BAB 6

PEMBAHASAN

6.1 Dukungan Keluarga Pada Lansia Dengan Hipertensi di Desa Krosok Kecamatan Sendang Kabupaten Tulungagung

Berdasarkan data penelitian mengenai dukungan keluarga pada lansia dengan hipertensi di Desa Krosok Kecamatan Sendang Kabupaten Tulungagung, didapatkan data dari 150 responden di Desa Krosok, 87 responden (58%) dukungan keluarganya baik dan 63 responden (42%) dukungan keluarganya cukup.

Lanjut usia merupakan proses menua pada manusia yang tidak dapat dihindarkan yang ditandai dengan penurunan fungsi tubuh untuk beradaptasi dengan stres lingkungan. Lanjut usia merupakan tahap akhir dari siklus kehidupan manusia, sering ditandai dengan kondisi kehidupan yang tidak sesuai dengan yang diharapkan. Proses menua inilah yang merupakan beban berat bagi lansia yang dapat menimbulkan depresi (Depsos 2006). Stres terjadi lebih banyak pada umur yang lebih tua dan dukungan keluarga yang rendah. Lansia yang berada dilingkungan keluarga atau tinggal bersama keluarga serta mendapat dukungan dari keluarga akan membuat lansia lebih sejahtera. (Marchira, dkk 2007).

Berdasarkan data yang diperoleh dari penelitian ini, dukungan keluarga terhadap lansia hipertensi menunjukan bahwa dari 150 responden mayoritas mendapatkan dukungan keluarga yang baik sebanyak 87 responden (58%). Dukungan keluarga yang diterima sebagian besar dalam kategori baik yang dipengaruhi oleh tingkat pendidikan, ekonomi serta

dalam penelitian ini sampel yang digunakan yaitu lansia yang tinggal satu rumah dengan keluarga yang mana fokus utama keluarga adalah memberikan dukungan kepada lansia itu sendiri. Dukungan Keluarga adalah sikap, tindakan dan penerimaan keluarga terhadap anggota keluargaya yang sakit. Anggota keluarga memandang bahwa orang yang bersifat mendukung selalu siap memberikan pertolongan dan bantuan jika diperlukan (Friedman, 1998).

Keluarga di pandang sebagai suatu konteks, yang fokus utama adalah pada individu, dimana keluarga merupakan kelompok primer paling penting dan dipandang sebagai sumber daya bagi lansia. Ambarwari (2010) menyatakan bahwa dukungan keluarga dapat memperkuat setiap individu, menciptakan kekuatan keluarga, memperbesar penghargaan terhadap diri sendiri, mempunyai potensi sebagai strategi pencegahan yang utama bagi seluruh keluarga dalam menghadapi tantangan kehidupan sehari-hari. Dukungan keluarga mempunyai beberapa indikator atau dimensi yaitu antar lain dukungan informasional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental, dan dukungan emosional. Dukungan yang paling baik diberikan keluarga kepada lansia yaitu dukungan penghargaan sebanyak 127 responden (84,67 %).

Dukungan yang pertama yaitu dukungan instrumental, dari 150 responden diketahui bahwa hampir seluruh responden mendapatkan dukungan instrumental cukup yaitu 92 responden (61,33%). Keluarga menjadi sumber pemberi pertolongan secara nyata, misalnya memberi bantuan langsung dari orang yang diandalkan seperti memberikan bantuan berupa materi, tenaga dan sarana. Bantuan yang bisa diberikan

diantaranya yaitu membantu memenuhi kebutuhan makan, minum, istirahat, menyediakan alat dan sarana dalam memenuhi kebutuhan sehari-hari (Rahayu, 2012). Manfaat yang didapat dari dukungan ini yaitu individu merasa mendapat perhatian atau kepedulian dari lingkungan keluarga

Dukungan yang kedua yaitu dukungan emosional, dari 150 responden diketahui bahwa hampir seluruh responden mendapatkan dukungan emosional baik yaitu 119 responden (79,33%). Dukungan emosional yang diberikan berupa rasa empati dan perhatian kepada individu sehingga membuatnya merasa lebih baik, mendapatkan kembali keyakinan dan merasa dimiliki dan dicintai oleh orang lain (Safarino, 2006).

Dukungan yang ketiga yaitu dukungan penghargaan, dari 150 responden diketahui bahwa hampir seluruh responden mendapatkan dukungan emosional baik yaitu 127 responden (84,67%). Dukungan penghargaan keluarga baik karena keluarga selalu memberikan bimbingan terhadap permasalahan-permasalahan yang di hadapi lansia menengahi atau memberikan solusi dan memberikan dukungan atau support terhadap permasalahan-permasalahan lansia dan keluarga juga memberikan penghargaan terhadap segala hal yang dilakukan oleh lansia.

Dukungan yang keempat yaitu dukungan informasional, untuk dukungan informasional didapatkan 112 responden (74,67%) dari total keseluruhan responden yaitu 150 responden. Dukungan informasional keluarga pada lansia di Desa Krosok Kecamatan Sendang Kabupaten Tulungagung tentang pemberikan nasehat terhadap permasalahan-permasalahan, maupun usulan, saran, petunjuk dan pemberian informasinya terhadap lansia tergolong cukup. Dukungan informasi

bermanfaat dalam memberikan informasi kepada lansia dan keluarga mengenai kesehatannya yang berkaitan dengan pengobatan, jadwal pengobatan, serta saran untuk merawat anggota keluarganya yang sakit. Pemberian dukungan informasi kepada lansia di Desa Krosok kurang optimal, hal ini dapat disebabkan oleh beberapa faktor antara lain yaitu kurangnya informasi yang diterima keluarga, keluarga kurang terampil dalam menyampaikan informasi kepada lansia dan juga karena memang lansia sendiri tidak mau menjalankan informasi yang diberikan keluarga kepadanya. Sehingga dalam hal ini keluarga perlu mencari informasi dari media maupun tenaga kesehatan mengenai apa saja yang menyebabkan stres pada lansia.

Kristyaningsih (2011) mengatakan bahwa semakin tinggi dukungan keluarga semakin rendah tingkat depresi pada lansia, dukungan keluarga merupakan aspek penting yang harus ada di dalam suatu keluarga, karena pentingnya dukungan keluarga terhadap kesehatan dari anggota keluarganya. meningkatnya usia pada lansia tentunya mempunyai dampak lebih banyak terjadi penyakit pada lansia, salah satunya yaitu stres pada lansia. Sehingga dalam hal ini perlu adanya peran serta yang besar dari keluarga dalam memberikan dukungan dan pemenuhan kebutuhan lansia, sehingga timbul koping yang baik dari lansia dalam menghadapi stressor.

6.2 Stres Pada Lansia Dengan Hipertensi di Desa Krosok Kecamatan Sendang Kabupaten Tulungagung

Berdasarkan data yang diperoleh dari penelitian ini stres pada lansia hipertensi di Desa Krosok menunjukan bahwa dari 150 responden hampir seluruhnya 104 responden (69,5%) stres ringan, dan sebanyak 46 responden (30,5%) mengalami stres sedang. Stres pada lansia dapat terjadi karena adanya kesedihan yang di rasakan, pesimis, tidak menyukai diri sendiri, membahayakan diri sendiri, ketidak puasan, menarik diri, keragu-raguan, marah, dan mudah gelisah.

Stres yang dialami responden dalam penelitian ini mayoritas yaitu stres ringan, stres ringan pada lansia ini dapat dipengaruhi oleh dukungan keluarga yang diberikan keluarga sebagai caregiver kepada lansia, dimana jika dukungan keluarga yang diberikan baik maka akan membantu lansia dalam mengatasi masalahnya. Stres pada lansia juga dapat dipengaruhi oleh usia dan juga riwayat hipertensi yang dialaminya.

Seorang individu ketika memasuki usia lanjut maka akan terjadi berbagai perubahan baik yang bersifat fisik, mental, maupun sosial. Memasuki lansia adalah upaya penyesuaian terhadap perubahan-perubahan tersebut. Sebagai proses alamiah, perkembangan manusia sejak periode awal hingga masa lansia merupakan kenyataan yang tidak bisa dihindari. Perubahan-perubahan menyertai proses perkembangan termasuk ketika memasuki masa usia lanjut. Sesuai pada penelitian ini yaitu yang dimaksud dengan lansia adalah seseorang yang telah berusia 60 tahun keatas yang telah mengalami banyak perubahan. Ketidaksiapan dan upaya melawan perubahan-perubahan yang dialami pada masa lansia

justru akan menempatkan individu usia ini pada posisi serba salah yang akhirnya hanya menjadi sumber akumulasi stres dan frustasi.

Stres dan lanjut usia sebagai tahap akhir siklus perkembangan manusia. Masa dimana semua orang berharap akan menjalani hidup dengan tenang, damai, serta menikmati masa pensiun bersama anak dan cucu tercinta dengan penuh kasih sayang, namun pada kenyataanya tidak semua lanjut usia mendapatkannya. Banyak faktor yang mempengaruhi hal tersebut seperti persoalan hidup yang menimpa lanjut usia contohnya: kemiskinan, kegagalan yang beruntun, stress yang berkepanjangan, ataupun konflik dengan keluarga atau anak, atau kondisi lain seperti tidak memiliki keturunan yang bisa merawatnya, riwayat penyakit yang dialami dan lain sebagainya. Kondisi hidup seperti inilah yang dapat memicu terjadinya stres pada lansia, tidak adanya media bagi lanjut usia untuk mencurahkan segala perasaan dan kegundahannya merupakan kondisi yang akan mempertahankan depresinya, karena dia akan terus menekan segala bentuk perasaan negatifnya ke alam bawah sadar (Hawari,2011).

Usia merupakan salah satu faktor yang meningkatkan resiko untuk terjadinya stres dan hipertensi pada individu (Stanley, 2007). Stres terjadi lebih banyak pada umur yang lebih tua dan dukungan keluarga yang rendah. Berdasarkan data yang diperoleh dari penelitian ini rata-rata umur subjek penelitian adalah 67 tahun. Usia termuda adalah 60 tahun sedangkan usia tertua adalah 89 tahun.

Jenis kelamin merupakan salah satu faktor yang meningkatkan resiko untuk terjadinya stres pada lansia. Berdasarkan data yang diperoleh dari penelitian ini rata-rata jenis kelamin yaitu laki-laki dengan jumlah 89

lansia. Stres umumnya lebih sering menyerang pada wanita karena wanita lebih sering terpajan dengan stressor lingkungan dan batas ambangnya lebih rendah jika dibandingkan laki-laki. Stres pada wanita juga berkaitan dengan ketidakseimbangan hormon pada tubuh wanita. Perempuan berada pada risiko yang lebih besar gangguan depresi dan kecemasan daripada laki-laki (Videbeck, 2008). Hasil penelitian ini juga bertentangan dengan hasil penelitian sebelumnya oleh Asih (2013) yang menyatakan bahwa jenis kelamin perempuan lebih rentan untuk mengalami stres. Perbedaan hasil penelitian ini dengan penelitian sebulmnya mungkin dapat dikarenakan perbedaan karakteristik responden dimana dalam penelitian ini jumlah responden mayoritas adalah laki-laki dan juga dari sisi demografi tempat penelitian ini merupakan daerah pegunungan.

Faktor berikutnya yang dapat mempengaruhi stres pada lansia yaitu riwayat hipertensi (Mardiana, 2014). Berdasarkan data yang diperoleh dari penelitian ini mayoritas responden mengatakan bahwa mempunyai riwayat hipertensi sebanyak 92 responden (61,33%). Riwayat hipertensi dapat memicu terjadinya stres pada lansia hal ini dikemukanan oleh Setiono (2004) yang menjelaskan bahwa stres dapat dipicu oleh reaksi psikologis terhadap penderitaan akibat penyakit fisik yang dialami oleh individu. Riwayat hipertensi berkaitan dengan fikiran individu tentang riwayat penyakit yang dialaminya sehingga menjadi stres. Pikiran dapat menimbulkan stres, berbagai problematika yang kompleks jika dipikirkan secara mendalam dapat menyebabkan seseorang kehilangan gairah untuk melakukan suatu kegiatan.

Diet rendah garam pada lansia penderita hipertensi juga merupakan suatu faktor yang mempengaruhi, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa mayoritas subjek melakukan diet rendah garam yaitu sebanyak 123 responden. Subjek penelitian yang sering mengkonsumsi makanan asin cenderung menderita hipertensi dibandingkan subjek penelitian yang melakukan diet rendah garam. Hasil penelitian ini sejalan dengan teori yang menyatakan bahwa garam berkontribusi terhadap kejadian hipertensi. Penelitian sebelumnya oleh Sugiharto (2007) juga menyatakan bahwa mengkonsumsi makanan asin mempunyai hubungan yang bermakna dengan kejadian hipertensi dimana seseorang yang terbiasa mengkonsumsi makanan asin beresiko menderita hipertensi 3,95 kali dibandingkan yang tidak mengkonsumsi makanan asin.

6.3 Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Stres Pada Lansia Hipertensi di Desa Krosok Kecamatan Sendang Kabupaten Tulungagung

Berdasarkan data yang diperoleh, mengenai hubungan dukungan keluarga dengan stres pada lansia dari 150 responden 87 responden (58%) yang dukungan keluarganya baik di antaraya ada 73 responden (48,6%) mengalami stres ringan, 14 responden (9,33%) mengalami stres sedang dan untuk yang stres berat tidak ada. 63 responden (42%) yang dukungan keluarganya cukup di antaranya 31 responden (20,6%) mengalami stres ringan, 32 responden (21,3%) mengalami stres sedang dan untuk yang stres berat tidak ada.

Berdasarkan hasil uji statistik *Spearman Rho* dengan tingkat signifikan α = 0,05 di dapatkan signifikan < α yaitu 0,000 yang berarti H0 di

tolak. Adapun maknanya yaitu ada hubungan antara dukungan keluarga dengan stres pada lansia dengan hipertensi yang artinya semakin tinggi dukungan keluarga semakin rendah tingkat stres pada lansia.

Friedman (1998) menyatakan bahwa stress sangat rentan terjadi pada lanjut usia karena faktor kehilangan, penurunan kesehatan fisik, dan kurangnya dukungan dari keluarga. Kurangnya dukungan keluarga kepada lanjut usia, akan mempengaruhi koping pada lansia tidak adekuat. Koping yang tidak adekuat dalam mengahadapi masalah, akan menyebabkan krisis yang bertumpuk dan berkepanjangan yang akhirnya dapat menimbulkan gejala depresi.

Lansia dalam menjalani kehidupan sehari-hari perlu mempunyai mekanisme koping agar meredakan krisis dalam masalah di keluarga. Koping berasal dari kemampuan individu memecahkan masalah, mempunyai pandangan positif, kesehatan fisik, keterampilan sosial dan materi yang memadai dan dukungan keluarga. Koping dapat mengarah ke adaptif, dimana lansia dapat mengatasi masalahnya dan terhindar dari depresi. Namun jika koping jatuh pada keadaan yang maladaptive, maka lansia akan cenderung depresi.

repository.ub.ac.id
UNIVERSITAS BRAWIJAYA

6.4 Keterbatasan Penelitian

Penelitian ini menggunakanan pendekatan *Cross Secsional Study* yaitu suatu teknik pengambilan data kedua variabel dalam satu waktu. Desain penelitian ini mempunyai kelemahan dimana untuk mendapatkan subjek penelitian hanya diteliti melalui observasi sekali yaitu ketika pemeriksaan. Padahal untuk tekanan darah subjek penelitian dapat berubah karena beberapa faktor misalnya stres dan kondisi tubuh.

Data yang digunakan dalam penelitian ini adalah data primer yang diperoleh melalui metode kuesioner dimana subjek penelitian diperoleh sesuai dengan kriteria. Metode pengambilan data menggunakan kuesioner mempunyai kelemahan yaitu tidak dapat menggali informasi terkait variabel yang diteliti secara lengkap.

6.5 Implikasi Keperawatan

6.5.1 Ilmu keperawatan

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan data hubungan yang cukup signifikan antara hubungan dukungan keluarga dengan stres lansia hipertensi di Desa Krosok Kecamatan Sendang Kabupaten Tulungagung. Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai masukan dan informasi kesehatan khususnya keperawatan komunitas dan mahasiswa keperawatan yang termasuk didalamnya dapat memperluas informasi terkait pentingnya dukungan keluarga dalam membantu mengatasi masalah anggota keluarganya seperti stres pada lansia.

repository.ub.ac.id
UNIVERSITAS BRAWIJAYA

6.5.2 Praktik Keperawatan

Hasil penelitian ini diharapkan berpengaruh pada peningkatan derajat kesehatan pada lansia. Hasil penelitian ini dapat dijadikan referensi bahwa semakin baik dukungan keluarga maka stres pada lansia hipertensi juga semakin turun. Institusi keperawatan dengan tim pengajar dan mahasiswa keperawatan didalamnya diharapkan dapat bekerja sama dalam meningkatkan strategi intervensi keperawatan di masyarakat dengan strategi intervensi yang tepat sasaran dan sesuai dengan kebutuhan diharapkan jumlah usia harapan hidup akan semakin meningkat dan lansia dapat menjalani aktivitas sehari-hari dengan produktif dan tetap sehat.