TUGAS KESEHATAN KELUARGA DENGAN PERILAKU GAYA HIDUP LANSIA PENDERITA HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS BINTAUNA KABUPATEN BOLAANG MONGONDOW UTARA

[1]Rona Febriyona. [2]Andi Nuraina Sudirman
Program Studi Ilmu KeperawatanFakultasIlmuKesehatan Universitas Muhammadiyah Gorontalo
e-mail: [1]*ronafebriyona@umgo.ac.id* [2]*andinurainasudirman@umgo.ac.id*

ABSTRACT

Elderly is the final stage of human life cycle, is part of the life process that cannot be avoided and will be experienced by every individual. Therefore, in behaving in a healthy lifestyle, the elderly really need family support. The purpose of this study was to determine the Relationship of Family Health Tasks with Healthy Lifestyle Behavior of Elderly Patients with Hypertension in the Work Area of Bintauna Health Center. This type of research used quantitative research with descriptive correlation research with cross sectional methods. And the sampling technique using questionnaires to 100 respondents. Determination of the sample using Purposive Sampling. Data analysis using Chi Square Test. Results Showed Family Health Task with a good category of 78 respondents (95.1%) and less category 4 respondents (4.9%). And healthy lifestyle behaviors with a good category of 7 respondents (38.9%) and less categories of 11 (61.1%). The conclusion is that there is a strong correlation between family health tasks with healthy lifestyle behaviors in the elderly. The results were significant (p = 0,000 <a = 0.01).

Keywords: *Family Health Tasks, Elderly Healthy Lifestyle Behavior*

ABSTRAK

Lanjutusiaadalahtahapakhirhidupsiklusmanusia, merupakanbagiandari proses kehidupan yang tidakdapatdihindarkan dan akandialami oleh setiapindividuUntukitudalamberperilakugayahidupsehatlansiasangatmembutuhkandukungan keluarga.

TujuanpenelitianiniyaituuntukmengetahuiHubunganTugasKesehatanKeluargadenganPerilaku Gaya HidupSehatLansiaPenderitaHipertensi di Wilayah KerjaPuskesmasBintauna. Jenispenelitian yang di gunakanpenelitiankuantitatifdenganjenispenelitiandeskriptifkolerasidenganmetode*cross sectional* dan Teknik pengambilansampeldenganmenggunakankusioner pada 100 responden. Penentuansampelmenggunakan*Purposive Sampling*. Analisa data menggunkan Uji Chi Square. Hasil MenunjukanTugasKesehatanKeluargadenganKategoribaik 78 responden (95,1%) dan Ketegorikurang 4 responden (4,9%). Dan perilakugayahidupsehatdengankategoribaik 7 responden (38,9%) dan ketegorikurang 11 (61,1%). Kesimpulan dalampenelitianiniterdapathubungan yang kuatantaratugaskesehatankeluargadenganperilakugayahidupsehat pada lansia. Hasil nilaisignifikan($_p$=0,000<$_a$=0,01).

Kata Kunci : TugasKesehatanKeluarga, Perilaku Gaya HidupSehatLansia

PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan tantanganbesar di Indonesia. Betapatidak, hipertensimerupakankondisi yang seringditemukan pada pelayanankesehatan primer kesehatan. Hal itumerupakanmasalahkesehatandenganprevalensi yang tinggi, yaitusebesar 25,8%, sesuaidengan data Riskesdas 2013. Di sampingitu, pengontrolanhipertensibelumadekuatmeskipunobat-obatan yang efektifbanyaktersedia.

Bedasarkan data WHO tahun 2011 menunujukan 1 miliyar orang di dunia menderitaHipertensi, 2/3 diantaranyaberada di negara berkembang yang berpenghasilanrendahsampaisedang.

Menurut*American Heart Association* (AHA), penduduk Amerika yang berusiadiatas 60 tahunmenderitahipertensitelahmencapaiangkahingga 74,5 jutajiwa, namunhampersekitar 90-95% kasustidakdiketahuipenyebabnya (Kemenkes RI, 2014). (Ardiansyah, 2012)

Dunia mengalamipenuaandengancepat, proporsipenduduklanjutusia (Lansia) yang berusia 60 tahunkeatasmenjadidua kali lipatdari 11 % di tahun 2011 menjadi 22% pada tahun 2025. Populasilansia di dunia yang ada pada tahun 2011 sekitar 650 juta, akanmencapai 2 miliar pada tahun 2025. Untukpertamakalinyadalamsejarahmanusia, pada saatitu aka nada lebihbanyak orang tuadari pada anak-anakusia 0-14 tahun di populasi. Negara-negara berkembangakanmengalamitingkatpenuaan yang jauhlebihcepatdari negara-negara maju (KementrianKesehatan RI 2012).

Masalah yang dihadapilansiaharusdiatasidenganmemberikandukungan keluarga. Dukungan keluargamenjadikankeluargamampuberfungsidenganberbagaikepandaianakal, sehinggaakanmeningkatkankesehatan dan adaptasidalammelakukanaktivitassehari-hari (Ahmad, 2012).

Lansiamerupakanindividu yang beradadalamtahapanusia*late adulthood*atau yang dimaksuddengantahapanusiadewasaakhir, dengankisaranusiadimulaidari 60 tahunkeatas. (Widyanto 2014).

Gaya hidup sangat berpengaruh terhadapkondisifisikmaupunpsikisseseorang. Perubahangayahidupdan rendahnyaperilakuhidupsehatsepertipolamakan yang tidakbaik, porsiistirahat yang tidakseimbangdenganaktifitas yang dilakukan, minimnyaolah raga, kebiasaan-kebiasaantidaksehatsepertimerokok, minum-minuman yang beralkohol, konsumsiobat-obatantertentu dan stressadalah salah satudari penyebab Hipertensi. (Hanafi,2016)

Berdasarkan data dariPuskesmasBintaunaKabupatenBolaangMongondow Utara pada 5 bulanterakhirJanuari-Mei 2019 penderitaHipertensi pada Lansiakeseluruhanberjumlah 487 jiwa. Sedangkan pada lansia yang menderitaHipertensi pada rentanusia 60-69 tahunberjumlah 387 jiwa. Laki-laki 197 orang jiwa dan pada perempuan 190 orang jiwa.

Penelitimelakukansurveyawaldisekitaran wilayah kerjaPuskesmasBintaunaterdapat 10 orang lansia yang tersebar di 11 desa (Kuhanga, Padang Barat, Padang Induk, Vuhuta, Pimpi, Telaga, Voaa, Kelurahan, Bunong, Mome, Huntuk) yang tinggalbersamakeluarga inti.

METODE PENELITIAN

Desainpenelitianmerupakanseluruh proses yang dibutuhkandalamperencanaan dan pelaksanaanpenelitian, yang membantupenelitiandalammengumpulkan dan menganalisis data untukmendapatkanbukti-buktiempirisgunamenjawabpertanyaanpenelitian (Asep, 2018)Jenispenelitian yang di gunakanpenelitiankuantitatifdenganjenispenelitiandeskriptifkolerasidenganmetode*cross sectional*. DenganmencariHubungantugaskesehatantentanghipertensidenganperilakuhidup dan bersihlansia di PuskesmasBintaunaKabupatenBolaangMongondow Utara.

Populasiadalah wilayah generalisasi yang terdiriatasobjek/objek yang mempunyaikualitas dan karakteristiktertentu yang diterapkan oleh penelitiuntukmempelajari dan kemudian di tarikkesimpulannya (Sugiyono, 2012).Populasi pada penelitianiniadalahLansia yangmengalamihipertensi di wilayah kerjaPuskesmasBintaunadenganpresentasi laki-lakiberjumlah 197 orang jiwa, perempuandenganpresentasi 190 orang jiwa, denganjumlahkeseluruhan 387 jiwa.

Sampelmerupakanbagiandaripopulasi yang diharapkandapatmewakiliataurespresentatifpopulasi. Penentuansampeldalampenelitianiniadalah *Purposive Sampling*. Rumus yang digunakandalamsampeliniadalahRumusSlovin.Sampeldalampenelitianiniberjumlah 100 responden

HASIL DAN PEMBAHASAN

1) KarakteristikLansiaBerdasarkanUmur

Tabel 1 Karakteristiklansiaberdasarkanumur

No	Umur	Jumlah	Persentasi (%)
1	60-61	53	53,0
2	62-63	12	12,0
3	64-65	5	5,0
4	66-67	13	13,0
5	68-69	3	3,0
6	70-71	10	10,0
7	72-73	1	1,0
8	74-75	3	3,0
TOTAL	**100**	**100**	**100,0**

Sumber : Data Primer (2019)

Hasil penelitian pada tabel 1 menunujukanbahwarespondenlansialebihbanyakberada pada usia 60-61 tahundenganjumlah 53 responden (53,0%). Hal inidikarenakanlansiamengalamiperubahanataukemundurandalamberbagaiaspekkehidupannya, baiksecarafisikmaupunpsikis.

2. RespondenLansiaBerdasarkanJenis Kelamin

Tabel 2 DistribusiRespondenBerdasarkanJenisKelamin

No	JenisKelamin	Jumlah	Persentasi (%)
1	Laki-Laki	30	30,0 %
2	Perempuan	70	70,0 %
TOTAL		**100**	**100,0**

Sumber : Data Primer (2019)

Berdasarkanhasilpenelitian yang didaptkanbaikobservasimaupunkusioner yang diisi oleh responden, yang memilikigayahidupsehat yang kurangbaikada pada jeniskelaminlaki-laki. Pada hasilobservasi dan kusioner yang didapatkanternyatalaki-lakikurangmemperhatikangayahidup yang sehatsepertikebiasaanmerokok yang tidakdapat di hilangkansehinggadapatmenyebabkankesehatanterganggu.

Menurutpendapatpeneliti, dilihatdarihasil yang di dapatkanyaitulaki-lakilebihbanyakberperilakugayahidup yang kurangbaik, halini di karenakandilihatdarikusioner yang di dapatkanrespondentidakmengaturgayahidup yang sehat salah satunyayaitutidakmengatur menu makananseimbang dan seringmengkonsumsi garam yang berlebihansehinggadapatmenimbulkanpenyakithipertensi. Hal inimenunjukangayahiduplansia yang kurangbaikbelumsepenuhnyatahutentangcaramengatasiterjadinyahipertensi.

3. Responden Lansia Berdasarkan Tingkat Pendidikan

Tabel 3 Karakteristik Respondenberdasarkanpendidikan

No	Tingkat Pendidikan	Jumlah	Persentasi (%)
1	SD	39	39,0 %
2	SMP	27	27,0 %
3	SMA	34	34,0 %
TOTAL		100	100,0 %

Sumber : Data Primer (2019)

Berdasarkantabel 3 di atasmenunjukan Pendidikan ini memperolehhasilbahwadari 100 respondendidapatkanlebihbanyakresponden yang berpendidikan SD sebanyak 39 responden (39,0 %).

Lansiadengan status Pendidikan rendahkurangrendahkurangdapatberperilakugayahidup yang lebihsehatkarenakurangmemilikiinformasi yang cukupterkaitdenganpenyakit dan perawatan. Makadariituasumsidaripenelitibahwakarenarendahnya Pendidikan lansiainimengakibatkanlansiamudahterken

apenyakit salah satunyahipertensi. Tetapidalampenelitianiniterlihatbahwames kipunbanyaklansiaberpendidikanrendahbu kanberartimerekatidakbiasberperilakugaya hidupsehat.

Menurutpeneliti Pendidikan dapatberpengaruhdalamkehidupanseseora ng, dengandemikianakanmenimbulkanperuba han pada dirinyasendiri, karenatidakdapat di pungkiri, semakintinggi Pendidikan seseorangakansemakinmudah pula seseorangtersebutakanmenerimainformasi tentangkesehatan.

4. RespondenLansiaBerdasarkanPek erjaan

Tabel 4 DistribusiRespondenBerdasarkanPekerja an di Wilayah KerjaPuskesmasBintauna

No	Pekerjaan	Jumlah	Persentase (%)
1	IRT	56	56,0
2	TANI	22	22,0
3	SWASTA	22	22,0
TOTAL		100	100,0

Sumber : Data Primer (2019)

Berdasarkantabel 4 dapatdilihatbahwadarijumlah 100 respondensebagianbesarkeluargaberprofes isebagai IRT yaitusebanyak 56 responden (56,0%).

Pekerjaankeluargainiberpengaruhterhadap tugaskesehatankeluargadalamperilakugay ahiduplansiauntukmenjagakesehatannya. Hal itukarnadalampenelitianiniadabeberapapro fesi yang menjadirespondenpenelitianyaitu IRT, Swasta, PNS. Dari ketigaprofessiinimenunujukantugaskeseha tankeluarga yang di berikankepadalansiacenderung pada baik dan kurang.

Menurutpendapatpenelitiberdasar kanpekerjaan, respondentersebutkurangmemilikiinforma siataupengetahuantentangpencegahanpeny akithipertensiatauapasaja yang dapatmenyebabkanhipertensitersebut.

Bekerjamerupakansuatuhalsentral dalamhidupmanusia di berbagaikebudayaan, meskipuntidakdapat di pungkiribahwasetiapbudayamemilikinilai dan konsepsitersendiridalammemaknaisuatupe kerjaan.

Kita dapat melihat bahwa bagaimanapunb ekerjamerupakansuatuhal yang penting dan signifikanuntukmayoritas orang denganmelihatpertimbanganbahwaindivid umendedikasikanhidupnyauntukbekerja (Nurani Siti Anshori, 2013)

AnalisisUnivariat

1. DistribusiFrekuensiBerdasarkanT ugasKesehatanKeluarga

Tabel 5 DistribusiFrekuensiBerdasarkanTugasKes ehatanKeluarga di Wilayah kerjaPusekesmasBintauna

TugasKesehatanKeluarga	Frekuensi	Persentasi (%)
Baik	82	82,0 %
Kurang	18	18,0 %
TOTAL	100	100,0

SumberData : Data Primer (2019)

Hasil penelitian pada tabel 5 menunjukanbahwatugaskesehatankeluarga yang tergolongbaik 78 responden (95,1%) dan tugaskeluarga yang kurangbaikberjumlah 4 responden (4,9%). Hal inimenunjukanbahwasebagianbesarrespon dendalampenelitianinimemilikidukungand alammelaksanakantugaskesehatankeluarg anyasecara optimal.

Menurutpenelitidukungankeluarg adapatmewujudkandenganmemberikanper hatian, empati, memberikanmotivasi, memberikan saran, dan pengetahuan yang dimilikikeluarga.

Dukungankeluargainiberkaitandenganpem bentukankeseimbangan mental dan kepuasanpsikologi. Hal inimenunjukanlansiatidakmungkinmemen uhikebutuhanfisikmaupunpsikologisnyase ndiribaikdalamhalgayahidupsehatsehingga membutuhkandukungansosial yang dimana salah satunyaberasaldarikeluarga.

Dukungankeluargadiartikandenga nkesediaananggotakeluargauntukmemberi kanbantuankepadaanggotakeluarga yang menderitahipertensidalamperawatanhipert ensi. (Friedman, 2012), menyatakanadanyabeberapaaspekdukunga nkeluargayaitudukunganemosional, dukungan instrumental, dukunganinformatif, dukunganpenghargaan.

2). DistribusiFrekuensiBerdasarkanPerilaku Gaya Hidup

Tabel 6 DistribusiFrekuensiBerdasarkanPerilaku Gaya Hidup di Wilayah kerjapuskesmasBintauna

No	TugasKesehatan Keluarga	Perilaku Gaya Hidup						
		Baik		KurangBaik		Total		P *value*
		N	%	N	%	N	%	
1	Baik	78	95,1	4	4,9	82	100,0	0,000
2	Kurang	7	38,9	11	61,1	18	100,0	
Total		85	85,0	15	15,0	100	100,0	

Perilaku Gaya Hidup	Frekuensi	Persentasi (%)
Baik	85	85,0 %
Kurang	15	15,0 %
TOTAL	100	100,0

Sumber : Data Primer (2019)

Berdasarkanhasilpenelitian pada tabel 6 di atasdapat di jelaskanbahwadarijumlah 100 responden di dapatkan yang memilikiperilakugayahidupsehat yang baiksebanyak 85 responden (85,0%), sedangkan yang memilikiperilakugayahidupsehatkurangbaiksebanyak 15 responden (15,0%).

Menurutpenelitirespondenadabeberapalansia yang memilikigayahidupsehat yang kurangsehat, halinitersebutdisebabkanKarenalansiamengkonsumsi garam dan makananawetan, mengkonsumsimakananmanis dan tinggienergi, mengkonsumsi lemak, merokok dan jarangmelakukanaktivitasfisik. Sehinggamenyebabkankesehatanlansiaterganggu, tetapimasiada juga lansia yang memilikiperilakugayahidupsehat yang baik. Hal inimenunjukanbahwalansiamasisadarakan kesehatannyasendiri, sepertilansiarutinmengikutikegiatanposyandu yang dilaksanakan oleh petugaskesehatan, mengkonsumsimakanan yang seimbang dan memeriksatekanandarah.

MenurutLisnawatigayahidupsehat menggambarkanpolaprilakusehari-hari yang mengarah pada upayamemeliharakondisifisik, mental dan socialberadadalamkeadaanpositif. SedangkanmenurutNotoatmodjo (2012) Perilakusehatadalahperilaku- perilaku yang berkaitandenganupayaataukegiatanseseoranguntukmempertahankan dan meningkatkankesehatannya. (Ina Eriana, 2017).

AnalisisBivariat

Tabel 7 HubunganTugasKesehatanKeluargadenganPerilaku Gaya HidupLansia di wilayah kerjaPuskesmasBintauna

Sumber : Data Primer (2019)

Hasil peneliti pada tabel 7 di atasdiketahuirespondendenganvariabletugaskesehatankeluargadengankategoribaik dan variablegayahidupkategoribaiksejumlah 78 responden (95,1%), dan variabletugaskesehatankeluargadengankategoribaik dan variableperilakugayahidupdengankategorikurangsejumlah 4 responden (4,9%), respondendenganvariabletugaskesehatankeluargadengankategorikurang dan variableperilakugayahidupkategoribaiksejumlah 7 responden (38,9%), dan variabletugaskesehatankeluargakategorikurangsejumlah 11 responden (61,1%). Hasil uji chi-square menunjukannilai p-valuesebesar 0,000 < 0,002, makadapat di simpulkanbahwaterdapathubunganbermaknaantaratugaskesehatankeluargadenganperilakugayahiduplansiapenderitahipertensi di wilayah kerjapuskesmasbintaunakab. BolaangMongondow Utara.

Menurutpenelitikeluargadengandukungankuatakanmemberikanefekpositifkepadalansia. Hal initerlihatdarihasilpersentasikeluargadengantugaskesehatankeluargadenganbaikdanvariablegayahidupdengankurangsejumlah 4 responden (4,9 %) , halinikarenalansia di

bantu dengandukungandarikeluarganya yang mampumengenalmasalahkesehatan, mampumengambilkeputusan, merawatanggotakeluarga yang sakit, memodifikasikeluarga, dan memanfaatkanpelayanankesehatan, akanmerasa di perhatikan dan akanlebihpedulidengankesehatannya, yaitudengandilihatdarilansia yang mempunyaikeinginanuntukmengunjungi dan menggunakanfasilitaskesehatan yang ada di puskesmassetempat. Dalampenelitianini juga masihterdapat 7 responden (38,9 %) daritugaskesehatankeluarga yang kurangmemberikandukungankepadalansia, tetapilansiamemilikigayahidupsehat. Hal ini di sebabkankarenalansiaselalumengikutikegiatanposyandu, penyuluhantentangkesehatan dan setelahmengikutikegiatantersebutlansiamenerapkangayahidup yang sehatdalamkehidupannyasehari-haritanpaadadukungankeluarga.

Gaya hidupsehatadalahkebiasaanseseoranguntukmenerapkanhidupsehatdalamkehidupannyasehari-hari dan menghindarikebiasaanburuk yang mengganggukesehatan. Gaya hidupsehatdapat di lakukandenganmengkonsumsimakanan yang bergiziseimbang, melakukanaktivitasfisikatauolahragasecarabenar dan teratur, istirahat yang cukup dan tidakmerokok (Dewi, 214).

Keluargamerupakan*support system*utamadalamlansiamempertahankan kesehatannya. Perankeluarga dan perawatanlansiayaitumenjagaataumerawatlansia, mempertahankan dan meningkat status mental, mengantisipasiperubahansocialekonomisertamemberikanmotifasi dan memfasilitasikebutuhan spiritual bagilansia. Adanyadukungankeluargaakanmemberikankekuatan dan menciptakansuasanasaling memilikisatusama lain pada anggotakeluargatersebutdalammemenuhikebutuhanperkembangan dan kesehatan

PENUTUP

Simpulan

Karakteristik responden berdasarkan umur dewasa lebih banyak memiliki perilaku yang kurang, berdasarkan jenis kelamin yang dimilki perilaku kurang adalah laki-laki, berdasarkan pendidikan yang memiliki perilaku kurang adalah SMP dan berdasarkan pekerjaan yang memiliki perilaku kurang adalah TANI dan SWASTA.

Distribusi responden berdasarkan Tugas Kesehatan Keluarga di dapatkan dukungan keluarga yang lebih banyak adalah perilaku baik dan kyang memiliki tugas kesehatan keluarga yang sedikit adalah perilaku kurang.

Distribusi responden berdasarkan perilaku gaya hidup sehat lansia yang lebih banyak yaitu perilaku gaya hidup kurang baik dan perilaku gaya hidup yang sedikit perilaku gaya hidup yang baik.

Rendahnyapengetahuan dan sikaplansiatentanghidupsehatberdampakterhadaptingginyaprevalensihipertensi, selainitupolamakan dan aktivitasfisik juga mempunyaihubungan yang signifikanterhadapperilakulansiadalampegendalianhipertensi di wilayah kerjapuskesmasbintaunakabupatenBolaangMongondow Utara.

Ada hubungan antara tugas kesehatan keluarga dengan perilaku gaya hidup lansia penderita hipertensi di wilayah kerja puskesmas bintauna

DAFTAR PUSTAKA.

Abdul dan SanduSiyoto, (2016). Pendidikan Keperawatan Gerontik. Yogyakarta; penerbitandi.

AndraSaferi Wijaya dkk. (2013). KeperawatanMedikalBedah. Jogajakrta; Nuhamedika

Ahmad Hanafi, (2016). Gambaran Gaya HiduppenderitaHipertensi di KecamatanSumowono, Kabupaten Semarang. Skripsi: JurusanKeperawatanFakultasKedokteranUniversitasDiponegoro Semarang

Ardiansya, (2012). Medikal Bedah. Wonosari, Baturetno, Banguntapan Jogjakarta

Dewi Sofia Rhosma, (2014). Menembus Dunia Lansia. PT. Eleks Media Komputindo. Jakarta

Helmawati, (2016). Pendidikan Keluarga; Teoritis dan Praktis

Ina Eriana, (2017). Hubungan Gaya HidupdenganKejadianHipertensiPegawai Negri Sipil UIN Alahuddin Makassar. Skripsi: Program StudiKesehatan Masyarakat FakultasKedokteran dan IlmuKesehatan UIN Makassar.

Marilyn M. Friedman dkk, (2012) KeperawatanKeluargaRiset, teori dan Praktik.

Maryusmandkk, (2015). Hubungan Gaya Hidup dan Pola MakanDenganKejadianHipertensi Pada Lansia Di KelurahanSawanganBaru. Jurnal. PISG FIK Universitas Pembangunan Internasional