

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## BAB I PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Hipertensi atau tekanan darah adalah suatu gangguan pada pembuluh darah yang mengakibatkan suplai oksigen dan nutrisi yang dibawa oleh darah terhambat sampai ke jaringan tubuh yang membutuhkannya. Tubuh akan bereaksi lapar yang mengakibatkan jantung harus bekerja lebih keras untuk memenuhi kebutuhan tubuh dengan diikuti perasaan gelisah (Sustrani, 2005). Tekanan darah bervariasi antara orang satu dengan yang lain dan dari waktu ke waktu pada orang yang sama. Perbedaan ini sering disebabkan oleh faktor psikologis dan sosial dapat merubah dampak *stressor* bagi penderita yang akan mempengaruhi *coping stress* serta meningkatkan resiko lainnya seperti kolestrol tinggi (Folkman, 1984).

Prevalensi hipertensi di seluruh dunia diperkirakan sekitar 15-20%. Prevalensi di wilayah Asia Tenggara sebanyak 156.273 dengan tingkat kematian 14,70% per 100.000 penduduk. Hasil Riset Dasar Kementerian Kesehatan (Kemenkes) Tahun 2014, menunjukkan bahwa 31,7% dari penduduk Indonesia mengalami penyakit tekanan darah tinggi. Prevalensi hipertensi di Indonesia cukup tinggi yaitu 83 per 1.000 anggota keluarga. Peningkatan tekanan darah tinggi di Indonesia mencapai 2-3 kali lipat. Rata-rata kasus hipertensi di Pekanbaru (Riau) pada tahun 2007 adalah 26840 kasus (Dinkes Pekanbaru, 2015). Berdasarkan survei penyakit tidak menular pada tahun 2016 di Pekanbaru, hipertensi diruangan Poli Penyakit Dalam Puskesmas Rawat Inap Sidomulyo

dengan jumlah 7.064 kasus. Selama tahun 2015 penyakit hipertensi menduduki peringkat ketiga dengan jumlah 3181 pasien dari jumlah keseluruhan penyakit yang ada di ruangan Poli Penyakit Dalam Puskesmas Rawat Inap Sidomulyo, Pekanbaru (Depkes RI, 2016).

Kesiapan individu dalam mengatur kesenjangan persepsi antara tuntutan situasi yang menekan dengan kemampuan mereka dalam memenuhi tuntutan akan berbeda dengan penderita lainnya, seperti gangguan pola makan yang terjadi saat stres dapat mengganggu aktivitas penderita hipertensi dan menyebabkan sulit melakukan kegiatan yang positif seperti olahraga. Pada keadaan stres tubuh meningkatkan produksi hormon stres yaitu kortisol dan adrenalin. Keduanya meningkatkan kerja jantung yang beresiko pada gangguan jantung. Jika dilihat dari sistem saraf, stres dapat menyebabkan hipertensi dengan menstimulasi sistem saraf dalam meningkatkan hormon yang menyempitkan pembuluh darah seperti adrenalin, apabila terjadi secara terus-menerus tanpa melakukan *coping stress* yang tepat dapat merubah dampak *stressor* menjadi lebih buruk. Sebaliknya, penderita melakukan *coping* yang baik mengurangi stres yang diterima sebagai strategi *coping* (Folkman, 1984).

Stres merupakan suatu tekanan fisik maupun psikis yang tidak menyenangkan. Stres dapat merangsang kelenjar anak ginjal melepaskan hormon adrenalin dan memacu jantung berdenyut lebih cepat dan kuat, sehingga tekanan darah akan meningkat (Gunawan, 2001). Kasus hipertensi (essensial) yang terjadi 90-95% tidak diketahui dengan pasti apa penyebabnya. Para pakar menemukan hubungan antara riwayat keluarga penderita hipertensi (genetik) dengan resiko

#### Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

juga menderita penyakit ini. Faktor-faktor lain yang dapat dimasukkan dalam daftar penyebab hipertensi adalah lingkungan, kelainan metabolisme intra seluler dan faktor-faktor yang meningkatkan resikonya seperti obesitas, konsumsi alkohol, merokok, dan kelainan darah. Pada 5-10% kasus diatas, penyebab spesifiknya sudah diketahui yaitu gangguan hormonal, penyakit jantung, diabetes, ginjal, penyakit pembuluh darah atau berhubungan dengan kehamilan (Kemenkes RI, 2014).

Setelah terdiagnosa, penderita hipertensi perlu melakukan pemeriksaan tekanan darah rutin sedikitnya sebulan sekali, kemudian berusaha mengurangi asupan garam, lemak dan melakukan olahraga secara teratur beberapa kali dalam seminggu, dan diperlukan dukungan sosial keluarga untuk mencegah dan mengontrol hipertensi (Sustrani, 2005). Dukungan sosial keluarga adalah sebagai suatu proses hubungan antara keluarga dengan lingkungan sosial. Efek dari dukungan sosial terhadap kesehatan dan kesejahteraan berfungsi bersamaan. Secara lebih spesifik, keberadaan dukungan sosial yang adekuat terbukti berhubungan dengan menurunnya mortalitas, lebih mudah sembuh dari sakit, fungsi kognitif, fisik dan kesehatan emosi. Selain itu, pengaruh positif dari dukungan sosial keluarga adalah pada penyesuaian terhadap kejadian dalam kehidupan yang penuh dengan stres, dalam semua tahap dukungan sosial keluarga menjadikan keluarga mampu berfungsi dengan berbagai kepandaian dan akal, sehingga akan meningkatkan kesehatan dan adaptasi mereka dalam kehidupan (Setiadi, 2008).

#### Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Banyaknya dukungan sosial keluarga yang didapat oleh penderita akan memunculkan (*coping*) yang digunakan dalam kehidupan sehari-hari sehingga mampu meminimalisir munculnya berbagai penyakit dan mengurangi tekanan yang dialami oleh penderita dengan lingkungannya. Menurut Sarafino (2006), *coping stress* adalah proses dimana individu melakukan usaha untuk mengatur situasi yang dipersepsikan adanya kesenjangan antara usaha dan kemampuan yang dinilai sebagai penyebab munculnya situasi stres.

Menurut Lazarus dan Folkman (1984), ada dua strategi *coping* yaitu pertama *problem focused coping* (berfokus masalah) terdiri dari *coping* aktif, perencanaan, pembatasan aktivitas, penundaan, dan pencarian dukungan sosial untuk mendapatkan bantuan. Artinya jika penderita hipertensi dalam kondisi tertekan tidak dapat melakukan perencanaan yang baik, membuat pembatasan aktivitas, dan mencari dukungan sosial untuk membuat dirinya tetap siap dalam melakukan aktivitas yang baik dan menyenangkan setiap harinya, seperti sebelumnya mengetahui bahwa dirinya terkena hipertensi.

Kedua *emotional focused coping* (berfokus emosi) terdiri dari pencarian dukungan sosial untuk alasan-alasan yang emosional, penginterpretasian kembali secara positif, penerimaan, pengingkaran, dan pengalihan ke agama. Artinya jika individu tersebut mampu menentukan *coping* yang tepat, tentunya akan mengubah pola pikir menjadi lebih positif dan tidak mudah marah saat melihat bagaimanapun kondisi lingkungannya sehingga tidak muncul kondisi *stressfull*. Kemampuan menurut Lazarus mengacu kepada kemampuan individual, pengetahuan, latar belakang serta keyakinan positif terhadap takdir. Ia juga mengungkapkan bahwa

#### Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

#### Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

dukungan sosial dari lingkungan juga berperan sama pentingnya seperti kemampuan individu untuk mencapai tujuannya.

Dukungan sosial keluarga pada umumnya menggambarkan mengenai peranan atau pengaruh yang dapat ditimbulkan oleh orang lain yang berarti bagi individu itu sendiri seperti anggota keluarga, teman, saudara, dan rekan kerja. Sarafino (1994), berpendapat bahwa dukungan sosial adalah suatu kesenangan, perhatian, penghargaan, ataupun bantuan yang dirasakan dari orang lain atau kelompok. Dukungan sosial meningkatkan cara seseorang dalam menghadapi atau memecahkan masalah yang terfokus pada pengurangan reaksi stres melalui perhatian, informasi dan umpan balik yang diperlukan seseorang untuk mengurangi tekanan yang terjadi saat sakit. Interaksi yang dilakukan akan memudahkan penderita melakukan *coping* pada dirinya (Johnson dalam Ruwida, 2006).

Pemerintah Indonesia telah memberikan perhatian serius dalam pencegahan dan penanggulangan penyakit tidak menular termasuk hipertensi. Hal tersebut dapat dilihat dengan terbentuknya Direktorat Pengendalian Penyakit Tidak Menular berdasarkan Peraturan Menteri Kesehatan No. 1557 Tahun 2005 dalam melaksanakan pencegahan dan penanggulangan penyakit jantung dan pembuluh darah (Departemen Kementrian Kesehatan RI, 2010).

Gottlieb (2006), menyatakan bahwa dukungan sosial lebih sering didapat dari relasi yang terdekat yaitu keluarga atau sahabat. Kekuatan dukungan sosial yang berasal dari relasi yang terdekat merupakan salah satu proses psikologis yang dapat menjaga perilaku sehat dalam diri seseorang. Melengkapi pendapat



tersebut, Rodin (dalam Smet, 2003), mengungkapkan bahwa dukungan sosial yang terpenting adalah yang berasal dari keluarga.

Sarafino (2007), menyatakan bahwa kebutuhan, kemampuan dan sumber dukungan sosial mengalami perubahan sepanjang kehidupan seseorang. Keluarga merupakan lingkungan pertama yang dikenal oleh individu dalam proses sosialisasinya, keluarga mempunyai peran dalam segala hal seperti memberi dukungan kepada anggota keluarganya mulai dari mengenal masalah kesehatan, mengambil keputusan, memberikan perawatan kepada anggota keluarga, memodifikasi lingkungan, serta mempertahankan hubungan timbal balik. Keluarga juga memberikan dukungan instrumental yang juga meliputi biaya, transportasi, obat-obatan, serta penilaian, misalnya keluarga memberikan pujian atas tindakan yang telah dilakukan oleh anggota keluarganya (Setiadi, 2008).

Sarafino (2006), menyatakan bahwa seseorang yang memperoleh dukungan sosial merasa lega karena diperhatikan, mendapatkan saran atau kesan yang menyenangkan dirinya. Orang yang mendapatkan dukungan sosial ini percaya bahwa mereka dicintai, dipedulikan, dihormati, dan dihargai. Penderita hipertensi merasa menjadi bagian dari jaringan sosial seperti keluarga dan orang organisasi masyarakat serta mendapatkan bantuan fisik maupun jasa dan mampu bertahan pada saat yang dibutuhkan atau dalam kondisi berbahaya. Individu yang mendapatkan dukungan sosial keluarga yang baik dari lingkungannya akan melakukan *coping* yang tepat dalam pemilihan strategi *coping* masalahnya.

Berdasarkan pemaparan di atas terlihat bahwa dukungan sosial keluarga membantu penderita hipertensi dalam proses penyembuhannya. Penderita

hipertensi dituntut untuk membangun ikatan sosial yang baik dengan orang lain atau lingkungan sekitarnya, dengan adanya dukungan sosial keluarga yang baik dari lingkungannya dapat meningkatkan *coping* yang baik untuk kesehatan penderita hipertensi.

Berdasarkan fenomena di atas, peneliti merasa tertarik untuk melakukan penelitian lebih lanjut terhadap penderita hipertensi. Penelitian yang akan dilakukan mengenai Hubungan Dukungan Sosial Keluarga dengan *Coping Stress* Pada Penderita Hipertensi di Puskesmas Rawat Inap Sidomulyo Pekanbaru.

### **B. Rumusan Masalah**

Masalah yang akan dibahas atau diteliti dalam suatu penelitian perlu diterapkan dan dirumuskan terlebih dahulu. Hal ini merupakan langkah awal yang sangat menentukan dalam penelitian itu sendiri. Dari uraian di atas dapat diketahui rumusan masalah yang akan dikaji dalam penelitian ini “Apakah ada hubungan dukungan sosial keluarga dengan *coping stress* pada penderita hipertensi di Puskesmas Rawat Inap Sidomulyo Pekanbaru?”

### **C. Tujuan Penelitian**

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan dukungan sosial keluarga dengan *coping stress* pada penderita hipertensi di Puskesmas Rawat Inap Sidomulyo.

#### **Hak Cipta Diindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

#### D. Keaslian Penelitian

Sepengetahuan peneliti dari hasil penelusuran jurnal maupun laporan penelitian yang dipublikasikan di internet, penelitian tentang hubungan dukungan sosial dengan *coping stress* pada pasien hipertensi pernah dilakukan oleh Fitra Yeni (2007). Penelitian tersebut dilakukan di RSUP. M. Djamil Padang. Hasil penelitian ini terdapat hubungan bermakna antara emosi positif dan *coping* proaktif sebagai variabel control dengan tekanan darah sistolik yang mampu membantu penderita penyakit kronis hipertensi untuk mengubah pengaturan lingkungan dan bekerja dengan orang lain secara signifikan dalam mengubah stres. Persamaan penelitian ini dengan penelitian tersebut yaitu pada variabel penelitian, dimana sama-sama menggunakan variabel dukungan sosial dan *coping stress*. Sementara itu perbedaanya terletak pada wilayah penelitiannya.

Selain itu juga ada penelitian yang dilakukan oleh Nawangsari dan Fitriana (2012) yang meneliti tentang “Mekanisme Koping Yang Baik Akan Menurunkan Frekuensi Kekambuhan Hipertensi di Bagian Rawat Inap Puskesmas Gondangrejo Kabupaten Karanganyar”. Hasil dalam penelitian ini ada hubungan antara *mechanism coping* yang baik akan menurunkan frekuensi kekambuhan hipertensi.

Penelitian serupa juga dilakukan oleh Kusumawardani (2014), dengan judul “Hubungan Antara Dukungan Sosial dan Kualitas Hidup Pada Lansia Penderita Hipertensi”. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk memperoleh gambaran mengenai hubungan antara dukungan sosial dan kualitas hidup pada lansia penderita hipertensi. Penderita pada umumnya merasa mendapatkan kualitas hidup yang tinggi pada faktor tertentu, yaitu fisik dan sosial. Sedangkan

#### Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.





- Hak Cipta Diindungi Undang-Undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
    - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
    - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
  2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

faktor gejala dan general mendapat kategori rendah serta faktor psikologis seimbang antara kategori sedang dan tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa kualitas hidup penderita dirasakan kurang terpenuhi secara keseluruhan. Setelah mengetahui diri terkena hipertensi, individu akan lebih waspada terhadap keluhan yang dirasakan, dan keluhan membuatnya merasa kurang pada aspek kesehatan secara keseluruhan.

Selanjutnya penelitian yang dilakukan oleh Riza Riana (2014), yang meneliti tentang “Hubungan Penyesuaian Diri Dengan Kualitas Hidup Pada Penderita Hipertensi Pekanbaru”. Hasil dalam penelitian ini menjelaskan tentang perubahan gaya hidup bagi pasien hipertensi bukanlah hal yang mudah, namun ketika individu tersebut mampu melakukannya maka ia dapat mempertahankan kualitas hidup yang dimilikinya.

Perbedaan penelitian tersebut dengan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti adalah terletak pada objek penelitian yang digunakan, yakni dukungan sosial, dengan metode korelasi *Product Moment* oleh *Pearson*, dan subjek penelitiannya adalah penderita hipertensi. Pada penelitian Fitra Yeni (2007), variabel dukungan sosial sama-sama fokus pada keluarga tetapi secara teori ada perbedaan pada penelitian Fitra Yeni (2007), yang juga memakai teori Sarafino (2012), perbedaannya pada subjek dan objek penelitian.

Penelitian yang akan dilakukan menekankan pada variabel dukungan sosial keluarga dengan *coping stress* pada penderita hipertensi. Tujuan untuk mengetahui sejauh mana hubungan antara dukungan sosial keluarga dengan *coping stress* pada penderita hipertensi.

#### Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## E. Manfaat Penelitian

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat diperoleh manfaat, yaitu manfaat secara teoritis dan manfaat praktis, antara lain :

### 1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis, penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat untuk pengembangan ilmu psikologi, khususnya pada bidang Psikologi Kesehatan dan Psikologi Klinis. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memperkaya kajian psikologi kesehatan dan psikologi klinis dalam hal ini yaitu dukungan sosial keluarga dengan *coping stress* pada penderita hipertensi.

### 2. Manfaat Praktis

Hasil penelitian mengenai dukungan sosial keluarga dengan *coping stress* pada penderita hipertensi, diharapkan dapat memberikan manfaat bagi:

#### a. Penderita Hipertensi

Memberikan informasi kepada penderita hipertensi, khususnya di Puskesmas Rawat Inap Sidomulyo Pekanbaru bahwa dukungan sosial keluarga berperan penting dalam meningkatkan *coping stress* pada penderita hipertensi.

#### b. Puskesmas

Penelitian ini juga diharapkan mampu memberikan masukan dan dasar bagi puskesmas untuk meningkatkan program yang berhubungan dengan dukungan sosial keluarga dengan *coping stress* pada penderita hipertensi.

**Hak Cipta Diindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**c. Psikologi Klinis**

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi bagi pengembangan ilmu psikologi klinis yang berkaitan dengan dukungan sosial keluarga dengan *coping stress* pada penderita hipertensi.

**d. Peneliti Selanjutnya**

Bagi peneliti selanjutnya diharapkan hasil penelitian ini dapat dipakai sebagai informasi tambahan yang berhubungan dengan dukungan sosial keluarga dengan *coping stress* pada penderita hipertensi.

