

**PENGALAMAN PASIEN HIPERTENSI LANSIA SELAMA COVID-19
DI DESA SEI BULUH KECAMATAN TELUK MENGKUDU
KABUPATEN SERDANG BEGADAI**

Dewi Adinda Sari¹, Rostime Hermayeni Simanullang^{2,*}

^{1,2}Program Studi S1 Ilmu Keperawatan, Universitas Murni Teguh

*Koresponding: hermayeni@gmail.com

Hypertension is known as "the silent killer," where sufferers are unaware that they have hypertension. This condition occurs because symptoms are not felt until the sufferer is aware that their blood pressure is too high and complications that can lead to death may have occurred and numbers continue to rise each year, have become a concern during the COVID-19 pandemic. This objective is to explore the meaning of the experiences of elderly hypertension patients during the Covid-19 pandemic. This research uses a qualitative type with a phenomenological design. In this study, the researcher used 7 participants. The data analysis techniques used by the researcher are (1) data reduction, (2) data display, and (3) drawing conclusions. The results of this study are in the form of 4 themes related to the experiences of elderly hypertension patients during the Covid-19 pandemic, including: (1) elderly knowledge about hypertension, (2) ability to handle hypertension, (3) strategies for controlling hypertension, (4) obstacles to handling hypertension. The conclusions in this study are: (1) Elderly people who have a history of hypertension are able to understand hypertension, (2) Elderly people are able to treat hypertension early when they start to experience hypertension, (3) Elderly people know what actions they should take to control hypertension, (4) Elderly people know what obstacles or constraints they often experience when they experience hypertension.

Keywords: Covid-19, Elderly, Hipertention

Abstrak

Hipertensi dikenal dengan "*the silent killer*" dimana Penderita tidak mengetahui bahwa dirinya menderita hipertensi. Kondisi ini dikarenakan gejala yang tidak dirasakan sampai penderita diketahui tekanan darah terlalu tinggi dan mungkin telah terjadi komplikasi yang dapat mengakibatkan kematian dan jumlah penderitanya terus meningkat setiap tahun menjadi perhatian dimasa pandemi COVID-19. Tujuan penelitian untuk menggali makna pengalaman pasien hipertensi lansia selama masa pandemi Covid-19 di Desa sei Buluh Kecamatan Teluk Mengkudu Kabupaten Serdang Bedagai. Metode penelitian ini menggunakan tipe kualitatif dengan desain fenomenologis. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan 7 partisipan. Teknik analisa data yang digunakan peneliti adalah (1) reduksi data (*data reduction*), (2) penyajian data (*data display*) dan (3) penarikan simpulan. Hasil dari penelitian ini Adalah berupa tema sebanyak 4 tema terkait pengalaman pasien hipertensi lansia selama masa pandemi Covid-19 meliputi: (1) pengetahuan lansia tentang Hipertensi, (2) Kemampuan menangani hipertensi, (3) Strategi mengontrol Hipertensi, (4) Hambatan penanganan hipertensi Kesimpulan dalam penelitian ini adalah (1) Lansia yang memiliki riwayat penyakit Hipertensi, mampu memahami tentang hipertensi, (2) Lansia mampu menangani Hipertensi secara dini pada saat mulai mengalami hipertensi, (3) Lansia mengetahui bagaimana Tindakan yang mereka harus lakukan dalam mengontrol hipertensi, (4) Lansia mengetahui bagaimana hambatan atau kendala yang sering mereka alami pada saat mengalami hipertensi.

Kata Kunci: Covid-19, Hipertensi, Lansai

PENDAHULUAN

Hipertensi atau yang di kenal dengan nama penyakit darah tinggi Hipertensi menjadi salah satu penyakit yang paling banyak di miliki oleh orang di dunia. *World Health Organization* (WHO) pada tahun 2015 menyebutkan bahwa sekitar 1,13 Miliar orang di dunia mengalami hipertensi, artinya 1 dari 3 orang di dunia terdiagnosis hipertensi kejadian hipertensi kian meningkat tiap tahunnya. Pada tahun 2025 diperkirakan akan ada 1,5 Miliar orang yang terkena hipertensi, dan 9,4 juta orang meninggal yang diakibat hipertensi dan komplikasinya (WHO, 2015).

Hipertensi dikenal dengan "*the silent killer*" dimana Penderita tidak mengetahui bahwa dirinya menderita hipertensi. Kondisi ini dikarenakan gejala yang tidak dirasakan sampai penderita diketahui tekanan darah terlalu tinggi dan mungkin telah terjadi komplikasi yang dapat mengakibatkan kematian (Noviyanti, 2015). Hipertensi menurut World Health Organization (WHO) adalah suatu kondisi dimana pembuluh darah memiliki tekanan darah tinggi (tekanan darah sistolik 140 mmHg atau tekanan darah diastolik 90 mmHg) yang menetap. Tekanan darah adalah kekuatan darah untuk melawan tekanan dinding arteri ketika darah tersebut dipompa oleh jantung ke seluruh tubuh. Semakin tinggi tekanan darah maka semakin keras jantung bekerja (WHO, 2013).

Badan kesehatan Dunia (WHO) menyebutkan jumlah penderita hipertensi akan terus meningkat seiring dengan jumlah penduduk yang bertambah pada 2025 mendatang diperkirakan sekitar 29% warga dunia terkena hipertensi. WHO menyebutkan negara ekonomi berkembang memiliki penderita hipertensi sebesar 40 % sedangkan negara maju hanya 35% kawasan Afrika memegang posisi puncak penderita hipertensi, yaitu sebesar 40%. Kawasan Amerika sebesar 35% dan asia tenggara 36%. Kawasan asia penyakit ini telah membunuh 1,5 juta

orang setiap tahunnya. Hal ini menandakan satu dari tiga orang Dunia dikejutkan dengan mewabahnya jenis pneumonia baru yang bermula dari sebuah kota bernama Wuhan, Provinsi Hubei di Tiongkok yang kemudian menyebar dengan cepat ke lebih dari 190 negara di awal tahun 2020. Wabah ini dinamakan corona virus disease 2019 (COVID-19) yang disebabkan oleh *severe acute respiratory syndrome coronavirus-2* (SARS-CoV-2) (Suharyanto, 2020).

Berdasarkan rekomendasi *Join National Committee dalam The Eighth Report of Join National Committee on Prevention, Detection, Evaluation and Treatment of High Blood Pressure* menyatakan bahwa tekanan darah tinggi (hipertensi) merupakan suatu keadaan dimana tekanan darah seseorang 140 mmHg (sistolik) dan atau 90 mmHg (Natalia et al., 2014). Sedangkan menurut Adib (2019) hipertensi adalah suatu keadaan dimana terjadi peningkatan tekanan darah di atas ambang batas normal yaitu 120/80 mmhg Menurut WHO (*World Health Organization*), batas tekanan darah yang di anggap normal kurang dari 130/85 mmHg. Bila tekanan darah sudah lebih dari 140/90 mmHg dinyatakan hipertensi (batas tersebut untuk orang dewasa di atas 18 tahun).

Hipertensi Esensial (Primer), merupakan hipertensi yang tidak diketahui penyebabnya atau disebut juga dengan hipertensi idiopatik sekitar 95% kasus hipertensi esensial. Banyak faktor yang mempengaruhi seperti genetika, lingkungan, hiperaktivitas, susunan saraf simpatik, system rennin angiotensin, efek dari ekskresi Na, obesitas, merokok, dan stress (Sutanto, 2010). Hipertensi Sekunder, merupakan hipertensi yang disebabkan karena adanya penyakit lain, seperti gangguan ginjal, penyempitan pembuluh darah terutama ginjal, tumor tertentu, atau gangguan hormon. Gangguan tersebut mengakibatkan gangguan aliran darah sehingga jantung harus lebih keras sehingga tekanan darah

meningkat. Hipertensi Sekunder terdapat 5% kasus (Sutanto, 2010).

Berdasarkan bentuk Hipertensi, yaitu hipertensi *diastolic* (*diastolic hypertension*), Hipertensi campuran (sistol dan diastol yang meninggi), Hipertensi sistolik (*isolated systolic hypertension*) (Info DATIN, 2016). Menurut WHO (2011) juga menyatakan bahwa hipertensi biasanya tanpa gejala, tapi bisa menimbulkan sakit kepala di pagi hari, mimisan, denyut jantung yang tidak teratur, dan berdengung di telinga, sementara gejala hipertensi berat meliputi, kelelahan, mual, muntah, kebingungan, kecemasan, nyeri dada, dan tremor otot. Pada sebagian besar penderita, hipertensi tidak menimbulkan gejala; meskipun secara tidak sengaja beberapa gejala terjadi bersamaan dan dipercaya berhubungan dengan tekanan darah tinggi (padahal sesungguhnya tidak).

Gejala yang dimaksud adalah: Sakit kepala, perdarahan dari hidung, pusing, wajah kemerahan dan kelelahan; yang bisa saja terjadi baik pada penderita hipertensi, maupun pada seseorang dengan tekanan darah yang normal. Jika hipertensinya berat atau menahun dan tidak diobati, bisa timbul gejala seperti sakit kepala, kelelahan mual, muntah, sesak nafas, gelisah, pandangan menjadi kabur yang terjadi karena adanya kerusakan pada otak, mata, jantung dan ginjal. Kadang penderita hipertensi berat mengalami penurunan kesadaran dan bahkan koma karena terjadi pembengkakan otak. Keadaan ini disebut ensefalopati hipertensif yang memerlukan penanganan segera (Sadeli, 2016). Sampai saat ini penyebab hipertensi primer tidak diketahui dengan pasti. Seseorang yang menderita hipertensi akan memiliki penderitaan yang lebih berat jika semakin banyak faktor yang mempengaruhi. Berikut adalah faktor yang mempengaruhi terjadinya hipertensi yaitu: keturunan, jenis kelamin, umur, obesitas, asuhan

garam berlebih, stres, merokok dan mengkonsumsi alkohol.

Merokok merupakan salah satu faktor penyebab dan faktor resiko yang dapat dimodifikasi untuk terjadinya hipertensi. Perokok terbagi atas 2 yaitu perokok pasif dan aktif, Perokok pasif atau yang dikenal dengan nama Involuntary Smoking adalah istilah yang diberikan bagi mereka yang tidak merokok, namun mereka seolah dipaksa untuk menghirup asap rokok dari perokok aktif yang ada di sekeliling mereka, sedangkan perokok aktif adalah orang yang merokok dan langsung menghisap rokok. Hipertensi juga dirangsang oleh adanya nikotin dalam batang rokok yang dihisap seseorang. Hasil penelitian menunjukkan bahwa nikotin dapat meningkatkan pengumpulan darah dalam pembuluh darah. Selain itu, nikotin juga dapat menyebabkan terjadinya pengapuran pada dinding pembuluh darah. Efek dari mengkonsumsi alkohol juga merangsang hipertensi karena adanya peningkatan sintesis katekolamin yang dalam jumlah besar dapat memicu kenaikan tekanan darah. Mengkonsumsi alkohol terlalu banyak dapat meningkatkan tekanan darah dan resiko kardiovaskuler. Panduan terbaru di Inggris menyarankan agar pria dengan hipertensi membatasi konsumsi alkohol tidak lebih dari 21 units per minggu (sekitar 10 pin bir berkadar alkohol sedang atau ringan per minggu), dan untuk wanita tidak lebih dari 14 units per minggu (Palmer & William, 2005).

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan tipe kualitatif dengan desain fenomenologis. Karena penelitian kualitatif adalah interaksi pemeriksaan untuk mendapatkan masalah manusia atau sosial dengan membuat gambaran yang lengkap dan kompleks yang diperkenalkan dalam kata-kata mengungkapkan pandangan setiap poin demi poin yang diperoleh dari sumber

data, dan dilakukan dalam setting karakteristik seperti yang ditunjukkan oleh (Walidin et al., 2015; Simanullang & Tambunan, 2023; Basiroen et al., 2025; Judijanto et al., 2024). Penelitian kualitatif yang digunakan adalah fenomenologi yang jelas. Fenomenologi yang menjelaskan ini digunakan untuk mendorong supaya pembangunan pengalaman yang bermanfaat dari sebuah kejadian mencari solidaritas kepentingan dengan membedakan inti dari keajaiban dan menggambarkannya secara tepat dalam pertemuan kehidupan sehari-hari biasa (Gumilang, 2016). Pendekatan fenomenologis adalah kajian tentang apa yang akan menimbulkan kesan sebagai efek samping atau keajaiban yang pernah ditemui manusia yang dapat dijadikan tolak ukur untuk mengarahkan suatu penelitian kualitatif (Samsu, 2017).

HASIL PENELITIAN

Tabel 1. Tabel Distribusi Frekuensi Karakteristik Partisipan

Data Partisipan	f	%
Usia		
50-60 tahun	5	71.4 %
> 60 tahun	2	28.6 %
Jenis Kelamin		
Laki - Laki	4	57.1 %
Perempuan	3	42.9 %
Lama Riwayat Penyakit		
< 1 tahun	4	57.1 %
1-2 tahun	1	14.3 %
> 2 tahun	2	28.6 %
Pendidikan		
SD	1	14.3 %
SMP	4	57.1 %
SMA	2	28.6 %
Suku		
Jawa	5	71.4 %
Batak	2	28.6 %
Agama		
Islam	5	71.4 %
Kristen	2	28.6 %
Obat yang Dikonsumsi		
Amlodipine	7	100 %
Total	7	100 %

Berdasarkan hasil penelitian diatas, didapatkan hasil bahwa mayoritas

usia Adalah 50-60 tahun sebanyak 71.4%. Berdasarkan jenis kelamin, mayoritas jenis kelamin Adalah laki-laki sebanyak 57.1%. Berdasarkan lama riwayat penyakit, mayoritas lama Riwayat penyakit adalah <1 tahun sebanyak 57.1%. Berdasarkan Pendidikan, mayoritas Pendidikan Adalah SMP sebanyak 57.1%. Berdasarkan suku, mayoritas suku Adalah jawa sebanyak 71.4%. Berdasarkan agama, mayoritas agama Adalah islam sebanyak 71.4%. Berdasarkan obat yang dikonsumsi, seluruh partisipan dalam penelitian ini mengkonsumsi obat amlodipine artinya 100% mengkonsumsi obat amlodipine dalam menetralkan tekanan darah pasien.

Analisis Tema

Peneliti telah mengumpulkan data-data dari partisipan yang sesuai dengan hasil rekaman dan catatan lapangan yang terlampir. Adapun hasil penelitian dari 7 (tujuh) partisipan dengan tujuan untuk menggali makna pengalaman pasien hipertensi lansia selama masa pandemi Covid-19 di Desa sei Buluh Kec Teluk Mengkudu Kab Serdang Bedagai. Setelah dilakukan wawancara, didapatkan hasil wawancara berupa tema sebanyak 4 tema terkait pengalaman pasien hipertensi lansia selama masa pandemi Covid-19 meliputi : (1) pengetahuan lansia tentang Hipertensi, (2) Kemampuan menangani hipertensi, (3) Strategi mengontrol Hipertensi, (4) Hambatan penanganan hipertensi. Analisa data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan metode analisa data menurut nursapiah yang dimulai dari mereduksi data, penyajian data dan penarikan Kesimpulan dan telah mendapatkan 4 tema. Tema-tema tersebut akan diuraikan sebagai berikut:

Pengetahuan Lansia Tentang Hipertensi

Tema tersebut menghasilkan subtema yaitu kemampuan dalam memahami konsep hipertensi. Tema ini tersusun atas beberapa kategori yaitu definisi hipertensi, respon awal pada saat mengalami hipertensi, gejala awal saat mengalami hipertensi. Kategori tersebut akan diuraikan berdasarkan pernyataan dari partisipan, yaitu:

Definisi hipertensi

"Hipertensi yang aku tau sih tekanan darah tinggi ya? Sering sih memang aku merasa lagi tekanan darah tinggi. Kalau sudah merasa tensi naik, ga bisa tidur. Gelisah terus bawaannya" [P1]

"Iya, karena sakit kepala itu terus nak. Hipertensi bukannya kalau tekanan darahnya naik ya?" [P3]

"Tekanan darah tinggi kan?" [P4]

Respon awal pada saat mengalami hipertensi

"Hipertensi ini sangat mengganggu sekali nak. Kalau sudah saya alami bawaannya stress ga bisa tidur" [P2]

"Respon saya pastinya gelisah ya karena hipertensi ini" [P4]

"Respon aku selama mengalami hipertensi kek cemas, gelisah terus karena sakit kepala itu. Kalau sudah hipertensi sakit kepalanya berat sekali kek ditimpa batu" [P5]

"Respon saya Ketika mengalami hipertensi hmm gimana yaa gaenak aja gitu dek. Ya gaenak gimana ya hahahha rasanya gelisah, sulit tidur. Apa-apa focus ke sakitnya" [P6]

"Respon saya ya kesal lah" [P7]

Gejala awal saat mengalami hipertensi

"Ya aku merasa kek sakit aja gitu kepalaku, kek sakit banyak pikiran. Tapi ga pusing atau oyong ga sih. Eee. terasa juga sih dari belakang leher saya wih agak pegal toh ini kepala" [P1]

"Kalau sudah hipertensi, saya selalu ngerasa sakit dari tengkuk belakang leher

saya sampai ke kepala ku ini nak. Mau pecah rasanya kepalaku" [P2]

"Ih langsung merasa lemas badan ibu. Mulai lah nanti dari Pundak dulu terasa berat, leher mulai sakit barulah puncaknya dikepala nak" [P3]

"Hmm perasaan nya sih seperti berputar gitu pandangan ku, kek buram lah yang kuliati. Sakit kepala, wihh sakitnya itu ga tertolong kek tegang gitu dari leher sampai kepala" [P4]

Kemampuan Menangani Hipertensi

Tema tersebut menghasilkan subtema yaitu Langkah awal dalam menangani hipertensi. Tema ini tersusun atas beberapa kategori yaitu istirahat, minum obat, minum air putih. Kategori tersebut akan diuraikan berdasarkan pernyataan dari partisipan yaitu:

Istirahat

"Hmmm ya saya istirahat dulu lah dik. Saya golekkin aja dulu, kira-kira saya sudah mulai agak berkurang sakit kepala, baru lah saya minum obat. Istri saya tuh langsung menyiapkan obatku hehehe" [P1]

"Saya duduk aja dulu nak, saya tenangin dulu pikiran saya" [P5]

Minum Obat

"Ga ingat ibu, anak saya yang lebih tau obat saya nak. Kalau udah kira-kira naik tensi ibu, langsung minum obat aja. Setelah itu ibu udah ga sakit kepala lagi." [P3]

"Dulu aku gatau ap aitu hipertensi dek, setelah berobat lah dikasitau. Dokter kemarin bilang kalau kira-kira sudah sakit kapalanya pak, terus seperti berputar pandangan nya langsung minum obat aja. Jadi kalau bapak udah ngerasa gitu, bapak minum obat dulu lalu istirahat" [P4]

Air Putih

"Yang saya lakukan sih saya minum air putih dulu, istirahat kek duduk gitu kalau perasaan saya kek sudah sakit sekali di

kepala. Terus ya saya minum obat lalu tidur aja dek" [P6]

Strategi mengontrol Hipertensi

Tema tersebut menghasilkan sub tema yaitu Tindakan dalam mengontrol hipertensi. Tema ini tersusun atas beberapa kategori yaitu Pola makan, Rutin Cek Tekanan Darah, Beban Pikiran. Kategori tersebut akan diuraikan oleh pernyataan partisipan, yaitu:

Pola Makan

"Ya saya sering bilang sih ke istri saya jangan masak daging banyak-banyak. Kalau dia mau daging yauda dia aja di banyakin kalau aku sikit aja. Kuahnya aja udah cukup itu. Karena terakhir saya berobat itu dokter udah kasitau pantangan-pantangan biar ga hipertensi kambuh lagi. Ya contohnya dilarang makan banyak daging, kurangi yang garam-garam. Itulah istri saya kalau sudah masak terus dibedakan itu untuk saya dan mereka." [P1]

"Paling ya anak saya lah lebih protektif ke saya nak, makan saya dia yang ngurus, katany mama ga boleh capek-capek. Tapi makanan yang asin-asinan saya kurangi kok, apalagi daging-dagingan. Saya ga mau lagi makan itu. Langsung cepat naik tensi saya dibuatnya. Langsung sakit kepala saya"[P5]

"Mereka sih ga gimana-gimana ya dek. Kalau kata dokter sih kurangi yang garam, dagingan hmm trus apa lagi yah aa kacang ya kalau ga salah. Toh saya juga yang masak. Saya lah lebih tau kan tentang kondisi saya" [P6]

Rutin Cek Tekanan Darah

"Kebetulan anak saya perawat juga nak. Jadi tiap minggu pasti dicek anak saya tensi ibu. Obat selalu disediakan juga sama anak ibu nak" [P3]

"Oh kami punya alat tensi sendiri nak dirumah, pas lagi capeknya kadang ngukur tensi. Istri saya yang mengukur. Dia lebih paham. Kalau sudah diatas 160 tensi saya udah langsung disuguhkan

obat malam itu hmm apa Namanya eee candesartan itu nak. Biar besoknya pas bangun ga pusing kepala ku" [P4]

Beban Pikiran

"Mereka sudah sering saya bilang, kita damai-damai aja dirumah. Jangan ada keributan yang membuat saya berpikir. Itu saya bilang ke anak saya nak. Bapak sudah tuaa ya kan."[P2]

"Paling mereka ya saya bilang jangan sering rebut. Karena saya kan ga suka keributan dek" [P6]

Hambatan penanganan hipertensi

Tema tersebut menghasil subtema yaitu mengetahui hambatan atau kendala dalam penanganan hipertensi berdasarkan pengalaman. Tema ini tersusun dari beberapa kategori yaitu jarak. Kategori tersebut akan diuraikan oleh pernyataan partisipan, yaitu :
Biaya

"Hambatan nya si gadak ya. Kalau dibilang ada sih ada juga, takut juga keluar rumah saat pandemic itu kan. Apa-apa pakai masker, disuruh sering cuci tangan padahal saya udah lagi sakit kepala ini hahah. Saya keluar paling ya untuk beli obat aja kalau habis. Jadi hambatan nya ya Cuma karena harus serba ketat kek pake masker gitu lah setiap keluar rumah Jadi kek nambah biaya lagi beli masker padahal tujuan awalnya mau beli obat." [P1]

"Hambatan nya ya ekonomi ya. Taulah pas covid-19 semua harga jatuh. Trus mencari uang susah. Membeli obat aja kadang ga terbeli dulu nak. Karena susah kali nyari uang pas covid-19 kemarin." [P2]

Jarak

"Tapi selama pandemi ya itulah nak, jarak dari rumah saya ke apotek terdekat pun jauh. Jadi kadang saya mikir-mikir juga keluar rumah karena lagi besarnya covid-19. Hambatan nya distu sih nak jauh takut kena virus" [P4]

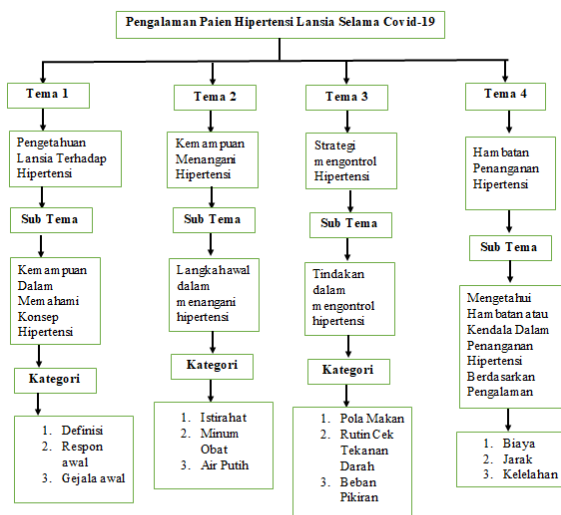
“Sebelum covid-19 sih hambatan nya tidak ada nak, tapi kalau setelah covid-19 jadi takut gitu keluar rumah mau beli obat. Kan katanya covid-19 bisa menular dari udara gitu” [P6]

Kelelahan

“Sebelum covid-19 sih hmmm hambatannya ya paling karena kecapean ga sempat minum obat. Kalau sudah sakit kepala langsung mau tidur aja. Minum obat pun karena memang sakit kali kepalanya. Karena kan banyak kerjaan itu jadi ga sempat gitu minum obatnya.” [P5]
“Hambatan nya gadak nak, Cuma itulah yang bapak bilang tadi kalau sakit kepala ya minum obat, trus ditidurkan” [P7]

Skema Penelitian

Berdasarkan hasil penelitian, didapatkan 4 tema melalui analisa data. Keempat tema tersebut memiliki subtema dan kategori masing-masing, yang mana kategorinya menjadi pondasi kuat dalam terbentuknya tema-tema tersebut. Masing-masing tema, subtema beserta kategori-kategorinya akan disajikan dalam skema hasil penelitian.



Gambar 4.3 Skema Penelitian

PEMBAHASAN

Interpretasi Hasil Penelitian

Bab ini akan membahas tentang hasil penelitian yang telah dilakukan peneliti. Berdasarkan hasil penelitian, peneliti mendapatkan 4 tema. Tema yang didapatkan oleh peneliti akan dibahas secara rinci dari masing-masing tema, sub tema dan kategori berdasarkan tujuan penelitian yang diharapkan. Interpretasi hasil penelitian ini bertujuan untuk membahas hasil penelitian dan dibandingkan dengan tinjauan Pustaka yang telah dijelaskan di bab sebelumnya. Tema-tema tersebut diurai secara lengkap sebagai berikut:

Tema 1

Berdasarkan analisa data diperoleh tema 1 dengan judul Pengetahuan Lansia Terhadap Hipertensi dengan memiliki sub tema Kemampuan Dalam Memahami Konsep Hipertensi beserta kategorinya. Berdasarkan hasil wawancara diperoleh hasil bahwa partisipan memahami maksud dari hipertensi. Pengetahuan partisipan terhadap hipertensi menjadi hal yang sangat penting, karena dnegan memiliki pengetahuan yang baik dapat menjadi tolak ukur untuk meningkatkan Kesehatan dalam menangani hipertensi. Adapun pernyataan partisipan terkait pengetahuan yaitu:

Definisi Hipertensi

“Hipertensi yang aku tau sih tekanan darah tinggi ya? Sering sih memang aku merasa lagi tekanan darah tinggi. Kalau sudah merasa tensi naik, ga bisa tidur. Gelisah terus bawaannya” [P1]

“Iya, karena sakit kepala itu terus nak. Hipertensi bukannya kalau tekanan darahnya naik ya?” [P3]

“Tekanan darah tinggi kan?” [P4]

Respon awal pada saat mengalami hipertensi

“Hipertensi ini sangat mengganggu sekali nak. Kalau sudah saya alami bawaannya stress ga bisa tidur” [P2]

“Respon saya pastinya gelisah ya karena hipertensi ini” [P4]

“Respon aku selama mengalami hipertensi kek cemas, gelisah terus karena sakit kepala itu. Kalau sudah hipertensi sakit kepalanya berat sekali kek ditimpa batu” [P5]

“Respon saya Ketika mengalami hipertensi hmm gimana yaa gaenak aja gitu dek. Ya gaenak gimana ya hahahha rasanya gelisah, sulit tidur. Apa-apa focus ke sakitnya” [P6]

“Respon saya ya kesal lah” [P7]

Gejala awal saat mengalami hipertensi

“Ya aku merasa kek sakit aja gitu kepalaku, kek sakit banyak pikiran. Tapi ga pusing atau oyong ga sih. Eee. terasa juga sih dari belakang leher saya wih agak pegal toh ini kepala” [P1]

“Kalau sudah hipertensi, saya selalu ngerasa sakit dari tengkuk belakang leher saya sampai ke kepala ku ini nak. Mau pecah rasanya kepalaku” [P2]

“Ih langsung merasa lemas badan ibu. Mulai lah nanti dari Pundak dulu terasa berat, leher mulai sakit barulah puncaknya dikepala nak” [P3]

“Hmm perasaan nya sih seperti berputar gitu pandangan ku, kek buram lah yang kuliati. Sakit kepala, wihh sakitnya itu ga tertolong kek tegang gitu dari leher sampai kepala” [P4]

Kurangnya pengetahuan akan mempengaruhi lansia dalam mengatasi kekambuhan dalam pencegahan hipertensi agar tidak terjadi komplikasi. Penelitian ini sejalan dengan penelitian (Putri, 2020) yang menyatakan bahwa Tingkat pengetahuan seseorang yang baik mengenai hipertensi akan membuat seseorang menjadi paham tentang penyakit tersebut yang akan mendorong adanya perubahan perilaku kearah positif khususnya bagaimana seseorang akan berusaha memberikan respon dari stimulus seperti mengurangi faktor penyebab dari penyakit tersebut dengan penerapan diet hipertensi yang tepat. Hasil penelitian nya menyimpulkan bahwa terdapat hubungan antara Tingkat

pengetahuan dengan kepatuhan, Dimana semakin tinggi Tingkat pengetahuan lansia maka semakin tinggi pula Tingkat kepatuhan dalam penerapan diet hipertensi, dan semakin rendah Tingkat pengetahuan lansia maka semakin rendah Tingkat kepatuhan lansia dalam menerapkan diet hipertensi.

Pada sebagian besar penderita, hipertensi tidak menimbulkan gejala; meskipun secara tidak sengaja beberapa gejala terjadi bersamaan dan dipercaya berhubungan dengan tekanan darah tinggi (padahal sesungguhnya tidak). Gejala yang dimaksud adalah: Sakit kepala, perdarahan dari hidung, pusing, wajah kemerahan dan kelelahan; yang bisa saja terjadi baik pada penderita hipertensi maupun pada seseorang dengan tekanan darah yang normal. Jika hipertensinya berat atau menahun dan tidak diobati, bisa timbul gejala seperti sakit kepala, kelelahan mual, muntah, sesak nafas, gelisah, pandangan menjadi kabur yang terjadi karena adanya kerusakan pada otak, mata, jantung dan ginjal (Sadeli, 2016).

Tema 2

Berdasarkan analisa data diperoleh tema 2 dengan judul Kemampuan Menangani Hipertensi dengan memiliki sub tema Langkah awal dalam menangani hipertensi beserta kategorinya. Berdasarkan hasil wawancara diperoleh hasil bahwa partisipan memiliki cara tersendiri dalam menangani hipertensi. Kemampuan partisipan terhadap menangani hipertensi menjadi hal yang sangat penting, karena dengan memiliki cara awal dapat membantu dalam menangani hipertensi agar tidak berkelanjutan. Adapun pernyataan partisipan terkait pengetahuan yaitu:

Istirahat

“Hmmm ya saya istirahat dulu lah dik. Saya golekkin aja dulu, kira-kira saya sudah mulai agak berkurang sakit kepala,

baru lah saya minum obat. Istri saya tuh langsung menyiapkan obatku hehehe” [P1]

“Saya duduk aja dulu nak, saya tenangin dulu pikiran saya” [P5]

Minum Obat

“Ga ingat ibu, anak saya yang lebih tau obat saya nak. Kalau udah kira-kira naik tensi ibu, langsung minum obat aja. Setelah itu ibu udah ga sakit kepala lagi.” [P3]

“Dulu aku gatau ap aitu hipertensi dek, setelah berobat lah dikasitau. Dokter kemarin bilang kalau kira-kira sudah sakit kapalanya pak, terus seperti berputar pandangan nya langsung minum obat aja. Jadi kalau bapak udah ngerasa gitu, bapak minum obat dulu lalu istirahat” [P4]

Air Putih

“Yang saya lakukan sih saya minum air putih dulu, istirahat kek duduk gitu kalau perasaan saya kek sudah sakit sekali di kepala. Terus ya saya minum obat lalu tidur aja dek” [P6]

Penatalaksanaan hipertensi dibagi menjadi 2, yaitu farmakologis dan non-farmakologis. Secara farmakologis yaitu dengan menggunakan golongan obat-obatan yang diberikan pada klien dengan hipertensi seperti golongan diuretic, golongan *betablocker*, golongan antagonis kalsium seperti golongan penghambat konversi renin angiotensin. Penanganan secara non-farmakologis meliputi beristirahat sejenak dalam mencegah terlalu berat terjadinya hipertensi, mengkonsumsi air putih yang secukupnya, pola makan yang teratur (Rosita & Rabiah, 2023). Penelitian ini sejalan dengan penelitian (Lukitaningtyas & Cahyono, 2023) menyatakan bahwa Ketika seseorang yang telah mengalami hipertensi, orang tersebut memiliki cara tersendiri dalam menangani hipertensi pada awal kejadian. Memeriksa tekanan darah secara rutin akan menjadi Upaya terbaik dalam melakukan deteksi dini kejadian hipertensi yang dialami diikuti

dengan beristirahat yang cukup serta minum air putih sesuai kebutuhan tubuh.

Tema 3

Berdasarkan analisa data diperoleh tema 3 dengan judul Strategi mengontrol Hipertensi dengan memiliki sub tema Tindakan dalam mengontrol hipertensi beserta kategorinya. Berdasarkan hasil wawancara diperoleh hasil bahwa partisipan memiliki tindakan dalam mengontrol hipertensi. Kemampuan partisipan terhadap mengontrol hipertensi menjadi hal yang sangat penting, karena dengan mengontrol hipertensi dapat menurunkan atau menetralkan tekanan darah. Adapun pernyataan partisipan terkait pengetahuan yaitu:

Pola makan

“Ya saya sering bilang sih ke istri saya jangan masak daging banyak-banyak. Kalau dia mau daging yauda dia aja di banyakin kalau aku sikit aja. Kuahnya aja udah cukup itu. Karena terakhir saya berobat itu dokter udah kasitau pantangan-pantangan biar ga hipertensi kambuh lagi. Ya contohnya dilarang makan banyak daging, kurangi yang garam-garam. Itulah istri saya kalau sudah masak terus dibedakan itu untuk saya dan mereka.” [P1]

“Paling ya anak saya lah lebih protektif ke saya nak, makan saya dia yang ngurus, katany mama ga boleh capek-capek. Tapi makanan yang asin-asinan saya kurangi kok, apalagi daging-dagingan. Saya ga mau lagi makan itu. Langsung cepat naik tensi saya dibuatnya. Langsung sakit kepala saya” [P5]

“Mereka sih ga giman-gimana ya dek. Kalau kata dokter sih kurangi yang garam, dagingan hmm trus apa lagi yah aa kacang ya kalau ga salah. Toh saya juga yang masak. Saya lah lebih tau kan tentang kondisi saya” [P6]

Rutin Cek Tekanan Darah

"Kebetulan anak saya perawat juga nak. Jadi tiap minggu pasti dicek anak saya tensi ibu. Obat selalu disediakan juga sama anak ibu nak" [P3]

"Oh kami punya alat tensi sendiri nak dirumah, pas lagi capeknya kadang ngukur tensi. Istri saya yang mengukur. Dia lebih paham. Kalau sudah diatas 160 tensi saya udah langsung disuguhkan obat malam itu hmm apa Namanya eee candesartan itu nak. Biar besoknya pas bangun ga pusing kepala ku" [P4]

Beban Pikiran

"Mereka sudah sering saya bilang, kita damai-damai aja dirumah. Jangan ada keributan yang membuat saya berpikir. Itu saya bilang ke anak saya nak. Bapak sudah tuaa ya kan."[P2]

"Paling mereka ya saya bilang jangan sering rebut. Karena saya kan ga suka keributan dek" [P6]

Tindakan pencegahan berupa promotif dan preventif saat ini menjadi prioritas. Adanya peningkatan pemahaman masyarakat mengenai penyakit hipertensi diharapkan dapat menurunkan angka morbiditas dan mortalitas penyakit hipertensi. Dengan tetap menjaga pola makan, berolahraga dan melakukan pemeriksaan Kesehatan secara rutin Hipertensi dapat mengakibatkan pada beberapa organ penting seperti otak, jantung, ginjal, retina pembuluh darah besar dan pembuluh darah perifer (Santoso, 2013).

Penatalaksanaan hipertensi dibagi menjadi 2, yaitu farmakologis dan non-farmakologis. Secara farmakologis yaitu dengan menggunakan golongan obat-obatan yang diberikan pada klien dengan hipertensi seperti golongan diuretic, golongan *betablocker*, golongan antagonis kalsium seperti golongan penghambat konversi rennin angiotensin. Penanganan secara non-farmakologis meliputi beristirahat sejenak dalam mencegah terlalu berat terjadinya hipertensi, mengkonsumsi air putih yang

secukupnya, pola makan yang teratur (Rosita & Rabiah, 2023).

Tema 4

Berdasarkan analisa data diperoleh tema 4 dengan judul Hambatan Penanganan Hipertensi dengan memiliki sub tema Mengetahui Hambatan atau Kendala Dalam Penanganan Hipertensi Berdasarkan Pengalaman beserta kategorinya. Berdasarkan hasil wawancara diperoleh hasil bahwa partisipan memiliki hambatan tersendiri dalam menangani hipertensi. Dengan memiliki hambatan tersendiri, lansia paham bagaimana cara menangani hambatan yang dialami. Adapun pernyataan partisipan terkait pengetahuan yaitu:

Biaya

"Hambatan nya si gadak ya. Kalau dibilang ada sih ada juga, takut juga keluar rumah saat pandemic itu kan. Apa-apa pakai masker, disuruh sering cuci tangan padahal saya udah lagi sakit kepala ini hahah. Saya keluar paling ya untuk beli obat aja kalau habis. Jadi hambatan nya ya Cuma karena harus serba ketat kek pake masker gitu lah setiap keluar rumah Jadi kek nambah biaya lagi beli masker padahal tujuan awalnya mau beli obat." [P1]

"Hambatan nya ya ekonomi ya. Taulah pas covid-19 semua harga jatuh. Trus mencari uang susah. Membeli obat aja kadang ga terbeli dulu nak. Karena susah kali nyari uang pas covid-19 kemarin." [P2]

Jarak

"Tapi selama pandemi ya itulah nak, jarak dari rumah saya ke apotek terdekat pun jauh. Jadi kadang saya mikir-mikir juga keluar rumah karena lagi besarnya covid-19. Hambatan nya distu sih nak jauh takut kena virus" [P4]

"Sebelum covid-19 sih hambatan nya tidak ada nak, tapi kalau setelah covid-19 jadi takut gitu keluar rumah mau beli obat."

Kan katanya covid-19 bisa menular dari udara gitu” [P6]

Kelelahan

“Sebelum covid-19 sih hmmm hambatannya ya paling karena kecapean ga sempat minum obat. Kalau sudah sakit kepala langsung mau tidur aja. Minum obat pun karena memang sakit kali kepalanya. Karena kan banyak kerjaan itu jadi ga sempat gitu minum obatnya.” [P5]
“Hambatan nya gadak nak, Cuma itulah yang bapak bilang tadi kalau sakit kepala ya minum obat, trus ditidurkan” [P7]

Pasien hipertensi wajib mengikuti program control hipertensi yang telah direncanakan Bersama tenaga Kesehatan yang terdiri dari 3 aspek yaitu modifikasi gaya hidup sehat, mengkonsumsi obat control tekanan darah rutin selama seusia hidup dan rutin memeriksakan diri untuk cek tekanan darah ke fasilitas Kesehatan rujukan terdekat dan bisa juga dilakukan secara mandiri dan dibantu oleh keluarga. Tetapi pada kenyataannya, angka pertumbuhan kasus pasien yang terdiagnosa hipertensi terus meningkat dan semakin meningkatnya angka kasus pasien hipertensi mengalami komplikasi yang diakibatkan oleh masalah hipertensi (Augusto, Sari & Shalahuddin, 2022).

Kesulitan pasien hipertensi dalam mengikuti program pengobatan merupakan masalah yang paling sering ditemukan karena berbagai macam alasan, seperti sering lupa minum obat hipertensi akibat kelelahan yang cukup berat, biaya pengobatan yang terlalu mahal, merasa khawatir mengonsumsi obat control hipertensi secara terus-menerus, masalah ini bisa terjadi pada siapa saja, terutama pada pasien hipertensi yang berat.

KESIMPULAN

Hasil penelitian yang dilakukan kepada 7 (tujuh) partisipan, dapat disimpulkan bahwa:

1. Lansia yang memiliki riwayat penyakit Hipertensi, mampu memahami tentang hipertensi
2. Lansia mampu menangani Hipertensi secara dini pada saat mulai mengalami hipertensi
3. Lansia mengetahui bagaimana Tindakan yang mereka harus lakukan dalam mengontrol hipertensi
4. Lansia mengetahui bagaimana hambatan atau kendala yang sering mereka alami pada saat mengalami hipertensi

SARAN

Sebagai proses dalam mengembangkan kemampuan peneliti baik di bidang pengetahuan maupun keterampilan dalam penelitian selanjutnya yang saling berhubungan.

REFERENSI

- Augusto, C., Sari, E. A., & Shalahuddin, I. (2022). Hambatan Pada Pelaksanaan Self Care Hipertensi: Scoping Review. *Jurnal Kesehatan*, 15(2), 151-171.
- Basiroen, V. J., Judijanto, L., Monalisa, M., Apriyanto, A., Simanullang, R. H., Sa'dianoor, S. D., & Tambunan, D. M. (2025). *Pengantar Penelitian Mixed Methods*. PT. Sonpedia Publishing Indonesia.
- Diniati, N. D., & Tambunan, D. M. (2025). The Relationship Between Health Locus of Control (HLoC) and Family Support with Quality of Life in Patients with Chronic Kidney Failure Undergoing Hemodialysis at the Jasmine Room of Murni Teguh Ciledug Hospital. *IJMI: International Journal Multidisciplinary Of Munandar Membangun Indonesia*, 1(2).
- Judijanto, L., Wibowo, G. A., Hakpantria, H., Nuryanneti, I., Apriyanto, A., Firdaus, A., ... & Efitra, E. (2024). *Karya Tulis Ilmiah: Panduan Praktis Menyusun Karya Tulis*

- Ilmiah*. PT. Sonpedia Publishing Indonesia.
- Natalia, D., Putra, W. D., & Gabrielia, C. R. (2014). Tata Laksana Terkini pada Hipertensi. *Jurnal Kedokteran Meditek*, 20(52).
- Noviyani. (2015). Kenali, cegah dan obati Hipertensi. Yogyakarta: Notebook.
- Puspitasari, C. E., Apriyanto, A., Putra, I. K. A. D., Christine, C., Andala, S., Simanullang, R. H., ... & Mu'awanah, S. (2025). *Buku Ajar Biostatistik*. PT. Sonpedia Publishing Indonesia.
- Putri, D. M. F. S. (2020). Hubungan tingkat pengetahuan lansia tentang hipertensi dengan kepatuhan diet hipertensi di panti sosial tresna werdha jara mara Pati Buleleng. *Jurnal Medika Usada*, 3(2), 41-47.
- Santoso, A. P., & Rusjiyanto, S.K.M. (2013). Hubungan Antara Aktivitas Fisik dan Asupan Magnesium dengan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi Rawat Jalan RSUD Dr. Moewardi di Surakarta (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Surakarta).
- Simanullang, R. H., & Tambunan, D. M. (2023). *Pengantar Metodologi Penelitian*. Deepublish.
- Simatupang, L. L., Hasibuan, M. T. D., & Tambunan, D. M. (2024). Penerapan Program Terapi Komplementer Secara Holistik Dengan Pemberdayaan Lanjut Usia (Lansia) dan Keluarga Dalam Self-Management Kualitas Hidup. *Jukeshum: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 4(1), 125-130.
- Suharyanto. (2020). Kumpulan Peraturan Perundang Undangan tentang Covid-19. Jakarta Ikatan Pustakawan Indonesia.
- Tambunan, D. M., Nurjanah, N., Rahmayanti, S. D., Imelisa, R., & Abdullah, B. F. (2021). Impact of COVID-19 pandemic on mental and emotional wellbeing among children: A systematic review. *Malaysian Journal of Medical Research (MJMR)*, 5(3), 11-20.
- Tambunan, D. M., Purba, J. R., Aldiana, P., Tanjung, A. J. B., Nainggolan, B. R., Marbun, F. S. M., ... & Pardede, B. R. (2023). Implementation of Hypertension Exercise in Elderly with Hypertension in Cinta Rakyat Village Deli Serdang Regency. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, 6(9), 3666-3675.
- Tambunan, D. M., & Banjarnahor, S. (2023). Prevalensi Post-Traumatic Stress Disorder (Ptds) Di Antara Perawat Pasca Terkonfirmasi Covid-19 Di Provinsi Sumatera Utara. *Indonesian Trust Health Journal*, 6(1), 41-49.
- Walidin, W., & Saifullah (2015). *Metodologi Penelitian Kualitatif & Grounded Theory (Masbur (ed); pertama)*. FTK Ar- Raniry Pres.
- Widiyani. (2018) Hubungan Dukungan keluarga Terhadap pengelolaan penyakit. Hipertensi Di Poli Interna RS Dr. Soepraonen Malang. *Nursing News*, 3, 785-790.
- World Health Organization (WHO). (2015). A global brief on Hypertension. World Health Organization.