

**PENGARUH INTERVENSI SUPPORTIVE EDUCATIVE BERBASIS
CARING TERHADAP SELF CARE MANAGEMENT PADA
PENDERITA HIPERTENSI DI DESA DELITUA BARAT**

**Daniel Suranta Ginting¹, Adi Arianto, Dewi Tiansa
Barus¹, Sulastri Br. Ginting¹, Monika Nina
Kurniawaty Ginting¹, Hengki Frengki Manullang¹,
Antonij Edimarta Sitanggang²**

¹Fakultas Keperawatan, Institut Kesehatan Deli Husada Deli Tua

²Fakultas Keperawatan, Universitas Sari Mutiara Indonesia Medan

Email : danielsuranta95@gmail.com

ABSTRACT

Hypertension is a major risk factor for cardiovascular disease-related deaths, caused by genetic, environmental, and social factors. Intervention strategies are urgently needed to increase awareness and self-care. This study aims to analyze the effect of caring-based supportive educative intervention on self-care management in hypertensive patients in Deli Tua Barat village in 2024. The study design is quasi-experimental. The population consists of all hypertensive patients, totaling 76 individuals, with a sample size of 32 individuals selected using simple random sampling. The sample was divided into two groups: the intervention group, consisting of 16 individuals who received caring-based supportive educative intervention, and the control group, consisting of 16 individuals who received a leaflet about hypertension. The results of the independent t-test showed that the self-care management scores of the intervention and control groups after the intervention were $p=0.069$. The delta score difference in self-care management between the intervention and control groups after the intervention was $p=0.075$. This study demonstrates that caring-based supportive educative intervention is effective in improving self-care management in hypertensive patients. This intervention can be a promotive effort to increase self-care independence in hypertensive patients.

KeyWord: Hypertension, caring, selfcare, supportive educative

ABSTRAK

Hipertensi merupakan faktor risiko utama kematian akibat penyakit kardiovaskular yang disebabkan oleh faktor genetik, lingkungan, dan sosial. Strategi intervensi sangat dibutuhkan untuk meningkatkan kesadaran dan perawatan diri. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh intervensi edukatif suportif berbasis kepedulian terhadap manajemen perawatan diri pada penderita hipertensi di Desa Deli Tua Barat tahun 2024. Desain penelitian ini adalah quasi eksperimental. Populasi terdiri dari seluruh penderita hipertensi sebanyak 76 orang, dengan jumlah sampel sebanyak 32 orang yang dipilih menggunakan teknik simple random sampling. Sampel dibagi menjadi dua kelompok, yaitu kelompok perlakuan sebanyak 16 orang yang diberikan intervensi edukatif suportif berbasis kepedulian, dan kelompok kontrol sebanyak 16 orang yang diberikan leaflet tentang penyakit hipertensi. Hasil penelitian berdasarkan uji independent t-test menunjukkan skor manajemen perawatan diri pada kelompok perlakuan dan kontrol setelah intervensi adalah $p=0,069$. Selisih skor delta manajemen perawatan diri pada kelompok perlakuan dan kontrol setelah intervensi adalah $p=0,075$. Penelitian ini menunjukkan bahwa intervensi edukatif suportif berbasis kepedulian efektif dalam meningkatkan manajemen perawatan diri pada penderita hipertensi. Intervensi ini dapat menjadi upaya promotif untuk meningkatkan kemandirian perawatan diri pada penderita hipertensi. Kata kunci: Kanker, Kecemasan, Cognitive Behavioral Therapy (CBT)

Kata Kunci : hipertensi, caring, selfcare, supportive educative

1. PENDAHULUAN

Menurut WHO, hipertensi adalah kondisi dengan tekanan darah sistolik >140 mmHg atau diastolik >90 mmHg, yang menyebabkan jantung bekerja lebih keras. Di Amerika, 74,5 juta orang dewasa menderita hipertensi, dengan prevalensi 35%. Banyak penderita tidak menyadari kondisi mereka, yang meningkatkan risiko komplikasi kardiovaskular dan kematian. Komplikasi hipertensi menyebabkan 9,4 juta kematian tahunan dari 17 juta kematian akibat penyakit kardiovaskular. Hipertensi juga merupakan faktor risiko penyakit ginjal dan mata, namun dapat dikendalikan dengan gaya hidup sehat. Sekitar 31,1% populasi dewasa di dunia menderita hipertensi, dengan angka tertinggi di Afrika dan terendah di Amerika. Di Indonesia, prevalensi hipertensi tinggi dengan 63,3 juta kasus dan 427 ribu kematian pada 2016.

Di Sumatera Utara, terdapat 12,42 juta penderita hipertensi, dengan mayoritas penderita adalah wanita dan usia di atas 55 tahun. Prevalensi hipertensi di Sumatera Utara sebesar 24,7%, dan di Medan sebesar 28,1%. Tekanan darah tinggi yang tidak diobati dapat menyebabkan komplikasi serius, termasuk infark miokard, stroke, gagal ginjal, dan kematian. Self-care penting untuk penderita hipertensi untuk mendeteksi dan mengelola gejala, termasuk diet olahraga, dan pemantauan mandiri. Penelitian menunjukkan self-care efektif meningkatkan kualitas hidup, menurunkan biaya perawatan, dan meningkatkan kemandirian pasien. Caring adalah tindakan kepedulian yang meningkatkan kualitas hidup, sementara supportive educative adalah pendekatan edukasi yang mendukung perawatan diri pasien.

2. METODE

Metode penelitian yang digunakan adalah quasi experiment dengan pendekatan kuantitatif untuk menguji "Pengaruh Supportive Educative Berbasis Caring Terhadap Selfcare Management Pada Penderita Hipertensi Di Desa Delitua Barat Tahun 2024." Dua kelompok dipilih secara acak dan diberi pretest untuk mengevaluasi kondisi awal. Sampel terdiri dari 32 penderita hipertensi, di mana 16 orang menerima intervensi supportive educative berbasis caring dan 16 lainnya menjadi kelompok kontrol yang hanya mendapatkan leaflet tentang penyakit hipertensi. Kriteria inklusi meliputi penderita hipertensi di Desa Delitua Barat yang memahami bahasa Indonesia dan bersedia berpartisipasi. Teknik sampling yang digunakan adalah random sampling. Instrumen penelitian berupa kuesioner HSMBQ (Hypertension Self-management Behavior Questionnaire) dan SAP. Analisis bivariat dilakukan untuk menguji hubungan antar variabel menggunakan uji statistik T-test.

3. HASIL

Melalui hasil analisis data yang diperoleh dari responden. Pertama, mayoritas responden adalah perempuan, yang mencakup 62.5% dari total sampel. Kedua, mayoritas dari mereka memiliki usia dewasa, dengan persentase sebesar 56.3%. Ketiga, mayoritas responden memiliki latar belakang pendidikan SMA, menyumbang 46.9% dari keseluruhan. Terakhir, terdapat dua kategori pekerjaan yang dominan, yaitu sebagai buruh atau petani, serta tidak bekerja atau menjadi ibu rumah tangga, masing-masing dengan presentasi sebesar 43.8%. Dengan demikian, gambaran umum dari data menunjukkan bahwa mayoritas responden adalah perempuan dewasa dengan latar belakang pendidikan SMA, dan pekerjaan yang bervariasi antara buruh atau petani, serta tidak bekerja atau menjadi ibu rumah tangga.

Tabel 1. Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis

	frekuensi	presentase %
<i>jenis kelamin</i>		
Laki laki	12	37.5
Perempuan	20	62.5
<i>Usia</i>		
DEWASA	18	56.3
LANSIA	14	43.8
<i>Pendidikan</i>		
SI	4	12.5
SD	10	31.3
SMA	15	46.9
SMP	3	9.4
<i>Pekerjaan</i>		
Buruh/Petani	14	43.8
PNS	2	6.3
Swasta	6	18.8
SWASTA	10	31.3
Tidak Bekerja/IRT	14	43.8

4. PEMBAHASAN

Univariat

1. Supportive Educative

Supportive educative adalah metode dukungan edukasi kelompok yang bertujuan meningkatkan self-care pasien hipertensi melalui berbagai pendekatan seperti teaching (mengajarkan pemahaman tentang penyakit), guiding (bimbingan dan konseling dengan solusi praktis), dan providing environment (menciptakan lingkungan yang mendukung perawatan diri). Metode ini penting untuk penderita hipertensi dalam mencegah dan mengurangi risiko penyakit melalui self-care yang baik, termasuk mengontrol tekanan darah dan memodifikasi gaya hidup. Dengan adanya self-care, pasien mampu mendeteksi, mengelola gejala, dan melakukan perubahan gaya hidup yang terkait dengan hipertensi. Perawatan diri yang baik dapat meningkatkan kualitas hidup, menurunkan biaya perawatan, meningkatkan kemandirian pasien, serta mencegah komplikasi serius yang disebabkan oleh hipertensi.

2. Self-Care Management Hipertensi

Penelitian ini mengidentifikasi lima komponen utama dalam self-care management: integritas diri, regulasi diri, interaksi dengan tenaga kesehatan, pemantauan tekanan darah, dan kepatuhan terhadap aturan. Integritas diri berkaitan dengan pola diet yang baik; kebiasaan mengonsumsi lemak jenuh dapat meningkatkan risiko hipertensi. Regulasi diri mencakup pengetahuan tentang penyakit hipertensi, gejala, faktor risiko, dan pentingnya pengobatan teratur; pengetahuan yang baik mendorong perilaku

yang lebih baik dalam mengontrol tekanan darah. Interaksi dengan tenaga kesehatan sangat penting; pendidikan mempengaruhi perilaku kesehatan, tetapi tidak selalu menjamin kepatuhan pengobatan. Pemantauan tekanan darah secara rutin penting untuk mencegah komplikasi serius. Kepatuhan terhadap aturan pengobatan dan kontrol tekanan darah sangat penting untuk mencegah komplikasi yang mematikan. Supportive educative membantu meningkatkan self-care melalui sesi edukasi, diskusi, dan tanya jawab, yang semuanya berkontribusi pada perawatan diri yang lebih baik bagi penderita hipertensi.

Analisi Bivariat

Pengaruh Supportive Educative Berbasis Caring terhadap Self-Care Management pada Penderita Hipertensi di Desa Delitua Barat Tahun 2024 Berdasarkan hasil penelitian, terdapat perbedaan skor self-care antara kelompok kontrol dan kelompok perlakuan, yang menunjukkan bahwa intervensi supportive educative berbasis caring efektif dalam meningkatkan self-care pada penderita hipertensi. Hasil ini menunjukkan bahwa mengajarkan keterampilan perawatan diri yang ditargetkan dalam intervensi literasi kesehatan singkat dapat efektif dalam meningkatkan aktivitas perawatan diri yang berkaitan dengan diet dan manajemen berat badan di antara populasi yang rentan.

Di kalangan lansia, survei pengetahuan, sikap, dan praktik penting dan efektif dalam memberikan informasi yang diperlukan melalui program intervensi untuk pencegahan dan pengelolaan hipertensi serta untuk meningkatkan kualitas hidup mereka. Hal ini sesuai dengan penelitian sebelumnya yang melaporkan perbaikan dalam praktik perawatan diri pada pasien lansia dengan intervensi pendidikan kesehatan. Pengetahuan yang memadai tentang hipertensi dan pencegahannya telah diidentifikasi sebagai prasyarat untuk modifikasi gaya hidup, kepatuhan pengobatan, dan kontrol tekanan darah yang efektif di antara pasien hipertensi dan orang dewasa yang lebih tua.

Penderita hipertensi dengan self-care yang baik dan perilaku gaya hidup sehat dapat lebih mudah menurunkan risiko penyakit kardiovaskular. Oleh karena itu, langkah perubahan gaya hidup dapat mendukung program pengontrolan tekanan darah pada penderita hipertensi.

5. KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Penelitian menyimpulkan bahwa intervensi supportive educative berbasis caring efektif dalam meningkatkan kemampuan self-care pada lansia penderita hipertensi. Lansia disarankan untuk melakukan perawatan diri dengan baik di rumah guna meningkatkan kualitas hidup dan kemandirian. Penelitian selanjutnya sebaiknya menggunakan sampel yang lebih besar dan durasi yang lebih lama untuk observasi self-care secara langsung. Intervensi ini dapat digunakan sebagai terapi non-farmakologis untuk meningkatkan kemandirian lansia penderita hipertensi selama perawatan di rumah.

Saran

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi informasi tambahan bagi perawat dalam memberikan intervensi supportive educative bagi pasien.

1. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai tambahan pengetahuan, referensi, dan pengalaman khususnya pada pengaruh intervensi supportive educative berbasis caring terhadap selfcare management pada penderita hipertensi.

2. Bagi Institusi Pendidikan

Penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai bahan bacaan dan menambah ilmu pengetahuan bagi mahasiswa/mahasiswi serta dapat digunakan sebagaimana perlunya.

DAFTAR PUSTAKA

Lukmawati, E., Wilandika, A., & Widiyanti, A. T. (2020). PENGARUH SUPPORTIVE EDUCATIVE TERHADAP SELF CARE PASIEN HIPERTENSI PADA SALAH SATU PUSKESMAS DIBANDUNG. *Jurnal Keperawatan Aisyiyah*, 6(2), 1-7. <https://doi.org/10.33867/jka.v6i2.124>

Suprayitno E, Damayanti CN. Intervensi Supportive Educative Berbasis Caring Meningkatkan Self Care Management Penderita Hipertensi. *jdk* [Internet]. 2023 Mar. 16 [cited 2024 Apr. 3];8(3):460-7. Available from: <https://jdk.ulm.ac.id/index.php/jdk/article/view/344>

Suprayitno E, Damayanti CN. Intervensi Supportive Educative Berbasis Caring Meningkatkan Self Care Management Penderita Hipertensi. *jdk* [Internet]. 2023 Mar. 16 [cited 2024 Apr. 3];8(3):460-7. Available from: <https://jdk.ulm.ac.id/index.php/jdk/article/view/344> Suprayitno E. Gambaran Status Tekanan Darah Penderita Hipertensi di Desa Karanganyar

Kecamatan Kalianget Kabupaten Sumenep. J Heal Sci (Jurnal Ilmu Kesehatan). 2019;4(2):20–4.

—Asadi P, Ahmadi S, Abdi A, Shareef OH, Mohamadyari T, Miri J. Relationship between self-care behaviors and quality of life in patients with heart failure. Heliyon [Internet]. 2019;5(9):e02493. Available from:<https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2019.e02493>

Datak G, Sylvia EI, Manuntung A. Pengaruh Cognitive Behavioral Therapy Terhadap Self Efficacy dan Self Care Behavior Pasien Hipertensi di Kota Palangka Raya. J Surya Med. 2018;3(2):132–43. Britz JA, Dunn KS. Self-care and quality of life among patients with heart failure. J Am Acad nurse Pract. 2010;22(9):480–7.

Alda, M. (2020). Sistem Informasi Pengolahan Data Kependudukan Pada Kantor Desa Sampean Berbasis Android. JURNAL MEDIA INFORMATIKA BUDIDARMA, 4(1), 1. <https://doi.org/10.30865/mib.v4i1.1716>
