

**HUBUNGAN PERAN KELUARGA DALAM MENGONTROL GAYA HIDUP
DENGAN DERAJAT HIPERTENSI DI PUSKESMAS TAGULANDANG
KABUPATEN SITARO**

**Beatrix Matheos
Hendro Bidjuni
Julia Rottie**

Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran
Universitas Sam Ratulangi
Email : valenmatheos@yahoo.co.id

***Abstract** : Hypertension is one of the non-communicable diseases that become problems in the field of health and is often found in primary care that is puskesmas. Hypertension is also called silent killer because it can cause death 20-50%. One of the factors that cause hypertension is lifestyle, therefore the role of family is very important in controlling hypertension. **The purpose of this research** is to know the relation of family role in controlling lifestyle with hypertension degree at Tagulandang district health center. **Samples** were 89 respondents using total sampling technique. **Design The research** in this research is using observational analytic research, using Cross Sectional approach and data collected from respondents by using questionnaire sheet. **The result of the research** shows the relationship of family role in controlling lifestyle with hypertension degree in Puskesmas Tagulandang with p value = 0,038..*

***Keywords:** Family role, Lifestyle, Degree of hypertension.*

Abstrak : Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular yang menjadi masalah dibidang kesehatan dan sering ditemukan pada pelayanan primer yaitu puskesmas. Hipertensi disebut juga *silent killer* karena dapat menyebabkan kematian 20-50%. Salah satu faktor yang menyebabkan hipertensi yaitu gaya hidup, oleh karenanya peran keluarga sangatlah penting dalam mengontrol hipertensi. **Tujuan** dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan peran keluarga dalam mengontrol gaya hidup dengan derajat hipertensi di puskesmas Tagulandang kabupaten SITARO. **Sampel** sebanyak 89 responden dengan menggunakan teknik total sampling. **Desain Penelitian** dalam penelitian ini yaitu menggunakan penelitian deskriptif analitik, dengan menggunakan pendekatan *Cross Sectional* dan data dikumpulkan dari responden dengan menggunakan lembar kuesioner. **Hasil penelitian** menunjukkan adanya hubungan peran keluarga dalam mengontrol gaya hidup dengan derajat hipertensi di Puskesmas Tagulandang dengan nilai $p= 0,038$.

Kata Kunci: Peran keluarga, Gaya hidup, Derajat hipertensi.

PENDAHULUAN

Hipertensi atau tekanan darah tinggi adalah suatu peningkatan abnormal tekanan darah dalam pembuluh darah arteri secara terus-menerus lebih dari suatu periode. Hipertensi juga didefinisikan sebagai tekanan sistolik lebih dari 140 mmHg dan atau tekanan diastolik lebih dari 90 mmHg. Data *Global Status Report on Noncommunicable Diseases 2010* dari WHO menyebutkan, 40% Negara ekonomi berkembang memiliki penderita hipertensi, sedangkan negara maju hanya 35 %.

Data 2013 Penyakit tekanan darah tinggi atau hipertensi telah membunuh 9,4 juta warga dunia setiap tahunnya dari jumlah penduduk dunia 7,2 miliar. Pada 2025 mendatang, diproyeksikan sekitar 29 persen warga dunia terkena hipertensi. di Indonesia penderita hipertensi sebesar 26,5% dan cakupan diagnosis hipertensi oleh tenaga kesehatan mencapai 36,8%, atau dengan kata lain sebagian besar hipertensi dalam masyarakat belum terdiagnosis (63,2%), dari jumlah 60% yang belum terdiagnosis penderita hipertensi berakhir dengan komplikasi, salah satunya *stroke*.

Penyebab hipertensi yaitu Gaya hidup, oleh karena di perlukan peran keluarga agar gaya hidup pada penderita hipertensi dapat terkontrol. Peran keluarga terdiri dari peran keluarga formal yaitu sejumlah perilaku yang kurang lebih bersifat homogen. Keluarga membagi peran secara meata kepada para anggotanya dan peran keluarga informal yaitu bersifat implisit, biasanya tidak tampak, dimainkan hanya untuk memnuhi kebutuhan emosional individu dan atau untuk menjaga keseimbangan dalam keluarga (Zaidin, 2012).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Yehendri, 2015 dalam judul hubungan gaya hidup dengan kejadian hipertensi di poli klinik penyakit dalam Rumah Sakit Achmat Mochtar Bukittinggi menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara gaya hidup dengan kejadian hipertensi. Berdasarkan studi pendahuluan yang

dilakukan di Puskesmas Taulandan tgl 07 Oktober 2017, diperoleh data awal responden yang terdiagnosis hipertensi 2 bulan terakhir berjumlah 89 orang. Hasil wawancara yang dilakukan dengan penderita hipertensi bahwa mereka jarang berolahraga, banyak mengkonsumsi garam dapur yang berlebih, merokok, dan mayoritas penduduk di Tagulandang tinggal di pesisir pantai (Data sekunder, 2017).

Berdasarkan uraian diatas, maka saya tertarik untuk melakukan penelitian tentang hubungan peran keluarga dalam mengontrol gaya hidup dengan derajat hipertensi di Puskesmas Tagulandang kabupaten SITARO.

METODE PENELITIAN

Desain penelitian ini menggunakan penelitian Deskriptif Analitik, dengan menggunakan pendekatan *Cross Sectional*. Polulasi dalam penelitian ini yaitu penderita hipertensi yang terdiagnosis hipertensi berjumlah 89 orang. Pada penelitan ini pengambilan sampel menggunakan total sampling karena menurut Sugiyono, 2007 bahwa populasi dibawah 100 bisa dijadikan sampel keseluruhan populasi tersebut.

Data analisis melalui analisa univariat dan bivariat dengan menggunakan uji Chi Square dengan tingkat kemaknaan 95% ($\alpha < 0,05$). Uji statistik tersebut menggunakan program computer. Jika hasil statistik menunjukkan $p < 0,05$ itu artinya terdapat hubungan yang bermakna antara peran keluarga dalam mengontrol gaya hidup dengan derajat hipertensi di Puskesmas Tagulandang.

HASIL dan PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Tabel 1 distribusi responden menurut jenis kelamin

Jenis kelamin	n	%
Laki-laki	38	42,7
Perempuan	51	57,3
Total	89	100

Sumber : data primer (diolah tahun 2017).

Hasil analisis pada tabel 1 menunjukkan sebagian besar reponden berjenis kelamin perempuan dengan jumlah 51 responden (57,3%) dan sisanya berjenis kelamin laki-laki berjumlah 38 responden (42,7%).

Tabel 2. Distribusi Responden berdasarkan Umur

Umur	n	%
45-55	44	49,4
56-65	26	29,2
>65	19	21,4
Total	89	100,0

Sumber : data primer (diolah tahun 2017).

Hasil analisa pada tabel 2 menunjukkan bahwa sebagian besar responden yang menderita hipertensi diusia 45-55 tahun berjumlah 44 (49,4%), usia 56-65 tahun berjumlah 26 (29,2%) dan usia > 65 tahun berjumlah 19 (21,4%).

Tabel 3. Distribusi Responden Berdasarkan Tingkat Pendidikan

Pendidikan	n	%
SD	43	48,3
SMP	23	25,9
SMA	21	23,6
S1	2	2,2
Total	89	100

Sumber : data primer (diolah tahun 2017).

Berdasarkan tabel 3 menunjukkan bahwa sebagian besar responden berpendidikan SD sebanyak 43 responden (48,3%), yang

berpendidikan SMP sebanyak 23 responden (25,9%), yang berpendidikan SMA sebanyak 21 responden (23,6%), sedangkan yang berpendidikan S1 sebanyak 2 responden (2,2%).

Tabel 4. Distribusi responden berdasarkan peran keluarga

Peran Keluarga	n	%
Baik	83	93,3
Kurang Baik	6	6,7
Total	89	100

Sumber : data primer (diolah tahun 2017).

Tabel 5. Distribusi responden berdasarkan derajat hipertensi

Derajat Hipertensi	n	%
Stadium I	53	69,6
Stadium II	36	40,4
Total	89	100

Sumber : data primer (diolah tahun 2017).

Tabel 6. Derajat responden berdasarkan derajat hipertensi

Peran Keluarga	Derajat Hipertensi						P
	Stadium I		Stadium II		Total		
	n	%	n	%	n	%	
Baik	52	62,7	31	37,3	83	100	0,038
Kurang Baik	1	16,7	5	83,3	6	100	
Total	53	59,6	36	40,4	89	100	

Sumber : data primer (diolah tahun 2017).

Tabel diatas menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki skor peran keluarga yang baik sebanyak 83 responden (93,3%), sisanya kurang baik sebanyak 6 responden (6,7%) dan juga didapati bahwa sebagian besar klasifikasi tekanan darah responden berada pada Stadium 1 yaitu sebanyak 53 responden (59,6%) dan sisanya Stadium II yaitu sebanyak 36 responden (40.4%). Hasil analisa

menggunakan uji *chi-square Fisher's Exact Test* nilai p value 0,038 yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan peran keluarga dalam menontrol gaya hidup dengan derajat hipertensi di Puskesmas Tagulandang kabupaten SITARO.

Pembahasan

Hasil penelitian yang dilakukan di Puskesmas Tagulandang kabupaten SITARO didapatkan bahwa sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan dengan jumlah 51 responden (57,3%) dan sisanya berjenis kelamin laki-laki 38 responden (42,7%). Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Kurniasi I, Setiawan M (2013) dengan judul Analisis Faktor Risiko Kejadian Hipertensi di Puskesmas Srandol Semarang juga menemukan hipertensi mayoritas berjenis kelamin perempuan (63,3%). Karena wanita akan mengalami peningkatan resiko hipertensi setelah masa menopause (Suiraoaka, 2012).

Hasil penelitian yang dilakukan di Puskesmas Tagulandang kabupaten SITARO didapatkan bahwa usia responden berada pada usia 45-55 tahun dengan jumlah 44 (49,5%). Diikuti dengan rentang usia 56-65 tahun dengan jumlah 26 (29,2%), sisanya usia 65 tahun keatas dengan jumlah 19 (21,3%). Dengan semakin bertambahnya usia, kemungkinan seseorang menderita hipertensi juga semakin besar. Penyakit hipertensi pada umumnya pada pria terjadi pada usia 31 tahun dan pada wanita usia 45-55 tahun setelah memasuki menopause (Suiraoaka, 2012).

Hasil penelitian yang dilakukan di Puskesmas Tagulandang kabupaten SITARO didapatkan bahwa sebagian besar responden berpendidikan SD dengan jumlah 43 (48,3%), diikuti SMP dengan jumlah 23 (25,8%), diikuti SMA dengan jumlah responden 21 (23,6%) dan S1 dengan jumlah 2 (2,2%). Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Tri N (2014) dengan judul Hubungan Karakteristik (umur, jenis kelamin, tingkat

pendidikan) dan aktifitas fisik dengan tekanan darah pada lansia dikelurahan makamhaji kecamatan kartasura kabupaten sukoharjo menemukan bahwa kategori pendidikan responden terbanyak ialah SD yaitu sebanyak 19 responden dari 23 sampel (54,3%).

Tingkat pendidikan secara tidak langsung juga mempengaruhi tekanan darah. Tingkat pendidikan berpengaruh terhadap gaya hidup yaitu kebiasaan merokok, kebiasaan minum alkohol, dan kebiasaan melakukan aktivitas fisik seperti olahraga.

Hasil penelitian yang dilakukan di Puskesmas Tagulandang kabupaten SITARO didapati bahwa sebagian besar responden memiliki skor peran keluarga yang baik sebanyak 83 responden (93,3%), sisanya kurang baik sebanyak 6 responden (6,7%) dan juga didapati bahwa sebagian besar klasifikasi tekanan darah responden berada pada Stadium 1 yaitu sebanyak 53 responden (59,6%) dan sisanya Stadium II yaitu sebanyak 36 responden (40,4%). Hal ini berarti sebagian besar keluarga memberikan peran keluarga yang baik dalam merawat pasien hipertensi yaitu dalam mengontrol gaya hidup, keluarga memberikan peran sebagai provider atau penyedia, peran perawatan keluarga dimana keluarga merawat anggota keluarga yang sakit dan keluarga memberikan informasi tentang penyakit hipertensi.

Keluarga merupakan suatu sistem, sebagai system keluarga mempunyai anggota yaitu ayah, ibu, kakak, atau semua individu yang tinggal di dalam rumah. Masalah kesehatan yang dialami oleh salah satu anggota keluarga dapat mempengaruhi anggota keluarga yang lain dan seluruh system. Keluarga merupakan system pendukung yang vital bagi individu-individu (Sudiharto, 2012).

Keluarga berfungsi untuk mempertahankan keadaan kesehatan anggota keluarganya agar tetap memiliki produktifitas tinggi. Selain itu tugas keluarga dalam bidang kesehatan adalah kemampuan mengenal masalah kesehatan, kemampuan

mengambil keputusan untuk mengatasi masalah kesehatan, kemampuan merawat anggota keluarga yang sakit.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan peneliti di Puskesmas Tagulandang kabupaten SITARO diperoleh data dan dilakukan uji statistik. Dari hasil uji statistik yang telah dilakukan diperoleh nilai $p\text{-value} < 0,05$. Dari hasil penelitian ini dapat dilihat bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara responden yang memiliki peran keluarga yang baik dan responden yang memiliki peran keluarga kurang baik dimana responden yang memiliki peran keluarga yang baik cenderung memiliki derajat hipertensi Stadium 1. Sebaliknya responden yang memiliki peran keluarga yang kurang baik cenderung memiliki derajat hipertensi Stadium II.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian dilakukan Agnes S (2015) dengan judul Hubungan peran keluarga dengan kepatuhan berobat pasien hipertensi di desa batu kecamatan likupang kabupaten minahasa dengan nilai $p=0,000$ ($p < 0,05$).

Friedman (2010) mengemukakan bahwa keluarga adalah sumber utama konsep sehat sakit dan perilaku sehat. Penelitian dibidang kesehatan keluarga secara jelas menunjukkan bahwa keluarga berpengaruh besar terhadap kesehatan fisik anggota keluarga sebaliknya disfungsi keluarga dapat menyebabkan tidak efektif menjalani terapi, pola makan yang pada akhirnya terjadi gangguan pada anggota keluarga.

Tugas keluarga dalam bidang kesehatan adalah kemampuan mengenal masalah kesehatan, kemampuan merawat anggota keluarga yang sakit, kemampuan memodifikasi lingkungan untuk keluarga agar tetap sehat dan optimal, serta kemampuan memanfaatkan sarana kesehatan yang tersedia dilingkungannya. Apabila keluarga dapat melaksanakan tugas keluarga dalam bidang kesehatan dengan baik maka pasien hipertensi dapat mengontrol tekanan darah dalam batas normal.

SIMPULAN

Sebagian besar memiliki peran keluarga yang baik dalam mengontrol gaya hidup, Responden kebanyakan berada pada hipertensi Stadium 1, Terdapat hubungan yang signifikan antara peran keluarga dalam mengontrol gaya hidup dengan derajat hipertensi di Puskesmas Tagulandang kabupaten SITARO.

DAFTAR PUSTAKA

- Agnes, S (2015). *Hubungan Peran Keluarga Dengan Kepatuhan Berobat Pasien Hipertensi di Desa Batu Kecamatan Likupang Selatan Kabupaten Minahasa Utara*. Volume 3 Nomor 3
- Data Sekunder, (2017). *Data dan Informasi Profil Puskesmas Tagulandang: Pengambilan Data Awal*. Tagulandang
- Friedman, M (2010). *Buku Ajar Keperawatan Keluarga*. Jakarta : EGC
- Harmoko (2012). *Asuhan Keperawatan Keluarga*. Yogyakarta : pustaka belajar
- IP. Suiroaka, (2012). *Mengenal, Mencegah dan Mengurangi Faktor Resiko 9 Penyakit*. Yogyakarta : haikhi
- Riset Kesehatan Dasar, (2007,2010,2013). Jakarta : *Departemen Kesehatan Republik Indonesia*.
- Udjianti, Wajan Juni. (2011). *Keperawatan Kardiovaskuler*. Jakarta: Salemba Medika
- South, M. (2014). *Hubungan Gaya Hidup Dengan Kejadian Hipertensi Di Puskesmas Kolongan kecamatan Klawat Kabupaten Minahasa Utara*. *Jurnal unstrat Sam Ratulangi*. (Diakses 29 oktober 2016).
- Putra, Y (2015). *Hubungan Gaya Hidup Dengan Kejadian Hipertensi di Poli Klinik Penyakit Dalam Rumah Sakit Achmad Mohhtar Bukit Tinggi*. *Jurnal*

*Kesehatan Stikes Prima Nusantara
Bukit Tinggi, Vol 6 No 1 Januari 2015.*

Puspitorini, Myra. (2009). *Hipertensi Cara Mudah Mengatasi Tekanan Darah Tinggi. (Cetakan 3)*. Yogyakarta: Image press

Wijaya & putri, (2013). *Keperawatan Medikal Bedah: Keperawatan Dewasa Teori Dan contoh Askep*. Yogyakarta: Nuha Medika

World Health Organisation (2011). *Global Status Report On Noncommunicable Deaseas 201*