dengan cara yang tepat terhadap kebutuhan perawatan pada saat pendampingan dalam memecahkan berbagai masalah kesehatan Manajemen hipertensi adalah salah satu hal yang dapat dilakukan sebagai upaya

mencegah terjadinya komplikasi pada penyakit lain (Kang 2016)

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efek pelaksanaan pendampingan keluarga dengan manajemen hipertensi terhadap kesetabilan tekanan darah penderita hipertensi di Kelurahan Kurao Pagang.

METODE PENELITIAN

Desain penelitian “*quasi experimental pre-post test with control group*” dengan intervensi model pendampingan keluarga dengan manajemen hipertensi. Penelitian ini membandingkan dua kelompok penderita hipertensi yaitu kelompok intervensi (kelompok yang diberikan pendampingan keluarga dengan model manajemen hipertensi.) dan kelompok kontrol (kelompok yang tidak diberikan model pendampingan keluarga dengan manajemen hipertensi). Pendidikan kesehatan tentang perkembangan lansia). intervensi.

Populasi adalah Lansia yang mengalami hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Nanggalo Kelurahan Kurao Pagang dengan jumlah sampel 30 responden, kriteria sampel adalah semua lansia hipertensi dengan grade 1 – 2

Kriteria inklusi :

1. Pralansia/Lansia penderita hipertensi
2. Bersedia jadi sampel
3. Kooperatif
4. Berada dilokasi penelitian selama dilakukan penelitian
5. Penderita hipertensi Tidak dengan komplikasi

Kelompok sampel dibagi dalam 2 tingkatan, kelompok kontrol dan kelompok perlakuan. Instrumen dalam pendampingan yang dilakukan selama 2 kali seminggu selama satu minggu adalah sebagai berikut:

Kelompok perlakuan diberikan modul pendampingan sementara kelompok kontrol tanpa ada perlakuan .

Sampel dipilih dengan teknik Purposive sampling. Alat ukur yang digunakan adalah sphygmomanometer digital stetoscope. Data dianalisis dengan uji Paired T-Test dan Test Statistics Uji Wilcoxon

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian terhadap 30 sampel dengan profil di bawah ini:

Tabel 1. Profil Responden Penelitian

No	Keterangan	KLMPK Total		KLMPK Perlakuan		KLMPK Kontrol	
		F	%	F	%	F	%
Distribusi Frekuensi Berdasarkan Gender							
1	Pria	8	27	4	27	4	27
2	Wanita	22	73	11	73	11	73
	Total	30	100	15	100	15	100
Distribusi Frekuensi Berdasarkan Usia							
1	(45 - 59)	6	20	2	13	4	27
2	(60 - 74)	21	70	12	80	9	60
3	(75 - 90)	3	10	1	7	2	13
	Total	30	100	15	100	15	100
Distribusi Frekuensi Pekerjaan							
1	Buruh	8	27	4	27	4	27
2	Tani	5	17	3	20	2	13
3	Dagang	8	27	3	20	5	33
4	RT	8	27	5	33	3	20
5	PNS	1	3			1	7
	Total	30	100	15	100	15	100

Tekanan darah pada penderita hipertensi yang terdiri dari dua objek. (1) Objek Kontrol n = 15 yang merupakan penderita hipertensi tanpa di berikan Pendampingan (2) Objek perlakuan n = 15 penderita hipertensi yang diberikan Pendampingan Keluarga Dengan Model Manajemen Hipertensi. Sebaran Distribusi Frekuensi tersebut dapat dilihat pada Tabel 2 dibawah ini:

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Tekanan Darah Pre dan Post Perlakuan

Distribusi Frekuensi Tekanan Darah						
No	Keterangan	Stadium I		Stadium II		Total
		F	%	F	%	
1	Awal Perlakuan	11	73.3	4	26.7	15
2	Akhir Perlakuan	15	100	0	0	15

Berdasarkan Tabel 2 dapat dilihat setelah diberikan Pendampingan keluarga kepada 15 orang penderita hipertensi Dengan Model Manajemen Hipertensi, seluruh Participant memiliki tekanan darah pada kategori Stadium I Yakni Sistol 140-159, Diastol 90-99. Dibandingkan sebelum perlakuan masih ada 4 participant yang memiliki tekanan darah di Kategori Stadium II.

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Tekanan Darah Pre dan Post Kontrol

Distribusi Frekuensi Tekanan Darah						
No	Keterangan	Stadium I		Stadium II		Total
		F	%	F	%	
1	Awal Perlakuan	9	60	6	40	15
2	Akhir Perlakuan	10	66,7	5	33,3	15

Berdasarkan Tabel 3 dapat dilihat distribusi frekuensi tekanan darah pre dan post pada kelas Kontrol, dengan kondisi tidak ada pendampingan keluarga kepada 15 orang penderita hipertensi.

Sebagai pengabdian peneliti, diberikan sosialisasi terkait pendidikan perkembangan usia lansia, seluruh Participant memiliki tekanan darah pada kategori Stadium I Yakni Sistol 140-159, Diastol 90-99. sebelum diberikan sosialisasi terkait pendidikan perkembangan usia lansia ada 9 participant yang memiliki tekanan darah di Kategori Stadium I, 6 partisipan pada kategori stadium II. saat pengambilan data post, hasil test tidak menunjukkan perbedaan yang berarti dimana: hanya terjadi

pemindahan hasil dari kategori II ke Kategori I sebanyak 1 Partisipant. Tekanan darah dikatakan stabil bila selama 6 hari tidak mengalami perubahan hasil tekanan darah dan dikatakan tidak stabil bila selama 6 hari mengalami perubahan tekanan darah sebesar ≥ 10 mmHg

Perbedaan Tekanan Darah Penderita Hipertensi

Kelas perlakuan dengan pelaksanaan pendampingan keluarga model manajemen hipertensi

Perbedaan takanan darah penderita hipertensi pada kelompok perlakuan di Kelurahan Kurao Pagang Tahun 2020. Hipertensi menyerang orang dewasa yang hampir setengahnya memiliki kontrol yang tidak memadai. (Campos-Nonato, Hernández-Barrera, Pedroza-Tobías, Medina, & Barquera, 2018)

Berdasarkan Test Statistics Uji Wilcoxon dengan SPSS V.23 dibawah ini, maka di tarik kesimpulan H1. Diterima. Hal ini didasarkan pada:

Asymp. Sig (2 Tailed) 0.046 < 0.05 H1 Diterima

Tabel 4. Uji Wilcoxon H.1 Penelitian

	KattdAkhr_Plkn - KatTD_Awlpnlkn
Z	-2,000(a)
Asymp. Sig. (2-tailed)	,046

a Based on positive ranks.

b Wilcoxon Signed Ranks Test

Diketahuinya efek Pelaksanaan Pendampingan Keluarga Dengan Model Manajemen Hipertensi Kesetabilan Tekanan Darah Penderita Hipertensi.

Perbedaan Tekanan darah Awal dengan akhir setelah penampungan keluarga dengan model manajemen hipertensi tersebut, menyumbangkan penurunan tingkat stadium tekanan darah dari Stadium.

Kelas Kontrol tanpa perlakuan pelaksanaan pendampingan keluarga model manajemen hipertensi

Berdasarkan tabel 5 diatas ditarik kesimpulan pada kelas Kontrol, dimana tidak ada perlakuan yang diberikan kepada n= 15 tersebut dengan systole diastole merujuk ke tabel 3. Namun sebagai pengabdian peneliti, diberikan sosialisasi terkait pendidikan perkembangan usia lansia. Setelah dilakukan pre dan post test. Tidak Terdapat Perbedaan Tekanan Darah Penderita Hipertensi sebelum dan sesudah dilakukan Pendidikan kesehatan tentang perkembangan usia lansia pada kelompok kontrol Di Kelurahan Kurao Pagang Tahun 2020. Berdasarkan Test Statistics Uji Wilcoxon dengan SPSS V.23 dibawah ini, *Asymp.Sig (2 Tailed) 1.000 > 0.05 H2 Ditolak*

Tabel 5. Uji Wilcoxon H.2 Penelitian

KattdAkhr_Plkn - KatTD_Awlprikn	
Z	0,000(a)
Asymp. Sig. (2-tailed)	1,000

a Based on positive ranks.

b Wilcoxon Signed Ranks Test

SIMPULAN

Pendampingan Keluarga dengan Model Manajemen Hipertensi dapat membantu kestabilan tekanan darah penderita hipertensi

UCAPAN TERIMAKASIH

Penelitian ini dibiayai oleh DIPA Poltekkes Kemenkes Padang melalui

RISBINAKES Tahun 2020. Ucapan Terima kasih kepada Bapak Direktur Poltekkes Kemenkes Padang, Ibu Kepala Dinas Kesehatan Kota Padang dan Bapak Lurah Kurao Pagang.

DAFTAR PUSTAKA

- Ainurrafiq, A., Risnah, R., & Ulfa Azhar, M. (2019). Terapi Non Farmakologi dalam Pengendalian Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi: Systematic Review. *MPPKI (Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia): The Indonesian Journal of Health Promotion*, 2(3), 192–199. <https://doi.org/10.31934/mppki.v2i3.806>
- Campos-Nonato, I., Hernández-Barrera, L., Pedroza-Tobías, A., Medina, C., & Barquera, S. (2018). Hypertension in Mexican adults: Prevalence, diagnosis and type of treatment. *Ensanut MC* 2016. *Salud Publica de Mexico*, 60(3), 233–243. <https://doi.org/10.21149/8813>
- Hikayati, Flora, R., & Purwanto, S. (2014). Penatalaksanaan non farmakologis terapi komplementer sebagai upaya untuk mengatasi dan mencegah komplikasi pada penderita hipertensi primer di kelurahan Indralaya Mulya kabupaten Ogan Ilir. *Jurnal Pengabdian Sriwijaya*, 2, 124–131.
- Muharni, S., & Christya Wardhani, U. (2020). Penurunan Tekanan Darah pada Lansia Hipertensi dengan Senam Ergonomik. *Jurnal Endurance*, 5(1), 71. <https://doi.org/10.22216/jen.v5i1.4550>
- Nerenberg, K. A., Zarnke, K. B., Leung, A. A., Dasgupta, K., Butalia, S., McBrien, K., ... Daskalopoulou, S. S. (2018). Hypertension Canada's 2018 Guidelines for Diagnosis, Risk

- Assessment, Prevention, and Treatment of Hypertension in Adults and Children. *Canadian Journal of Cardiology*, 34(5), 506–525. <https://doi.org/10.1016/j.cjca.2018.02.022>
- Sulung, N., & Poluan, D. P. (2018). Watermelon Fruit (*Citrullus Vulgaris*) Against Blood Pressure for Elderly With Hypertension. *Indonesian Nursing Journal of Education and Clinic (Injec)*, 2(2), 268. <https://doi.org/10.24990/injec.v2i2.42>
- Umemura, S., Arima, H., Arima, S., Asayama, K., Dohi, Y., Hirooka, Y., ... Hirawa, N. (2019). The Japanese Society of Hypertension Guidelines for the Management of Hypertension (JSH 2019). *Hypertension Research*, 42(9), 1235–1481. <https://doi.org/10.1038/s41440-019-0284-9>