
PENGARUH *SUPPORT EDUCATIVE* TERHADAP PERILAKU MANAJEMEN PERAWATAN DIRI PADA PENDERITA HIPERTENSI

Tiara Ika Puspita, Muzaroah Ernawati Ulkhasanah, Adi Buyu Prakoso*
Program Studi Sarjana Keperawatan Universitas Duta Bangsa Surakarta
adi_buyuprakoso@udb.ac.id*

Abstrak

Hipertensi menjadi salah satu masalah kesehatan yang cukup berbahaya di seluruh dunia karena merupakan faktor risiko utama yang mengarah pada penyakit kardiovaskuler dan menjadi dua penyebab kematian utama di dunia. Prevalensi hipertensi di Jawa Tengah sebesar 37,57% pada tahun 2018 tercatat sebanyak 9.099.765 dari hasil pengukuran tekanan darah, sebanyak 1.377.356 orang dinyatakan menderita hipertensi. Berdasarkan jenis kelamin, presentasi hipertensi pada perempuan sebanyak 15.845 dan lebih tinggi dibanding pada laki-laki yaitu 14.155. Hipertensi dapat dikontrol melalui beberapa cara salah satunya dengan *support educative*. *Support educative* diperlukan agar penderita hipertensi termotivasi untuk mencapai derajat kesehatan yang lebih baik melalui keyakinannya pada manajemen perawatan diri. Melalui perilaku manajemen perawatan diri secara efektif dapat meningkatkan kepercayaan diri dan kemandirian untuk meningkatkan kualitas hidup pada penderita hipertensi. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh *support educative* terhadap perilaku manajemen perawatan diri pada penderita hipertensi. Kemampuan manajemen perawatan diri bertujuan dalam melakukan pencegahan, mengurangi resiko akibat dari penyakit yang dideritanya. Metode penelitian ini menggunakan jenis kuantitatif dengan desain true eksperiment. Jumlah responden yaitu 59 orang yang di pilih dengan menggunakan teknik purposive sampling. Instrumen yang digunakan kuisioner *Hypertension Self Management Behavior Questionnaire* (HSMBQ). Hasil analisis data pre test responden dengan kategori kurang paling banyak 32 (64.2 %) dan Hasil analisis data post test responden paling banyak dengan kategori baik paling banyak 54 (91.5%). Hasil uji Wilcoxon nilai p-value 0.000. Diketahui dari nilai rata-rata post test lebih tinggi dari nilai pre test dengan hasil 54 (91.5%). Kesimpulan penelitian ini adalah terdapat pengaruh *support educative* terhadap perilaku manajemen perawatan diri pada penderita hipertensi di Desa Jati.

Kata Kunci: Hipertensi, Support Educative, Manajemen, Perilaku

Abstract

Hypertension is a health problem that is quite dangerous worldwide because it is a major risk factor that leads to cardiovascular disease and is the two main causes of death in the world. The prevalence of hypertension in Central Java was 37.57% in 2018, from the results of blood pressure measurements, there were 9,099,765 people diagnosed with hypertension. Based on gender, the presentation of hypertension in women was 15,845 and higher than in men, namely 14,155 (Central Java Health Office, 2019). Hypertension can be controlled in several

ways, one of which is with educative support. Educative support is needed so that people with hypertension are motivated to achieve a better health status through their belief in self-care management. Through effective self-care management behavior can increase self-confidence and independence to improve the quality of life in people with hypertension. The purpose of this study was to determine the effect of educative support on self-care management behavior in hypertensive patients. The ability of self-care management aims to prevent, reduce the risk of the consequences of the disease. This research method uses a quantitative type with a true experiment design. The number of respondents is 59 people selected by using purposive sampling technique. The instrument used was the Hypertension Self Management Behavior Questionnaire (HSMBQ). The results of the pre-test data analysis of respondents with the less category are at most 32 (64.2%) and the results of the post-test data analysis of respondents with the good category are at most 54 (91.5%). The Wilcoxon test results have a p-value of 0.000. It is known that the average post test score is higher than the pre test score with a result of 54 (91.5%). The conclusion of this study is that there is an influence of educative support on self-care management behavior in hypertension sufferers in Jati Village.

Keywords: *Hypertension, Educative Support, Management, Behavior*

PENDAHULUAN

Hipertensi menjadi salah satu masalah kesehatan yang cukup berbahaya di seluruh dunia karena hipertensi merupakan faktor risiko utama yang mengarah kepada penyakit kardiovaskuler dan menjadi dua penyebab kematian utama di dunia (World Health Organization, 2018). Kejadian hipertensi banyak terjadi pada penduduk berusia lanjut namun tidak menutup kemungkinan penduduk usia remaja hingga dewasa dapat mengalami penyakit hipertensi (Machsus et al., 2020). Menurut data Organisasi Kesehatan World Health Organization (2018) prevalensi hipertensi di Dunia sebesar 22% dari total penduduk dunia. Wilayah Afrika memiliki prevalensi hipertensi tertinggi sebesar 27%. Eropa berada di posisi ke-2 tertinggi dengan prevalensi hipertensi sebesar 26%. Asia Tenggara berada di posisi ke-3 tertinggi dengan prevalensi hipertensi sebesar 25% terhadap total penduduk (Fernalia, 2021).

Dari hasil studi pendahuluan di Posyandu Desa Jati menunjukkan dari 10 warga terdapat 8 yang mengatakan jika merasa sering pusing, sadar dan tau bahwa dirinya menderita hipertensi tetapi tidak mau memeriksakan ke dokter dan minum obat secara teratur. Mengingat tingginya angka kejadian hipertensi beserta ketidakefektifan dalam melakukan manajemen perawatan diri maka diperlukan upaya tindakan pencegahan agar dapat menekan angka kejadian tersebut. Ada beberapa cara yang bisa dilakukan untuk mengontrol hipertensi salah satunya dengan melakukan manajemen hipertensi (Suprayitno & Damayanti, 2020).

Manajemen pada penyakit hipertensi dapat berupa pencegahan salah satunya melalui edukasi. Berbagai riset menunjukkan bahwa edukasi pasien berdampak positif terhadap penurunan tekanan darah, serta peningkatan pengetahuan dan sikap pasien (Eddy Roflin, 2021).

Berdasarkan latar belakang tersebut peneliti memandang penting untuk dilakukan penelitian sehingga mendorong peneliti untuk melakukan penelitian terkait Pengaruh support educative terhadap perilaku manajemen perawatan diri pada penderita hipertensi di Desa Jati Kabupaten Sukoharjo.

METODE

Metode yang digunakan pada kegiatan ini adalah pemberian *support educative* pada penderita hipertensi untuk meningkatkan manajemen perawatan diri. Jenis penelitian ini yaitu kuantitatif dengan menggunakan desain (*true eksperiment*) dengan model rancangan *one group pretest posttest*. Dalam desain penelitian ini tidak ada anggota kelompok pembanding (kelompok kontrol), tetapi sudah dilakukan observasi pertama dengan menggunakan *pretest* yang memungkinkan menguji perubahan-perubahan yang terjadi setelah dilakukan pemberian eksperimen (Notoatmojo, 2018).

Sampel adalah bagian dari populasi yang diteliti (Eddy Roflin, 2021). Sampel dari penelitian ini yaitu warga Dukuh Bareng, Desa Jati Kecamatan Gatak Kabupaten Sukoharjo. Besar sampel pada penelitian ini ditentukan dengan menggunakan pendekatan pengambilan sampel berdasarkan *Slovin*. Sampel yang dibutuhkan dalam penelitian ini adalah 59 responden.

Variabel dalam penelitian ini adalah *Support Educative*, dan Perilaku Manajemen Perawatan Diri pada penderita hipertensi. Dalam penelitian ini memberikan *support educative* dengan memberikan edukasi pada responden mengenai manajemen perawatan diri.

Penelitian dilaksanakan di Dusun Bareng pada tanggal 25 Juni – 2 Juli 2023, penelitian berlangsung selama satu minggu pemberian edukasi ini dilakukan melalui 3 tahapan sebagai berikut: (1) Tahapan Persiapan, meliputi, membuat SAP, mencari responden dan mengundang responden, serta menyiapkan media edukasi (2) Tahapan Pelaksanaan, meliputi kegiatan pembukaan, *pre-test*, penyampain materi edukasi yang dilakukan oleh peneliti, sesi diskusi, (3) Tahap Evaluasi, Setelah pemberian edukasi di pantau perilaku responden selama satu minggu kemudian melakukan *post test*, setelah itu melakukan evaluasi meliputi evaluasi pada saat kegiatan dengan melihat partisipasi dan keaktifan peserta selama diskusi serta evaluasi setelah kegiatan.

Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat dengan menggunakan uji *Wilcoxon*. Jenis instrumen yang digunakan pada penelitian ini berupa kuesioner. Kuesioner dalam penelitian ini yaitu kuesioner HSMBQ (*Hypertension Self management Behavior Questionnaire*). kuesioner ini terdapat 40 pernyataan dan dibagi menjadi 5 komponen self management yaitu integrasi diri, regulasi diri, interaksi dengan tenaga kesehatan, pemantauan tekanan darah, dan kepatuhan terhadap aturan yang dianjurkan (Suprayitno & Damayanti, 2020).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Tabel 1. Karakteristik Responden (N=59)

Usia Responden	f (%)
19-40 tahun	7 (11.9 %)
41-59 tahun	52 (88.1 %)
Usia	f (%)
Laki-laki	23 (39%)
Perempuan	36 (61%)
Pendidikan	f (%)
SD	14 (23.7%)
SMP	24 (40.7%)
SMA	20 (33.9%)
Perguruan tinggi	1 (1.7%)
Pekerjaan	f (%)
Petani	9 (15.3%)
Ibu Rumah Tangga	29 (49.2%)
Buruh	12 (15.3%)
Karyawan	12 (20.3 %)

Sumber: Data Primer 2023

Berdasarkan table 1 menunjukkan bahwa nilai usia responden paling banyak adalah 45-49 tahun dengan presentase 88.1 %, jenis kelamin paling banyak perempuan 36 orang dengan presentase (61.0%), pendidikan paling banyak SMP sejumlah 24 responden dengan presentase (40.7%), pekerjaan paling banyak berkerja sebagai ibu rumah tangga berjumlah 29 (49.2%).

Tabel 2. Skor HSMBQ pada responden sebelum diberikan *Support Educative*

Skor Penilaian Penderita Hipertensi	f (%)
Baik	3 (8.5%)
Cukup	22 37.3 %
Kurang	32 (54.2%)
Total	59

Sumber: Data Primer 2023

Berdasarkan tabel 2 sebelum diberikan intervensi perilaku manajemen perawatan diri maka skor penilaian penderita hipertensi rata-rata kurang dengan jumlah responden 32 (54.2%)

Tabel 3. Skor HSMBQ pada responden setelah diberikan *Support Educative*

Skor Penilaian Penderita Hipertensi	f (%)
Baik	54 (91.5%)
Cukup	5 (8.5%)
Total	59

Sumber: Data Primer 2023

Berdasarkan tabel 3 menunjukkan bahwa sesudah diberikan intervensi perilaku manajemen perawatan diri maka skor penilaian penderita hipertensi nilai rata-rata adalah baik dengan jumlah responden 54 (91.5%).

Tabel 4. Pengaruh *Support Educative* Terhadap Perilaku Manajemen Perawatan Diri Pada Penderita Hipertensi

Variabel	koefisien korelasi (r) Uji Wilcoxon	P Value
<i>Educative</i> Terhadap Perilaku Manajemen Perawatan Diri Pada Penderita Hipertensi	-6.628 ^b	0.000

Sumber: Data Primer 2023

Berdasarkan tabel 4 menunjukkan bahwa uji Wilcoxon didapatkan p-value 0.000 yang lebih kecil dari alpha (0.05), Maka H_0 diterima. Artinya ada pengaruh *Support Educative* Terhadap Perilaku Manajemen Perawatan Diri Pada Penderita Hipertensi.

Pembahasan

1. Karakteristik Responden Berdasarkan Usia

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan terhadap 59 responden didapatkan hasil bahwa usia responden mayoritas berada pada rentang usia 46-55 tahun termasuk dalam golongan lansia awal sebanyak 25 orang dengan presentase (42.2 %). Usia merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi hipertensi, usia memiliki kecenderungan pada proses degeneratif dari fungsi organ tubuh (Hakim, 2020). Resiko terkena hipertensi menjadi lebih besar seiring dengan bertambahnya usia, Usia memiliki kecenderungan pada proses degeneratif dari fungsi organ tubuh (Siwi & Susanto, 2020).

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Nuraeni, 2019).tentang hubungan usia dan jenis kelamin dengan kejadian hipertensi, penderita hipertensi paling banyak terjadi pada usia ≥ 45 tahun yang pada penelitian tersebut terdapat 110 orang. Faktor usia berpengaruh pada hipertensi, hal ini karena dengan bertambahnya usia maka resiko terjadinya hipertensi semakin tinggi kejadian hipertensi disebabkan oleh beberapa faktor seperti terjadinya perubahan alami pada jantung dan pembuluh darah sehingga terjadi gangguan mekanisme neurohormonal seperti dalam sistem reninangiotesein aldosterone dan juga glomerulosklerosis akibat penuaan dan intestinal fibrosis mengakibatkan peningkatan vasokonstriksi dan ketahanan vaskuler, sehingga mengakibatkan peningkatan tekanan darah dan terjadi hipertensi (Bachtiar et al., 2020).

2. Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Hasil penelitian karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin menunjukkan bahwa distribusi frekuensi responden penderita hipertensi paling banyak adalah perempuan 36 (61.0%). Hal ini sesuai dengan pernyataan

peneliti bahwa semua perempuan akan mengalami menopause yaitu terjadinya penurunan perbandingan estrogen dan endrogen yang menyebabkan terjadinya peningkatan pelepasan renin sehingga dapat memicu tekanan darah menjadi meningkat, hal ini menyebabkan perempuan menjadi lebih banyak menderita hipertensi di bandingkan dengan laki-laki (Nuraeni, 2019).

Sesuai dengan teori yang mengatakan perempuan lebih cenderung mengalami hipertensi dibandingkan laki laki dikarenakan faktor hormonal. Dimana hormon estrogen yang dimiliki wanita seiring bertambahnya usia berkurang kuantitasnya dan mengurangi fungsinya untuk mencegah terjadinya aterosklerosis yaitu faktor pemicu terjadinya hipertensi (Bachtiar et al., 2020).

3. Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan

Hasil penelitian karakteristik responden yang dilakukan terhadap 59 responde berdasarkan tingkat pendidikan paling banyak berada pada tingkat pendidikan SMP dengan frekuensi 24 responden (40.7%). Pendidikan tidak mempunyai hubungan dengan kejadian hipertensi namun tinggi rendah nya pendidikan dapat dihubungkan dengan pengetahuan yang dapat membantu cara manajemen perilaku perawatan diri pada penderita hipertensi.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Widya, 2018) dengan hasil penelitian yaitu tingkat pendidikan paling tinggi adalah SMP artinya mayoritas tingkat pendidikan responden masih rendah yaitu 26 orang (52,5%). Seseorang yang mengalami hipertensi dengan tingkat pendidikan yang sangat rendah disebabkan oleh kurangnya pengetahuan sehingga sulit untuk mengontrol masalah kesehatan, pendidikan yang rendah pada responden yang didapatkan sangat berpengaruh besar terhadap hipertensi yang dideritanya, karena kurangnya wawasan tentang kesehatan menyebabkan cara berfikir yang kurang efektif dalam menanggapi dan menjaga masalah kesehatannya (Yuwono et al., 2018).

4. Karakteristik Responden Berdasarkan Pekerjaan

Berdasarkan hasil penelitian paling banyak responden penderita hipertensi berkerja sebagai ibu rumah tangga berjumlah 29 (49.2%). Pekerjaan adalah kegiatan yang harus dilakukan orang untuk memenuhi kebutuhannya setiap hari manusia mempunyai kebutuhan pokok yang harus dipenuhi, pekerjaan berpengaruh kepada aktivitas fisik seseorang. Orang yang tidak bekerja aktivitasnya tidak banyak sehingga dapat meningkatkan kejadian hipertensi (Widya, 2018).

Menurut Penelitian (Astuti, 2017) bahwa pengaturan jumlah makanan yang dikonsumsi oleh penderita hipertensi sebagian besar tidak sesuai dengan konsep diet hipertensi, yaitu dengan makanan yang tinggi lemak dan jarang makan buah dan sayur secara teratur. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat ketidaksesuaian antara diet hipertensi yang seharusnya dilakukan oleh penderita hipertensi dengan kenyataannya, Sebagian besar penderita hipertensi belum menerapkan pengaturan pola mdengan baik. Hal tersebut dimungkinkan salah satunya karena faktor beban kerja dari penderitanya, pekerjaan responden yang terbanyak adalah Ibu Rumah Tangga (IRT), dapat diketahui bahwa ibu rumah tangga meskipun pekerjaannya hanya didalam rumah, namun pekerjaannya sebenarnya cukup berat, sejak dari pagi hingga malam menguruh

rumah dan anak, karena pekerjaannya yang berat tersebut maka ibu rumah tangga kebanyakan sekali makan langsung banyak, tidak bisa mengatur pola makanya, hal ini dikarenakan beban kerja yang cukup banyak dan sedikit waktu untuk beristirahat hal ini menunjukkan bahwa adanya adanya hubungan yang signifikan antara faktor stress dengan kejadian hipertensi pada ibu rumah tangga.

5. Analisis Pengaruh *Support Educative* Terhadap Perilaku Manajemen Perawatan Diri Pada Penderita Hipertensi

Berdasarkan penelitian didapatkan hasil *data pre and post test* dalam penelitian ini sebelum di berikan *support educative* pada responden perilaku manajemen perawatan diri pada responden masih kurang 32 (54.2%), dan setelah diberikan *support educative* pada responden terjadi peningkatan pengetahuan tentang manajemen perilaku perawatan diri, hal tersebut diketahui dari nilai rata-rata post test lebih tinggi dari nilai pre test dengan hasil 54 (91.5%).

Didapatkan hasil uji *Wilcoxon* sebesar -6.628^b dengan nilai P value = 0,000 yang lebih kecil dari alpha (0.05), maka H₀ diterima sehingga dapat dikatada pengaruh *Support Educative* Terhadap Perilaku Manajemen Perawatan Diri Pada Penderita Hipertensi. Hal ini dibuktikan dari hasil perbedaan nilai post test lebih besar dari pre test.

Support educative diperlukan agar pasien hipertensi termotivasi untuk mencapai derajat kesehatan yang lebih baik melalui keyakinannya pada manajemen perawatan diri. Melalui perilaku manajemen perawatan diri secara efektif dapat meningkatkan kepercayaan diri dan kemandirian untuk meningkatkan kualitas hidup pada penderita hipertensi (Of et al., 2022). Peningkatan manajemen perawatan diri pada penderita hipertensi ini dapat di pengaruhi oleh dukungan yang baik dan pemberian informasi yang tepat dari tenaga kesehatan ke penderita hipertensi dan melalui dukungan dari keluarga, sosial, serta pengalaman dari individu sendiri dalam melakukan manajemen perawatan diri (Ayu & Ardillah, 2019).

SIMPULAN

Penelitian ini mendapatkan hasil bahwa terdapat pengaruh *support educative* terhadap perilaku manajemen perawatan diri dengan hasil signifikan nilai P value = 0,000 yang lebih kecil dari alpha (0.05), maka H₀ diterima sehingga dapat dikatakan ada pengaruh *Support Educative* Terhadap Perilaku Manajemen Perawatan Diri Pada Penderita Hipertensi. Hal ini dibuktikan dari hasil perbedaan nilai post test lebih besar dari pre test. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan acuan dalam mengembangkan penelitian lebih lanjut mengenai Pengaruh *Support Educative* Terhadap Perilaku Manajemen Perawatan Diri Pada Penderita Hipertensi menggunakan variabel lain.

DAFTAR PUSTAKA

Astuti, E. (2017). *Faktor Yang Mempengaruhi Hipertensi Pada Usia Lanjut*. 71–75.

- Ayu, M., & Ardillah, Y. (2019). *Eksplorasi Faktor Risiko Hipertensi Pada Ibu Rumah Tangga Di Sekitar Pelabuhan*.
- Bachtiar, I., Pratama, A., Huwaina, F., & Budiono, I. (2020). *Analisis Faktor Yang Mempengaruhi Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Kedungmundu*. 2018(2019).
- Eddy Roflin. (2021). Pupilasi, Sampel, Variabel. *Pontificia Universidad Catolica Del Peru*, 02, 1–6.
- Hakim, L. N. (2020). *Urgensi Revisi Undang-Undang Tentang Kesejahteraan Lanjut Usia The Urgency Of The Elderly Welfare Law Revision*. 11(1), 43–55. <https://doi.org/10.22212/Aspirasi.V11i1.1589>
- Notoatmojo, S. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan* (Ketiga). Pt Rineka Cipta, Jakarta Kompleks Perkantoran Mitra Mataram Blok B No.1-2.
- Nuraeni, E. (2019). *Usia Jenis Kelamin Beresiko Dengan Kejadian Hipertensi Di Klinik X Kota Tangerang*. 4(1), 1–6.
- Of, O., Of, K., Patients, H., & Hypertension, A. (2022). *Gambaran Pengetahuan Pasien Hipertensi Tentang Komplikasi Hipertensi (Literature Review)*. 2(1), 94–99.
- Siwi, A. S., & Susanto, A. (2020). *Jurnal Of Bionursing Analisis Faktor-Faktor Yang Memengaruhi Kejadian Hipertensi*. *Jurnal Of Bionursing*, 3(2), 164–166.
- Suprayitno, E., & Damayanti, C. N. (2020). *Intervensi Supportive Educative Berbasis Caring Meningkatkan Self Care Management Penderita Hipertensi Abstrak*. 8(August), 460–467. <https://doi.org/10.20527/Dk.V8i3.9067>
- Widya, K. (2018). *Efektifitas Pendidikan Kesehatan Terhadap Peningkatan Pengetahuan Keluarga Tentang Hipertensi Effectiveness Of Health Education On The Improvement Of Knowledge Family About Hypertension*. 15(1), 67–74.
- Yuwono, Ridwan, M., & Ismail, H. (2018). *Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Hipertensi Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Penderita Hipertensi Di Kabupaten Magelang*. 2(April), 94–100. *Daya. Journal Transformation of Mandalika*, 4(8), 466-475.