

HUBUNGAN PENGETAHUAN PRA LANSIA DAN LANSIA TENTANG HIPERTENSI DENGAN KEPATUHAN MINUM OBAT, POLA DIIT, DAN MANAJEMEN STRESS

Widanarti Setyaningsih¹, Cintya Dewi Permatasari², Harizza Pertiwi³

Program Studi Keperawatan, Universitas Binawan

Korespondensi : widanarti@binawan.ac.id

Abstrak

Hipertensi adalah kondisi dimana terjadi peningkatan tekanan darah sistolik lebih dari 140 mmHg dan diastolik lebih dari 90 mmHg. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui Hubungan Pengetahuan Pra Lansia Dan Lansia Tentang Hipertensi Dengan Kepatuhan Minum Obat, Pola Diet, Dan Manajemen Stress Di Puskesmas Kramat Jati. Metode penelitian bersifat *analitik korelasi* yaitu penelitian menghubungkan dua variabel atau lebih, bersifat kuantitatif yang dianalisis menggunakan statistik korelasi. Sampel menggunakan *purposive sampling* berjumlah 86 responden dan analisa data menggunakan Uji *Chi Square*. Hasil menunjukkan mayoritas responden memiliki tingkat pendidikan SLTA dengan usia antara 56-65 tahun, sekitar separuh responden memiliki pengetahuan baik dan patuh minum obat, kemampuan manajemen stress dan pola diet baik. Hasil uji *Chi Square* pola minum obat *p-value* = 0,006, manajemen stress *p-value* = 0,002, dan pola diet *p-value* = 0,026. Kesimpulan pengetahuan tentang hipertensi yang baik berhubungan dengan perilaku perawatan hipertensi yang baik, sehingga diharapkan komplikasi dapat dicegah.

Kata kunci : Pengetahuan, Pra Lansia, Lansia, Kepatuhan Minum Obat, Manajemen Stress, Pola Diet

THE RELATIONSHIP BETWEEN PRE-ELDERLY AND ELDERLY KNOWLEDGE ABOUT HYPERTENSION WITH COMPLIANCE WITH MEDICATION, DIET PATTERNS, AND STRESS MANAGEMENT

Widanarti Setyaningsih¹, Cintya Dewi Permatasari², Harizza Pertiwi³

Program Studi Keperawatan, Universitas Binawan

Korespondensi : widanarti@binawan.ac.id

Abstract

Hypertension is defined as a disease that occurs due to an increase in systolic blood pressure of more than 140 mmHg and diastolic more than 90 mmHg. The purpose of this study was to determine the relationship between pre-elderly and elderly knowledge about hypertension with adherence to medication, diet patterns, and stress management at the Kramat Jati Public Health Center. The research method is correlation analytic, that is, the research connects two or more variables, quantitative in nature which is analyzed using correlation statistics. The sample using purposive sampling amounted to 86 respondents and data analysis using Chi Square Test. The results show that the majority of respondents have a high school education level with ages between 56-65 years, about half of the respondents have

good knowledge and are obedient to taking medication. , ability to manage stress and good diet. The results of the Chi Square test resulted in the pattern of taking medication, p-value = 0.006, stress management p-value = 0.002, and diet pattern p-value = 0.026. Conclusion It is hoped that hypertension that occurs in the pre-elderly and the elderly can be prevented from the occurrence of more dangerous complications.

Keywords : *Knowledge, Pre-Elderly, Elderly, Adherence to Medication, Stress Management, Diet Pattern*

PENDAHULUAN

Meningkatnya penduduk lanjut usia dibutuhkan perhatian dari semua pihak dalam mengantisipasi berbagai permasalahan yang ada. Penuaan penduduk membawa berbagai implikasi baik dari aspek sosial, ekonomi, hukum, politik dan terutama kesehatan (Komisi Nasional, 2010). Jumlah penduduk lansia Tahun 2010 sebesar 18,1 juta jiwa (7,6% dari total penduduk) meningkat menjadi 20,24 juta jiwa (8,03% dari total penduduk). Jumlah penduduk lansia diperkirakan akan meningkat menjadi 36 juta pada Tahun 2025 dan 41 juta pada Tahun 2035. Meningkatnya populasi lansia ini tidak dapat dipisahkan dari masalah kesehatan yang terjadi pada lansia, menurunnya fungsi organ memicu terjadinya berbagai penyakit *degenerative* (Azizah., 2011).

Penyakit degeneratif pada lansia ini jika tidak ditangani dengan baik maka akan menambah beban finansial negara yang tidak sedikit dan akan menurunkan kualitas hidup lansia karena meningkatkan angka morbiditas bahkan dapat menyebabkan kematian seperti gangguan sendi, hipertensi, katarak, stroke, gangguan mental emosional, penyakit jantung dan diabetes melitus (Departemen Kesehatan Republik Indonesia, 2014). Hipertensi seringkali disebut sebagai pembunuh gelap (*silent killer*), karena termasuk penyakit yang mematikan, tanpa disertai dengan gejala-gejalanya lebih dahulu sebagai peringatan bagi korbannya. Hipertensi menjadi faktor risiko utama untuk terjadinya penyakit jantung dan pembuluh darah yang menyebabkan kematian nomor tiga terbanyak di dunia. Data (WHO, 2015) menunjukkan bahwa prevalensi hipertensi di dunia mencapai sekitar 1,13 miliar individu, artinya 1 dari 3 orang di dunia terdiagnosis

hipertensi. Jumlah penderita hipertensi diperkirakan akan terus meningkat mencapai 1,5 miliar individu pada tahun 2025, dengan kematian mencapai 9,4 juta individu.

Hasil pengukuran pada penduduk berumur >18 tahun di Indonesia terdapat sebesar 34,1% yang menyandang hipertensi, sedangkan pada tahun 2013 sebesar 25,8% maka dapat di nilai bahwa ada peningkatan angka prevalensi sebesar 8,3% dalam rentang waktu 5 tahun. Angka kejadian hipertensi di Jakarta sebesar 25,8% pada tahun 2013 dan sebesar 33,8% pada tahun 2018 yang dimana terdapat peningkatan selama 5 tahun terakhir sebanyak 8% (Riset Kesehatan Dasar, 2018).

Kepatuhan pengobatan pasien hipertensi merupakan hal penting karena hipertensi merupakan penyakit yang tidak dapat disembuhkan tetapi harus selalu dikontrol atau dikendalikan agar tidak terjadi komplikasi yang dapat berujung pada kematian. Terdapat data riwayat minum obat dan tidak minum obat pada penduduk yang menderita hipertensi berdasarkan diagnosis data yaitu dari 8,8% penderita hipertensi, sebesar 54,4% rutin untuk meminum obat, 32,3% tidak rutin meminum obat dan 13,3% tidak minum obat sama sekali kesehatan (Riset Kesehatan Dasar, 2018).

Pengetahuan mengenai penyakit hipertensi serta kemungkinan komplikasi yang bisa terjadi sangatlah penting bagi penderita hipertensi sebagai landasan dan motivasi untuk melakukan upaya pencegahan. Jika pengetahuan tidak ada maka pasien hipertensi akan tidak patuh dalam proses penyembuhan, sehingga penyakit hipertensi tidak terkendali dan terjadi komplikasi (Soekidjo Notoatmodjo, 2012).

Hipertensi adalah kondisi yang

kompleks dimana tekanan darah secara menetap berada di atas normal yaitu dengan hasil pengukuran tekanan darah sistolik ≥ 140 mmHg atau tekanan darah diastolik ≥ 90 mmHg pada dua kali pengukuran dengan selang waktu lima menit dalam keadaan cukup istirahat/tenang (Kementrian Kesehatan, 2014).

Usaha pencegahan juga bermanfaat bagi penderita hipertensi agar penyakit tidak menjadi lebih parah, tentunya harus disertai pemakaian obat-obatan yang ditentukan oleh dokter. Sebagaimana diketahui bahwa penyebab dari munculnya penyakit ini akibat gaya hidup dan pola makan yang kurang tepat dan kurang berolahraga serta tekanan hidup yang memicu munculnya stress dan depresi (Ridwan, 2011).

Sesuai data yang didapatkan di Puskesmas Kramat Jati pada Bulan November 2019 sebanyak 331 orang, Desember 2019 sebanyak 334 orang dan Januari 2020 sebanyak 350 orang jumlah lansia yang menderita hipertensi. Sehingga secara keseluruhan total jumlah lansia yang berkunjung ke Poli Lansia di Puskesmas Kramat Jati dari 3 bulan tersebut sebanyak 1.015 orang. Oleh karena itu, dalam upaya untuk meningkatkan kualitas hidup para lansia, peneliti ingin mengetahui Hubungan Pengetahuan Pra Lansia Dan Lansia Tentang Hipertensi Dengan Pencegahan Perburukan Dengan Cara Kepatuhan Minum Obat, Pola Diet, dan Manajemen Stress di Puskesmas Kramat Jati.

BAHAN dan METODE

Penelitian dilakukan dengan menggunakan desain metode *cross sectional*. Populasi dari penelitian ini adalah pra lansia dan lansia dengan usia dari 45 – 90 tahun di Puskesmas Kramat Jati Jakarta Timur periode 08 November – 10 November 2020. Teknik sampling yang digunakan adalah *purposive sampling*. Metode pengumpulan data yang dilakukan adalah penyebaran kuesioner di Poli Lansia. Kemudian, analisa data yang dilakukan adalah analisa univariate dan bivariate. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Hubungan Pengetahuan Pra Lansia dan Lansia Tentang

Hipertensi dengan Kepatuhan Minum Obat, Pola Diet, dan Manajemen Stress di Puskesmas Kramat Jati Jakarta Timur.

HASIL

Tabel 1. Distribusi Responden Menurut Usia, Jenis Kelamin dan Tingkat Pendidikan

No	Data Demografi	Frekuensi	Presentase %	
1	Usia	44-55	16	18.6
		56-65	38	44.2
		66-75	22	25.6
		75-90	10	11.6
2	Jenis Kelamin	Laki-Laki	28	32.6
		Perempuan	58	67.4
3	Pendidikan	Sd	11	12.8
		Smp	25	29.2
		Sma/Smk	33	38.4
		Diploma 3	8	9.3
		Sarjana/S1	9	10.5

Sumber: data primer yang diolah

Berdasarkan data demografi pada table 1, dari total 86 responden di Puskesmas Kramat Jati Jakarta Timur distribusi frekuensi responden berdasarkan usia lansia menunjukkan bahwa persentase tertinggi adalah usia 56-65 tahun (44,2%), pada Jenis kelamin adalah perempuan (67,4%) sedangkan pada Pendidikan yang tertinggi adalah SMA/SMK (38,4%).

Tabel 2. Distribusi Responden Berdasarkan Pengetahuan

NO	Pengetahuan pra lansia & lansia tentang Hipertensi	Frekuensi	Persentasi (%)
1	Pengetahuan Baik	46	53.5
2	Pengetahuan Kurang	40	46.5
Total		86	100%

Sumber: data primer yang diolah

Berdasarkan analisa pada tabel 2, menunjukan bahwa pada pengetahuan baik sebesar (53.5%).

Tabel 3. Distribusi Responden Berdasarkan Kepatuhan minum obat

NO	Kepatuhan Minum Obat	Frekuensi	Persentase (%)
1	Kepatuhan Rendah	42	48.8
2	Kepatuhan Tinggi	44	51.2
Total		86	100%

Sumber: data primer yang diolah

Berdasarkan analisa pada tabel 3, menunjukkan bahwa kepatuhan tinggi sebesar (51,2%).

Tabel 4. Distribusi Responden Berdasarkan Manajemen Stress

NO	Manajemen Stress	Frekuensi	Persentase (%)
1	Baik	58	67.4
2	Kurang Baik	28	32.6
Total		86	100%

Sumber: data primer yang diolah

Berdasarkan analisa pada tabel 4, menunjukkan bahwa pada manajemen stress baik sebesar (67.4%).

Tabel 5 Distribusi Responden Berdasarkan Pola Diit

NO	Manajemen Stress	Frekuensi	Persentase (%)
1	Baik	56	65.1
2	Kurang Baik	30	34.9
Total		86	100%

Sumber: data primer yang diolah

Berdasarkan analisa pada tabel 5, menunjukkan bahwa pada pola diit yang baik sebesar (65.1%).

1. Hubungan Antara Pengetahuan Pra Lansia Dan Lansia Tentang Hipertensi Dengan Kepatuhan Minum Obat Di Di Puskesmas Kecamatan Kramat Jati Jakarta Timur Desember Tahun 2020

Tabel 6 Hubungan Antara Pengetahuan Pra Lansia Dan Lansia Tentang Hipertensi Dengan Kepatuhan Minum Obat

Variable Dependent	Kepatuhan Minum Obat				Total	Odd Ratio	95% Ci	P Value	
	Kepatuhan Rendah		Kepatuhan Tinggi						
Variable Independent	N	%	N	%	N	%			
Pengetahuan Pra Lansia Dan Lansia Tentang Hipertensi									
Pengetahuan Baik	29	63	17	37	46	100	3,543	1,452 - 8,648	0,006
Pengetahuan Kurang	13	32,5	27	67,5	40	100			

Sumber: data primer yang diolah

Berdasarkan uji statistik pada tabel 6 diatas ditemukan bahwa responden yang memiliki pengetahuan baik dengan tingkat kepatuhan minum obat rendah sebanyak 63% atau 29 responden. Sedangkan responden yang pengetahuannya Kurang dengan tingkat kepatuhan minum obat tinggi sebanyak 67,5% atau 27 responden. Hasil uji statistik di peroleh nilai $p = 0,006 < \alpha = 0,05$. Maka disimpulkan terdapat Hubungan antara pengetahuan pra lansia dan lansia tentang hipertensi dengan kepatuhan minum obat di Puskesmas Kecamatan Kramat Jati Jakarta Timur. Dari hasil analisis di peroleh pula nilai $Odd Ratio = 3,543$ artinya pengetahuan yang kurang mempunyai peluang 3,543 kali memiliki kepatuhan minum obat yang rendah di bandingkan pengetahuan baik.

2. Hubungan Antara Pengetahuan Pra Lansia Dan Lansia Tentang Hipertensi Dengan Manajemen Stress Di Di Puskesmas Kecamatan Kramat Jati Jakarta Timur Desember Tahun 2020

Tabel 7. Hubungan Pengetahuan Pra Lansia Dan Lansia Tentang Hipertensi Dengan Manajemen Stress

Variable Dependent	Manajemen Stres						TOTAL	Odd Ratio	95% CI	P
	Baik		Kurang Baik		N	%				
	N	%	N	%						
Pengetahuan Pra lansia dan lansia tentang hipertensi										
Pengetahuan Baik	38	82,6	8	17,4	46	100	4,750	1,778 - 12,689	0,002	
Pengetahuan Kurang	20	50	20	50	40	100				

Sumber: data primer yang diolah

Berdasarkan uji statistik pada tabel 7 diatas ditemukan bahwa responden yang memiliki pengetahuan baik dengan manajemen stress baik sebanyak 82,6% atau 38 responden. Sedangkan responden yang pengetahuannya kurang dengan manajemen stress kurang sebanyak 50% atau 20 responden. Hasil uji statistik di peroleh nilai $p = 0,002 < \text{dari nilai } \alpha = 0,05$. Maka disimpulkan terdapat Hubungan antara pengetahuan pra lansia dan lansia tentang hipertensi dengan manajemen stres di Puskesmas Kecamatan Kramat Jati Jakarta Timur. Dari hasil analisis di peroleh pula nilai *Odd Ratio* = 4,750 artinya pengetahuan yang kurang mempunyai peluang 4,750 kali memiliki manajemen stress kurang baik di bandingkan pengetahuan baik.

3. Hubungan Antara Pengetahuan Pra Lansia Dan Lansia Tentang Hipertensi Dengan Pola Diit

Tabel 8 Hasil Hubungan Pengetahuan Pra Lansia Dan Lansia Tentang Hipertensi Dengan Pola Diit

Variable Dependent	Pola Diit				TOTAL	Odd Ratio	95% CI	P value	
	Baik		Kurang Baik						
	N	%	N	%					
Pengetahuan Pra lansia dan lansia tentang hipertensi									
Pengetahuan Baik	35	76,1	11	23,9	46	100	2,879	1,149 - 7,215	0,026
Pengetahuan Kurang	21	52,5	19	47,5	40	100			

Sumber: data primer yang diolah

Berdasarkan uji statistik pada tabel 8 diatas ditemukan bahwa responden yang memiliki pengetahuan baik dengan pola diit baik sebanyak 76,1% atau 35 responden. Sedangkan responden yang pengetahuannya kurang dengan pola diit kurang baik sebanyak 47,5% atau 19 responden. Hasil uji statistik di peroleh nilai $p = 0,026 < \text{dari nilai } \alpha = 0,05$. Maka disimpulkan terdapat Hubungan antara pengetahuan pra lansia dan lansia tentang hipertensi dengan pola diit di Puskesmas Kecamatan Kramat Jati Jakarta Timur. Dari hasil analisis di peroleh pula nilai *Odd Ratio* = 2,879 artinya pengetahuan yang kurang mempunyai peluang 2,879 kali memiliki pola diit kurang baik dibandingkan pengetahuan baik.

PEMBAHASAN

Menurut peneliti, dapat disimpulkan bahwa banyak lansia dengan perilaku patuh minum obat dibandingkan dengan tidak patuh nya perilaku minum obat, ini dapat terjadi dikarenakan adanya kepatuhan dalam minum obat untuk mencegah komplikasi yang berkelanjutan di Poli Lansia Puskesmas Kecamatan Kramat Jati Jakarta Timur.

Berdasarkan hasil penelitian uji statistik ditemukan bahwa responden yang memiliki pengetahuan baik dengan tingkat kepatuhan minum obat rendah sebanyak 63% atau 29 responden. Sedangkan responden yang pengetahuannya Kurang dengan tingkat kepatuhan minum obat tinggi sebanyak 67,5% atau 27 responden. Hasil uji statistik di peroleh nilai $p = 0,006 < \text{dari nilai } \alpha = 0,05$. Maka disimpulkan terdapat Hubungan antara pengetahuan pra lansia dan

lansia tentang hipertensi dengan kepatuhan minum obat di Puskesmas Kecamatan Kramat Jati Jakarta Timur. Dari hasil analisis di peroleh pula nilai *Odd Ratio* = 3,543 artinya pengetahuan yang kurang mempunyai peluang 3,543 kali memiliki kepatuhan minum obat yang rendah di bandingkan pengetahuan baik. Pengetahuan pasien mengenai hipertensi juga berpengaruh pada kepatuhan pasien dalam melakukan pengobatan. Pasien dengan tingkat pengetahuan yang baik tentang hipertensi akan patuh terhadap pengobatan. Seiring dengan meningkatnya pengetahuan tentang hipertensi, pasien hipertensi dapat melakukan penatalaksanaan penyakitnya sehingga pasien menjadi lebih baik (Suaib et al., 2019).

Berdasarkan hasil kesimpulan peneliti yang di dukung dengan konsep teori dan penelitian terkait, dapat disimpulkan bahwa pada lansia semakin bertambah usianya, stress nya cenderung semakin tinggi untuk itu stress pada lansia dapat di definisikan sebagai tekanan yang diakibatkan oleh stresor berupa perubahan – perubahan yang menuntut adanya penyesuaian dari lansia. Manajemen stress pada lansia berarti pula tinggi rendahnya tekanan yang dirasakan atau dialami oleh lansia sebagai akibat dari stressor berupa perubahan-perubahan baik fisik, mental, maupun sosial dalam kehidupan yang dialami lansia. Maka dari itu stress berat bagi seseorang belum tentu merupakan stress berat bagi yang lainnya karena setiap orang memiliki cara untuk manajemen stress itu sendiri.

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa responden yang memiliki pengetahuan baik dengan manajemen stress baik sebanyak 82,6% atau 38 responden. Sedangkan responden yang pengetahuannya kurang dengan manajemen stress kurang baik sebanyak 50% atau 20 responden. Hasil uji statistik di peroleh nilai $p = 0,002 <$ dari nilai $\alpha = 0,05$. Maka disimpulkan terdapat Hubungan antara pengetahuan pra lansia dan lansia tentang hipertensi dengan manajemen stres di Puskesmas Kecamatan Kramat Jati Jakarta Timur. Dari hasil analisis di peroleh pula nilai *Odd Ratio* = 4,750 artinya

pengetahuan yang kurang mempunyai peluang 4,750 kali memiliki tingkat stress berat di bandingkan pengetahuan baik.

Berdasarkan kesimpulan peneliti yang di dukung dengan konsep teori dan penelitian terkait, dapat disimpulkan bahwa mengatur diet rendah garam merupakan salah satu penatalaksanaan hipertensi apabila responden tidak melaksanakan diet rendah garam, maka akan mempengaruhi pada tekanan darah. Kenaikan tekanan darah salah satunya juga disebabkan karena sering mengkonsumsi garam yang berlebihan

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa responden yang memiliki pengetahuan baik dengan pola diet baik sebanyak (76,1%) atau 35 responden. Sedangkan responden yang pengetahuannya kurang dengan pola diet kurang baik sebanyak (47,5%) atau 19 responden. Hasil uji statistik di peroleh nilai $p = 0,026 <$ dari nilai $\alpha = 0,05$. Maka disimpulkan terdapat Hubungan antara pengetahuan pra lansia dan lansia tentang hipertensi dengan pola diet di Puskesmas Kecamatan Kramat Jati Jakarta Timur. Dari hasil analisis di peroleh pula nilai *Odd Ratio* = 2,879 artinya pengetahuan yang kurang mempunyai peluang 4,750 kali memiliki pola diet kurang baik dibandingkan pengetahuan baik.

KESIMPULAN dan SARAN

Kesimpulan

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti dapat disimpulkan bahwa ada hubungan pengetahuan pra lansia dan lansia tentang hipertensi dengan kepatuhan minum obat, pola diet, dan manajemen stress di Puskesmas Kramat Jati Jakarta Timur.

Saran

Diharapkan khususnya pada pra lansia dan lansia yang memiliki penyakit hipertensi untuk diperhatikan cara mengatasi dan mencegah penyakit hipertensi agar tidak terjadi komplikasi yang berkelanjutan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih banyak kepada semua pihak yang telah

memberikan dukungan dan kontribusi terhadap penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Azizah. (2011). *Keperawatan lanjut usia*. Graha Ilmu.
- Departemen Kesehatan Republik Indonesia. (2014). *Profil Kesehatan Indonesia 2013*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. <https://www.kemkes.go.id/resources/download/pusdatin/profil-kesehatan-indonesia/profil-kesehatan-indonesia-2013.pdf>
- Kemntrian Kesehatan. (2014). *Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI*. <https://pusdatin.kemkes.go.id/resources/download/pusdatin/infodatin/infodatin-hipertensi-si-pembunuh-senyap.pdf>
- Ridwan, M. (2011). *Mengenal, Mencegah, Mengatasi silent killer Hipertensi*. Pustaka Widyamara.
- Riset Kesehatan Dasar. (2018). *Kemntrian Kesehatan RI, Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI*. https://kesmas.kemkes.go.id/assets/upload/dir_519d41d8cd98f00/files/Hasil-risikesdas-2018_1274.pdf
- Soekidjo, N. (2012). *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Rineka Cipta.
- Suaib, M., Cheristina, & Dewiyanti. (2019). Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia. *Jurnal Fenomena Kesehatan*, 2(1), 269–276.
- Tjandra. (2012). *Masalah Hipertensi di Indonesia*.
- WHO. (2015). *Hypertension*. <https://www.who.int/>