

CORRELATION OF SELF-CARE BEHAVIOR AND QUALITY OF LIFE IN HYPERTENSIVE ELDERLY IN THE TRESNA WERDHA SOCIAL HOME

KORELASI PERILAKU PERAWATAN DIRI DENGAN KUALITAS HIDUP PADA LANSIA HIPERTENSI DI PANTI SOSIAL TRESNA WERDHA

Puspita Hanggit Lestari¹

Poltekkes Kemenkes Jakarta III, Prodi Sarjana Terapan Keperawatan
Email : puspita.hanggit@gmail.com

Tien Hartini, Atqiya Mustandhifa², Tri Endah Pangastuti³, Dina Carolina Hapsari⁴

Poltekkes Kemenkes Jakarta III, Prodi Sarjana Terapan Keperawatan
Email : atqiyamustandhifa@gmail.com

Corresponding author : puspita.hanggit@gmail.com

ABSTRACT

Introduction the elderly are more likely to develop hypertension. This situation will continue to deteriorate if harmful conduct in daily life is not avoided. This can cause a decrease in the elderly's physical and psychological capacities, affecting their quality of life. Self-Care Behavior, or self-care behavior, is one of the elements that might affect the quality of life of senior individuals with health issues, particularly hypertension. The purpose of this study is to get an understanding of the link between self-care behavior and the quality of life of hypertensive senior residents at the PSTW. This study used a cross-sectional analytical observational research design. The study was done from February to May 2023. PSTW Budi Mulia 1 and 4 Social Homes. The study's sample size was 84 respondents. The chi-square test was utilized in the data analysis. The investigation yielded a p-value of 0.025 ($p < 0.05$). The study found that there is a link between self-care behavior and the quality of life of old persons in PSTW Budi Mulia Social Homes 1, and 4. It is envisaged that the quality of life and self-care behavior of hypertensive old persons in nursing homes would be maintained and improved to a satisfactory level. More study is needed to determine the elements that impact self-care behavior and quality of life elderly in nursing home.

Keywords: Hypertension; Quality of Life; elderly; Self-Care Behavior

ABSTRAK

Pendahulua Kejadian hipertensi terbesar terjadi pada kelompok lanjut usia. Kejadian ini akan terus meningkat dan memburuk apabila perilaku yang tidak sehat dalam kehidupan sehari-hari tidak dihindari. Hal ini dapat mengakibatkan menurunnya kemampuan lansia baik secara fisik maupun psikis, hal ini dapat mempengaruhi kualitas hidupnya. Perilaku perawatan diri merupakan salah satu faktor yang berpengaruh terhadap kualitas hidup lansia dengan masalah kesehatan khususnya hipertensi. Penelitian ini untuk memperoleh gambaran hubungan perilaku perawatan diri dengan kualitas hidup lansia hipertensi di Panti Sosial Tresna Werdha (PSTW). Penelitian ini merupakan jenis penelitian observasional analitik dengan pendekatan cross sectional. Penelitian dilaksanakan pada bulan Februari-Mei 2023. Populasi dalam penelitian ini adalah lansia hipertensi yang tinggal di PSTW Budi Mulia 1 dan 4. Penelitian melibatkan sampel sebanyak 84 responden. Analisa data menggunakan uji chi-square. Hasil penelitian didapatkan hasil p value 0,025 ($p < 0,05$) hal ini menunjukkan adanya hubungan perilaku perawatan diri dengan kualitas hidup lansia di Panti Sosial tresna Werdha Budi Mulia 1 dan 4. Diharapkan kualitas hidup dan perilaku perawatan diri pada lansia hipertensi di PSTW dapat dipertahankan dan ditingkatkan agar menjadi baik. Penelitian lebih lanjut perlu dilakukan terkait faktor yang mempengaruhi perilaku perawatan dirise dan kualitas hidup lansia hipertensi di panti werdha.

Kata Kunci: Lansia: Hipertensi: Perawatan diri.

PENDAHULUAN

Penyakit hipertensi sering merupakan masalah kesehatan fatal yang tidak menimbulkan gejala pada penderitanya dan apabila tekanan darah tersebut tidak terkontrol secara terus-menerus dapat menimbulkan komplikasi (Prastika and Siyam, 2021). Komplikasi yang terjadi akibat tidak terkontrolnya tekanan darah pada penderita hipertensi diantaranya adalah meningkatnya angka kejadian *stroke*, *infark miokard acute* (IMA), dan penyakit arteri *coroner* (CAD) (Smeltzer, 2018). Komplikasi tersebut dapat terjadi apabila faktor yang dapat menyebabkan hipertensi tidak dihindari. Hipertensi memiliki beberapa penyebab yang berhubungan antara lain keturunan, gaya hidup yang tidak sehat (merokok, banyak mengonsumsi makanan asin, kurang aktivitas fisik, minum alkohol), stress, serta kondisi medis tertentu. Kejadian hipertensi ini akan terus meningkat dan memburuk apabila perilaku yang tidak sehat tidak dihindari dalam kehidupan sehari-hari seperti merokok, konsumsi alkohol, konsumsi kopi, ketidakpatuhan dalam minum obat antihipertensi, kurangnya aktivitas fisik, serta masih redahnya kesadaran akan diet untuk penderita hipertensi. Apabila kondisi hipertensi semakin buruk, akan menimbulkan komplikasi serta menurunnya kualitas hidup pada lansia (Dewi, 2018).

Penelitian yang dilakukan Prastika and Siyam, (2021) di wilayah kerja Puskesmas Bandarharjo, Kota Semarang menunjukkan hasil yaitu 94% kualitas hidup lansia dengan masalah Kesehatan hipertensi dipengaruhi oleh status pekerjaan, komorbiditas, dan kepatuhan berobat. Penelitian Dewi, R., et al (2022) menggambarkan bahwa kualitas hidup merupakan status kesehatan yang dirasakan, baik berupa status fungsional fisik, kesejahteraan yang baik, persepsi terhadap kesehatan, tanda gejala penyakit, dan kepuasan akan pemenuhan kebutuhan diri dengan ini kualitas hidup seseorang juga dipengaruhi oleh dirinya sendiri dan juga

lingkungan. Selain itu menurunnya kemampuan lansia baik fisik maupun psikis dapat memengaruhi kualitas hidupnya. Berdasarkan penelitian Pangestuti, Diah Larasati and Amayu Ida Vitani, (2022) mencatat kualitas hidup lansia secara keseluruhan buruk, kualitas hidup kesehatan fisik, psikologi, sosial dan lingkungan buruk kualitas hidup lingkungan. Hasil ini menggambarkan terdapat penurunan kualitas hidup lansia penderita hipertensi.

Perawatan pada diri sendiri atau mandiri merupakan tindakan yang dilakukan seseorang untuk memelihara serta mengembangkan integritas dalam dirinya (McEwen and Wills, 2014). *Self-care* adalah faktor utama yang dapat lansia lakukan untuk mengendalikan tekanan darah. Biasanya, penderita hipertensi malas melakukan perilaku perawatan diri dikarenakan ketidakberdayaan penderita dalam menghadapi situasi (Rachmania, Siswoaribowo and Novitasari, 2022). Penelitian yang dilakukan oleh Romadhon,W., et al. (2020) mengungkapkan bahwa *self-care behaviour* pada lansia dengan hipertensi sebesar 31,7% dalam kategori kurang, 39,3% kategori cukup, dan 29% kategori baik.

Perilaku perawatan mandiri penderita hipertensi yang rendah dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu kurang patuhnya melakukan aktivitas fisik sebesar 10,4%, menggunakan diet rendah garam sebesar 16,9%, manajemen berat badan sebesar 10,4%, dan kurangnya kepatuhan minum obat hipertensi sebesar 37,7% (Gusty and Merdawati, 2020). Data Riskesdas menggambarkan rendahnya perilaku perawatan diri pada penderita hipertensi di Indonesia melalui proporsi minum obat anti hipertensi yaitu, 32,3% tidak rutin minum dan 13,3 % tidak minum obat (Kemenkes RI, 2018). Selain itu berdasarkan proporsi kerutinan memeriksa tekanan darah pada penderita hipertensi usia 65-74 tahun sebesar 50% dan usia 75 tahun keatas 49,7% termasuk

dalam kategori kadang-kadang, serta pada usia 65-74 tahun sebesar 30,7% dan usia 75 tahun keatas sebesar 32,5% termasuk dalam kategori tidak rutin (Kemenkes RI, 2018).

Fenomena masih tingginya angka lansia dengan hipertensi dan masih kurangnya perilaku perawatan diri yang baik. Selain itu dari hasil studi pendahuluan masih sedikit penelitian yang membahas terkait hubungan perilaku perawatan diri dengan kualitas hidup lansia hipertensi. Peneliti berkeinginan untuk meneliti korelasi perilaku perawatan diri dengan kualitas hidup lansia hipertensi

METODE PENELITIAN

Desain penelitian yang digunakan adalah observasi analitik dengan pendekatan *cross-sectional*. Penelitian dilaksanakan pada bulan Februari sampai Mei 2023 di Panti Sosial Tresna Verda 1 dan 4 Jakarta Timur. Subyek penelitian ini adalah lansia berusia 60 tahun ke atas penderita hipertensi yang tinggal di Panti Sosial Tresna Verda Budi Mulia 1 dan 4 Jakarta Timur. Ukuran sampel untuk penelitian ini adalah 84 lansia.

Teknik pengumpulan data dengan menggunakan kuesioner. Instrument yang digunakan adalah kuesioner *Hypertension-Self-care Activity Level Effects* (H-SCALE) (Warren-Findlow et al.,2013) untuk mengukur perilaku perawatan diri pada lansia hipertensi dan telah dilakukan modifikasi oleh peneliti. Kuesioner WHOQOL-BREF untuk mengetahui kualitas hidup. Kedua kuesioner telah dilakukan uji validitas dan reliabilitas di salah satu panti yang tidak dijadikan tempat penelitian kepada sebanyak 30 responden. Hasil reliabilitas untuk *instrument self-care behavior* dengan nilai *Cronbach's Alpha* sebesar 0,844 dan instrument WHOQOL-BREF dengan nilai *Cronbach's Alpha* sebesar 0,892 yang artinya kuesioner yang dipakai reliable. Uji analisis yang digunakan dalam penelitian ini yaitu uji *Chi-Square* dengan software di komputer. Penelitian lolos Komisi Etik Penelitian Poltekkes Kemenkes Jakarta III pada 18 April 2023 dengan No. LB.02.02/04395/2023.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden

Karakteristik Responden	Frekuensi	Presentase (%)	
Jenis Kelamin	Laki-Laki	31	36,9
	Perempuan	53	63,1
Usia Tahun	60-74	58	69
	75-90	26	31
	Tahun		
Pendidikan Terakhir	Pendidikan Rendah	65	77,4
	Pendidikan Tinggi	19	22,6
Self-Care Behavior	Baik	48	57,1
	Kurang Baik	36	42,9
Kualitas Hidup	Baik	49	58,3
	Kurang Baik	35	41,7

Hasil penelitian menunjukkan mayoritas lansia berjenis kelamin perempuan yaitu sebanyak 53 orang (63,1%). Lansia laki-laki yaitu sebanyak 31 orang (36,9%). Pada variabel usia, mayoritas responden berusia 60-70 tahun sebanyak 58 lansia (69%) lebih banyak dibandingkan yang berusia 75-90 tahun yaitu sebanyak 26 lansia (31%). Pada variabel tingkat pendidikan mayoritas lansia memiliki pendidikan rendah sebanyak 65 lansia (77,4%), sedangkan yang memiliki pendidikan tinggi sebanyak 19 lansia (22,6%). Variabel perilaku perawatan diri didapatkan bahwa mayoritas lansia memiliki perilaku perawatan diri yang baik sebanyak 48 lansia (57,1%) dan perilaku perawatan diri yang kurang baik sebanyak 36 lansia (42,9%). Pada variabel kualitas hidup, mayoritas lansia memiliki kualitas hidup yang baik sebanyak 49 lansia (58,3%) lebih banyak dibandingkan lansia dengan kualitas hidup kurang baik yaitu 35 lansia (41,7%).

Tabel 2. Korelasi Perilaku Perawatan Diri Dengan Kualitas Hidup Lansia Hipertensi

	Kualitas Hidup				OR
	Baik	Kurang Baik	Totol	P value	
Baik	33	15	48	0.025	1.384

Puspita Hanggit Lestari et.all : Correlation Of Self-Care Behavior And Quality Of Life In Hypertensive Elderly In The Tresna Werdha Social Home

Self-Care Behavior	Kurang Baik	16	20	36
Total		49	35	84

Hasil analisis bivariat antara perilaku perawatan diri dengan kualitas hidup lansia hipertensi didapatkan nilai p value sebesar 0,025 yang artinya p value <0,05, sehingga dapat diartikan bahwa H0 ditolak berarti ada hubungan yang signifikan antara *self-care behavior* dengan kualitas hidup lansia hipertensi. Berdasarkan data tersebut dapat diketahui mayoritas lansia memiliki *self-care behavior* yang baik dengan kualitas hidup yang baik sebanyak 26 lansia, sedangkan lansia hipertensi dengan perilaku perawatan diri baik akan tetapi kualitas hidupnya kurang baik sebanyak 15 lansia. Pada lansia dengan perilaku perawatan diri kurang sebanyak 18 orang memiliki kualitas hidup baik, sedangkan lansia hipertensi dengan perilaku perawatan diri kurang dan kualitas hidupnya kurang baik sebanyak 14 lansia.

Hasil ini sama dengan penelitian sebelumnya (Musyiami, 2020) dengan hasil terdapat hubungan antara perilaku perawatan diri dengan kualitas hidup lansia hipertensi dengan nilai sebesar 0,000 ($p < 0,05$) serta dengan keeratan hubungan yang bersifat sedang ($r = 0,490$) dan selaras yang berarti semakin baik perilaku perawatan diri yang dimiliki oleh lansia maka semakin baik pula kualitas hidup yang dimiliki lansia hipertensi, begitupun sebaliknya.

Salah satu faktor yang memengaruhi kualitas hidup lansia adalah perilaku perawatan diri. *Self-efficacy*, *self-care management* dan kepatuhan dalam menjalani pengobatan merupakan faktor yang memengaruhi kualitas hidup lansia hipertensi (Chendra, R. and Zulkarnain, 2020). Peningkatan kualitas hidup lansia akan menjadi kurang berhasil apabila lansia tidak mendapatkan perhatian yang baik terhadap perilaku perawatan diri.

Perilaku perawatan diri terdiri dari beberapa komponen diantaranya penggunaan

obat-obatan, , manajemen berat badan, diet rendah, garam merokok, aktivitas fisik dan konsumsi alkohol. Komponen-komponen ini merupakan hal yang penting yang perlu diperhatikan oleh lansia dengan hipertensi (Romadhon, W., et al., 2020).

Rendahnya angka perilaku perawatan diri pada lansia yang mengalami masalah Kesehatan hipertensi dapat menyebabkan menurunnya kualitas hidup lansia hipertensi (Prastika, D.P., & Siyam, N., 2021). *Self-care behavior* merupakan salah satu komponen dalam mencapai kualitas hidup lansia. Perilaku perawatan diri yang adekuat dapat meningkatkan kualitas hidup lansia hipertensi (Manangkot, M., & Suindrayasa, I., 2020).

Kualitas hidup merupakan persepsi individu tentang kehidupan dan membandingkan hidupnya dengan tujuan, harapan dan standar yang ditetapkan oleh individu tersebut (Prastika, D.Y., & Siyam, N., 2021). Kualitas hidup memiliki faktor internal dan eksternal yang saling memengaruhi (Budiono and Rivai, 2021). Faktor internal lansia yaitu ada pada dukungan keluarga, aktifitas fisik dan motivasi Lansia yang kualitas hidupnya berkurang biasanya karena berkurangnya kemampuan fisik atau mental (Budhiana, J. et al., 2022).

SIMPULAN

Dari penelitian ini dapat di simpulkan danya hubungan antara perilaku perawatan diri dengan kualitas hidup lansia hipertensi. perilaku perawatan diri pada lansia hipertensi di PSTW diketahui memiliki perilaku perawatan diri yang baik. Kualitas hidup lansia hipertensi di PSTW memiliki kualitas hidup yang baik.

SARAN

Penelitian ini diharapkan memberikan gambaran bagi tenaga Kesehatan yang bertugas di panti wherdha untuk membantu lansia dalam meningkatkan *selfcare behaviour* dan kualitas hidup lansia. Lansia perlu dibantu dalam memenuhi perawatan dirinya.

UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti mengucapkan terimakasih kepada Dinas Sosial DKI Jakarta yang memberikan izin tempat penelitian, Peneliti juga mengucapkan terimakasih pada responden yang terlibat dalam penelitian serta berbagai yang membantu pelaksanaan penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Budiono, N.D.P. and Rivai, A. (2021) 'Faktor-faktor yang mempengaruhi kualitas hidup lansia', *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 10(2)
- Chendra, R. and Zulkarnain, M. (2020) 'Kualitas Hidup Lansia Peserta Prolanis Penderita Hipertensi di Wilayah Puskesmas Kenten Laut', *Jurnal JUMANTIK (Jurnal ilmiah penelitian Kesehatan)*, 5(2)
- Dewi, R. *et al.* (2022) 'The Effect of Religion, Self-Care, and Coping Mechanisms on Quality of Life in Diabetes Mellitus Patients', *Jurnal Keperawatan Padjadjaran*, 10(1).
- Dewi, S.K. (2018) 'Level Aktivitas Fisik dan Kualitas Hidup Warga Lanjut Usia', *Media Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 14(3)
- Gusty, R.P. and Merdawati, L. (2020) 'Self-Care Behavior Practices and Associated Factors Among Adult Hypertensive Patient in Padang', *Jurnal Keperawatan*, 11(1).
- Kemenkes RI. (2018) *laporan nasional Riskesdas 2018*. Available at: <http://repository.bkpk.kemkes.go.id/3514/1/Laporan%20Riskesdas%202018%20Nasional.pdf> (Accessed: 16 January 2023).
- Lestari, P.H. (2017) 'Status Fungsional Sebagai Faktor Determinan Kualitas Hidup Lansia Pasca Stroke Di Jakarta Selatan', *JKH*, 1(2), pp. 10–21.
- Manangkot, M.V. and Suindrayasa, I.M. (2020) 'Gambaran Self Care Behaviour Pada Pasien Hipertensi Di Puskesmas Wilayah Kota Denpasar', *Community of Publishing In Nursing (COPING)*, 8(4), pp. 410–415.
- McEwen, M. and Wills, E.M. (2014) *Theoretical Basis for Nursing*. Fourth. Philadelphia: Lippincott Williams & Wilkins.
- Musyiami, D.T. (2020) *Hubungan Self Care Behavior Dengan Kualitas Hidup Lansia Hipertensi Di Pejaten Giriwungu Panggang Gunungkidul Yogyakarta*. Manuscript. Universitas Aisyiyah.
- Pangestuti, E., Diah Larasati, A. and Amayu Ida Vitani (2022) 'Gambaran Kualitas Hidup Pada Pasien Hipertensi Selama Pandemi Covid-19', *Jurnal Keperawatan Jiwa (JKJ): Persatuan Perawat Nasional Indonesia*, 10(1), pp. 219–228.
- Prastika, Y.D. and Siyam, N. (2021) 'Faktor Risiko Kualitas Hidup Lansia Penderita Hipertensi', *IJPHN (Indonesia Journal of public health of nutrition)* 1(3), pp. 407–419.
- Rachmania, D., Siswoaribowo, A. and Novitasari, P. (2022) 'Self-Control dan Self-Care Behaviour pada Penderita Hipertensi', *SpikesNas*, 01(02), pp. 378–388.
- Romadhon, W.A. *et al.* (2020) 'Hubungan antara Self Efficacy dan Self Care Behavior pada Lansia dengan Hipertensi', *Jurnal Penelitian Kesehatan 'SUARA FORIKES' (Journal of Health Research 'Forikes Voice')*, 11(4), pp. 394.
- Smeltzer, S.C. (2018) *Keperawatan Medikal Bedah (Handbook for Brunner & Suddarth's Textbook of medical-Surgical Nursing)*. 12th edn. Jakarta: EGC

Puspita Hanggit Lestari et.al : *Correlation Of Self-Care Behavior And Quality Of Life In Hypertensive Elderly In The Tresna Werdha Social Home*

Warren-Findlow, J. *et al.* (2013)
‘Preliminary validation of the Hypertension self-care activity level effects (H-SCALE) and Clinical Blood Pressure Among Patients with Hypertension’, *Journal of Clinical Hypertension*, 15(9), pp. 637–643.

WHO (2012) *Whoqol User Manual Programme On Mental Health Division Of Mental Health And Prevention Of Substance Abuse World Health Organization.*