

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 II

TINJAUAN PUSTAKA

A. *Coping Stress*

1. Definisi *Coping Stress*

Coping stress menurut Lazarus dan Folkman (1984), adalah suatu proses individu mencoba untuk mengelola jarak yang ada antara tuntutan (baik itu tuntutan yang berasal dari individu maupun tuntutan yang berasal dari lingkungan) dengan sumber-sumber daya yang mereka gunakan dalam menghadapi situasi *stressfull* (Smet, 1994). Menurut Radley (2005), istilah *coping stress* dapat diartikan sebagai penyesuaian secara kognitif dan perilaku menuju keadaan yang lebih baik, mengurangi dan bertoleransi dengan tuntutan-tuntutan yang ada yang mengakibatkan stres.

Coping stress sebagai suatu proses individu untuk mengelola jarak yang ada antara tuntutan-tuntutan baik itu tuntutan yang berasal dari individu maupun tuntutan yang berasal dari lingkungan dengan sumber-sumber daya yang mereka gunakan dalam menghadapi situasi *stress* (Cohen dalam Smet, 2003). Sarafino (2006), menyatakan *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.

Berdasarkan pendapat para ahli dapat ditarik kesimpulan, *coping stress* adalah upaya pengelolaan kognitif dan perilaku individu terhadap

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.

kondisi yang menekan dari lingkungannya. Kemampuan individu dalam menanggapi *stressor* yang terjadi dapat membantu dirinya mengelola jarak dan tuntutan yang ada, dengan menggunakan strategi *coping* dalam menghadapi masalahnya yang baik.

2. Aspek-Aspek *Coping Stress*

Menurut Lazarus dan Folkman (1984), ada dua strategi dalam *coping* yaitu pertama *problem focused coping* (berfokus masalah) digunakan untuk mengurangi *stressor* dengan cara mempelajari cara-cara atau keterampilan yang baru yang terdiri dari *coping* aktif, perencanaan, pembatasan aktivitas, penundaan, dan pencarian dukungan sosial untuk mendapatkan bantuan.

Kedua *emotional focused coping* (berfokus emosi) digunakan untuk mengatur respon emosional terhadap stres. Pengaturan ini melalui perilaku individu, bagaimana meniadakan fakta-fakta yang tidak menyenangkan, melalui strategi kognitif. Strategi ini terdiri dari pencarian dukungan sosial untuk alasan-alasan yang emosional, penginterpretasian kembali secara positif, penerimaan, pengingkaran, dan pengalihan ke agama.

Menurut Rutter (1983), tidak ada satupun metode yang dapat digunakan untuk semua situasi *stress*. Tidak ada strategi *coping* yang paling berhasil. Strategi *coping* yang paling efektif adalah strategi yang paling sesuai dengan jenis *stress* dan situasi. Menurut Taylor (1991), keberhasilan dari *coping* lebih tergantung dari penggabungan strategi

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.

coping yang sesuai dengan ciri masing-masing kejadian yang penuh stres, dari pada mencoba menemukan satu strategi *coping* yang paling berhasil (dalam Smet, 1994).

Dari bentuk-bentuk tingkah laku dalam menghadapi stres tersebut, Taylor mengembangkan teori *coping* dari Lazarus dan Folkman (1986) menjadi 8 macam indikator strategi *coping* yaitu:

- a. *Problem focused coping*, yang terdiri dari 3 macam :
 - 1) Konfrontasi: individu berpegang teguh pada pendiriannya dan mempertahankan apa yang diinginkannya, mengubah situasi secara agresif dan adanya keberanian mengambil resiko.
 - 2) Mencari dukungan sosial: individu berusaha untuk mendapatkan bantuan dari orang lain.
 - 3) Merencanakan pemecahan permasalahan: individu memikirkan, membuat dan menyusun rencana pemecahan masalah agar dapat terselesaikan
- b. *Emosional focused coping*, yang terdiri dari 5 macam :
 - 1) Kontrol diri: menjaga keseimbangan dan menahan emosi dalam dirinya.
 - 2) Membuat jarak : menjauhkan diri dari teman – teman dan lingkungan sekitar.
 - 3) Penilaian kembali secara positif : dapat menerima masalah yang sedang terjadi dengan berfikir secara positif dalam mengatasi masalah.
 - 4) Menerima tanggung jawab : menerima tugas dalam keadaan apapun saat menghadapi masalah dan bisa menanggung segala sesuatunya.



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.

- 5) Lari atau penghindaran : menjauh dan menghindar dari permasalahan yang dialaminya.

3. Faktor Yang Mempengaruhi *Coping Stress*

Banyak hal yang mempengaruhi perilaku *coping* individu dalam menghadapi masalah. Menurut Taylor (2003), dukungan dari orang-orang sekitar individu dapat membantu individu dalam melakukan *coping* yang tepat dalam usaha menghadapi dan memecahkan masalahnya. Lebih lanjut, Lazarus dan Folkman (1984), berpendapat bahwa cara individu dalam menghadapi masalah juga dipengaruhi oleh kepribadian, tuntutan situasi, peran, penilaian kognitif, kebudayaan, dan kesenangan.

Taylor (2003), mengemukakan perbedaan *coping* pada setiap tingkat usia individu. Jenis kelamin juga mempengaruhi strategi *coping*. Wanita lebih memperlihatkan reaksi secara emosional sementara pria mengutamakan tindakannya pada pokok permasalahan (Long, 1990).

Mu'tadin mengatakan bahwa cara individu menangani situasi yang mengandung tekanan ditentukan oleh sumber daya individu sendiri yang meliputi :

- a. Kesehatan fisik: kesehatan merupakan hal yang penting karena selama dalam usaha mengatasi stres individu dituntut untuk mengerahkan tenaga yang cukup besar.
- b. Keyakinan atau pandangan positif: keyakinan menjadi sumber daya psikologis yang sangat penting, seperti keyakinan akan nasib (*eksternal locus of control*) yang mengerahkan individu pada penilaian

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.

ketidakberdayaan (*helplessness*) yang akan menurunkan kemampuan strategi *coping tipe problem solving focused coping*.

- c. Keterampilan memecahkan masalah: keterampilan ini meliputi kemampuan untuk mencari informasi, menganalisa situasi, mengidentifikasi masalah dengan tujuan untuk menghasilkan alternatif tindakan, kemudian mempertimbangkan alternatif tersebut dengan sehubungan dengan hasil yang ingin dicapai, dan pada akhirnya melaksanakan rencana dengan melakukan suatu tindakan yang tepat.
- d. Keterampilan sosial: keterampilan ini meliputi kemampuan untuk berkomunikasi dan bertingkah laku dengan cara-cara yang sesuai dengan nilai-nilai sosial yang berlaku di masyarakat.
- e. Dukungan sosial: dukungan ini meliputi dukungan pemenuhan kebutuhan informasi dan emosional pada diri individu yang diberikan oleh orang tua, anggota keluarga lain, saudara, teman dan lingkungan masyarakat sekitarnya.
- f. Materi: dukungan ini meliputi sumber daya berupa uang, barang-barang atau layanan yang biasanya dapat dibeli.

Dari hasil penelitian dan uraian yang telah dipaparkan, ada 2 (dua) faktor yang mempengaruhi *coping stress* yaitu faktor internal seperti kepribadian, kognitif, emosi, faktor eksternal seperti budaya, tuntutan situasi, dan peran sosial.

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.

B. Dukungan Sosial Keluarga

1. Pengertian Dukungan Sosial Keluarga

Setiap manusia membutuhkan kehadiran orang lain dalam kehidupannya. Kehadiran orang lain ini mempunyai peran penting untuk saling memberi bantuan, dukungan, dorongan dan mempertahankan hubungan timbal balik (Setiadi, 2008). Cobb (dalam Smet, 1994) berpendapat bahwa dukungan sosial keluarga adalah informasi yang diperoleh dari keluarga bahwa kita dicintai, diperhatikan, dihargai sebagai individu yang mengacu pada persepsi terhadap dukungan yang diterima.

Menurut Sarafino (2007), dukungan sosial adalah suatu kesenangan, perhatian, penghargaan, bantuan yang dirasakan dari orang lain atau kelompok. Lebih lanjut dukungan sosial diartikan sebagai dukungan yang terdiri dari informasi atau nasehat verbal atau non-verbal, bantuan nyata, atau tindakan yang diberikan oleh keakraban yang didapat karena kehadiran orang yang mendukung serta hal ini mempunyai manfaat emosional atau efek perilaku bagi pihak penerima (Gottlieb, 2006).

Pengertian yang sama juga diberikan oleh Sarason (dalam Kuntjoro, 2002) yang mengatakan dukungan sosial adalah keberadaan, kesediaan, kepedulian dari orang-orang yang dapat diandalkan, menghargai dan menyayangi kita.

Menurut Sarafino (2006), orang 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. Mereka merasa menjadi bagian dari jaringan sosial seperti keluarga dan organisasi masyarakat serta mendapatkan bantuan fisik maupun jasa dan mampu bertahan pada saat yang dibutuhkan atau dalam kondisi berbahaya.

Gottlieb (dalam Smet, 1994), menyatakan dukungan sosial terdiri dari informasi atau nasehat verbal maupun non-verbal, saran atau tingkah laku yang diberikan oleh orang-orang yang akrab dengan individu di dalam lingkungan sosialnya atau yang berupa kehadiran dan hal-hal yang dapat memberikan bantuan atau berpengaruh pada tingkah laku penerimanya. Dalam hal ini orang yang merasa memperoleh dukungan sosial, secara emosional merasa lega karena diperhatikan, mendapat saran atau kesan yang menyenangkan pada dirinya.

Sarafino (2012), menyatakan bahwa dukungan sosial mengacu pada memberikan kenyamanan pada orang lain, merawatnya atau menghargainya. Rook (dalam Smet, 1994), mendefinisikan dukungan sosial sebagai salah satu fungsi pertalian sosial yang menggambarkan tingkat dan kualitas umum dari hubungan interpersonal yang akan melindungi individu dari konsekuensi stres.

House (dalam Smet, 1994), dukungan sosial adalah sebagai persepsi seseorang terhadap dukungan potensial yang diterima dari lingkungan. Dukungan sosial tersebut mengacu pada kesenangan yang

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.

dirasakan sebagai penghargaan akan kepedulian serta pemberian bantuan dalam konteks hubungan yang akrab.

Pengertian yang sama oleh Taylor (1991), menjelaskan bahwa dukungan sosial akan lebih berarti bagi seseorang apabila diberikan oleh orang-orang yang memiliki hubungan signifikan dengan individu yang bersangkutan, dengan kata lain dukungan tersebut diperoleh dari orang tua, pasangan (suami atau istri), anak dan kerabat keluarga lainnya.

Berdasarkan uraian diatas, dukungan sosial keluarga didefinisikan sebagai proses penafsiran penderita hipertensi terhadap bantuan yang diberikan orang lain yang memiliki hubungan sosial akrab dengan individu yang menerima bantuan. Ketersediaan keluarga sebagai sumber daya yang dapat memberikan kenyamanan fisik dan psikologis yang didapat melalui interaksi dengan keluarga sehingga individu tersebut merasa dicintai, diperhatikan dan dihargai.

2. Bentuk-Bentuk Dukungan Sosial Keluarga

House membedakan empat bentuk dukungan sosial (dalam Smet, 1994) yaitu:

a. Dukungan Emosional

Dukungan emosional yang diberikan mencakup ungkapan empati, kepedulian dan perhatian terhadap orang yang bersangkutan. Bentuk dukungan ini melibatkan rasa empati, ada yang selalu mendampingi, adanya suasana kehangatan dan rasa diperhatikan akan membuat individu memiliki

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.

perasaan nyaman, yakin, diperdulikan dan dicintai oleh sumber dukungan sosial sehingga individu dapat menghadapi masalah dengan lebih baik.

Dukungan ini sangat penting dalam menghadapi keadaan yang dianggap tidak dapat dikontrol. Dukungan emosional juga merupakan kesediaan untuk mendengar keluhan seseorang akan memberikan dampak positif sebagai sarana pelepasan emosi, mengurangi kecemasan, membuat individu merasa nyaman, tenang, diperhatikan serta dicintai saat menghadapi berbagai tekanan dalam hidup mereka.

b. Dukungan Persahabatan

Dukungan persahabatan mencakup kesediaan waktu orang lain untuk menghabiskan waktu atau bersama dengan individu. persahabatan terjadi lewat ungkapan hormat atau penghargaan positif untuk orang lain itu, dorongan maju atau persetujuan dengan gagasan perasaan individu dan perbandingan positif dengan orang lain misalnya orang itu kurang mampu atau lebih buruk keadaannya dan menambah harga dirinya.

c. Dukungan Informatif

Dukungan informasi mencakup pemberian nasehat, petunjuk-petunjuk, saran-saran, informasi atau umpan balik. Dukungan ini membantu individu mengatasi masalah dengan cara memperluas wawasan dan pemahaman individu terhadap masalah yang dihadapi. Informasi tersebut diperlukan untuk mengambil keputusan dan memecahkan masalah secara praktis. Dukungan informatif ini juga membantu individu mengambil

keputusan karena mencakup mekanisme penyediaan informasi, pemberian nasehat, dan petunjuk.

d. Dukungan Instrumental

Dukungan ini mencakup bantuan langsung, dapat berupa jasa, waktu atau uang, misalnya pinjaman uang bagi individu atau menghibur saat individu mengalami stres. Dukungan ini membantu individu dalam melaksanakan aktivitasnya.

Dari penjelasan diatas, dapat disimpulkan bahwa aspek- aspek dari dukungan sosial meliputi dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan informasi, dan dukungan instrumental.

3. Sumber- Sumber Dukungan Sosial

Menurut Rook dan Dooley (dalam Nurmalasari, 2002) ada dua dukungan sosial, yaitu:

- a. Sumber *Artificial* adalah dukungan sosial yang dirancang kedalam kebutuhan primer seseorang, misalnya dukungan akibat bencana alam melalui berbagai sumbangan sosial.
- b. Sumber *Natural* adalah dukungan sosial yang diterima seseorang melalui interaksi sosial dalam kehidupannya secara spontan dengan orang- orang yang berada disekitarnya, misalnya anggota keluarga, teman dekat, atau relasi. Dukungan ini bersifat non-formal.

Berdasarkan pendapat Rook dan Dooley (dalam Nurmalasari, 2002) tersebut, dapat diketahui bahwa keluarga merupakan salah satu sumber

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. Selain dukungan sosial di rumah juga mendapat dukungan sosial dari teman atau lingkungannya.

Dari uraian diatas, peneliti ingin memfokuskan sumber dukungan sosial keluarga dalam penelitian ini adalah keluarga dekat seperti suami, istri dan anak. Dikarenakan mereka telah bersama dalam sekian rentang waktu dan memiliki rasa saling mengerti dan memahami masing-masingnya. Dukungan sosial keluarga yang diberikan pada penderita hipertensi diharapkan dapat membantunya dalam proses penyembuhan penyakitnya.

C. Hipertensi

1. Definisi Hipertensi

Hipertensi atau tekanan darah tinggi adalah peningkatan tekanan darah sistolik lebih dari 140 mmHg dan tekanan darah diastolik lebih dari 90 mmHg.

Peningkatan tekanan darah ini berlangsung dalam waktu lama (persisten) dan dapat menimbulkan komplikasi pada ginjal, jantung dan otak (Smeltzer, 2001).

Menurut WHO batasan tekanan darah yang masih dianggap normal adalah 140/90 mmHg, dan tekanan darah \geq 160/95 mmHg dinyatakan sebagai hipertensi. Batasan WHO tersebut tidak membedakan usia dan jenis kelamin (Nasrin, 2003).

Seseorang dikatakan menderita hipertensi jika diagnosis hipertensi ditegakkan setelah melakukan pengukuran rata-rata dua kali atau lebih dalam waktu dua kali kontrol dalam pengukuran pada junjungan yang berbeda untuk mendiagnosis dan mengklasifikasi sesuai dengan tindakan hipertensi (FKUI, 2001).

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.

Darah tinggi atau hipertensi merupakan suatu keadaan tekanan darah seseorang berada pada tingkatan diatas normal. Konsekuensi dan keadaan ini adalah timbulnya penyakit yang mengganggu tubuh penderita, dalam penyakit hipertensi merupakan masalah kesehatan dan memerlukan penanggulangan dengan baik (Sudjaswandi, 2002).

Hipertensi dikategorikan ringan apabila tekanan diastoliknya antara 95-104 mmHg, hipertensi sedang jika tekanan diastoliknya antara 105 dan 114 mmHg, dan hipertensi berat bila tekanan diastoliknya 115 mmHg atau lebih. Pembagian ini berdasarkan peningkatan tekanan diastolik karena dianggap lebih serius dari peningkatan sistolik (Smith Tom, 1995).

2. Klasifikasi Hipertensi

Hipertensi dapat diklasifikasikan menjadi hipertensi esensial dan hipertensi sekunder. Hipertensi esensial adalah istilah untuk tekanan darah tinggi dengan penyebab yang tidak diketahui. Hipertensi jenis ini lebih umum dengan 95% kasus dari seluruh kasus hipertensi. Sedangkan hipertensi sekunder adalah istilah untuk tekanan darah tinggi dengan penyebab yang bisa diketahui, seperti penyakit ginjal, tumor, atau pil KB.

Tekanan darah 140/90 mmHg atau lebih tinggi menunjukkan hipertensi atau tekanan darah tinggi. Seseorang yang dengan keadaan menetap tekanan sistolik lebih dari 140 mmHg dan tekanan diastolik lebih tinggi dari 90 mmHg. Sistolik adalah angka atas dan diastolik adalah angka bawah pada tekanan darah. Ketika jantung berdetak atau kontraksi, darah akan terdorong melalui

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.

arteri keseluruh tubuh. Gaya ini menciptakan tekanan pada arteri. Inilah yang disebut dengan tekanan darah sistolik.

Tekanan darah diastolik adalah jumlah tekanan darah atau angka bawah yang menunjukkan tekanan dalam arteri saat jantung beristirahat (di antara ketukan/detak).

Diagnostik ini dapat dipastikan dengan mengukur rata-rata tekanan darah berdasarkan klasifikasi dari *Joint National Committee On Hypertention VI* JNC VI, 1997. Hipertensi dapat dibedakan menjadi dua yaitu:

- a. Hipertensi sistolik (Isolated Systolik Hypertention), adalah hipertensi yang terjadi ketika tekanan sistolik lebih dari 140 mmHg dan tekanan diastolik dalam batas normal. Tekanan darah sistolik normal jika angka sistolik berada di bawah 120 mmHg. Jika tekanan darah sistolik 120-139 mmHg disebut dengan prehipertensi. Kondisi yang beresiko tinggi yang dapat menyebabkan penyakit jantung.
- b. Hipertensi diastolik yaitu hipertensi yang terjadi ketika tekanan darah diastolik lebih dari 90 mmHg. Tekanan darah diastolik normal, jika kurang dari 80 mmHg. Tekanan darah diastolik antara 80-89 mmHg menunjukkan prehipertensi pada tekanan darah tinggi.

Jumlah tekanan darah sistolik selalu ditulis pertama kemudian tanda garis miring dan diikuti tekanan darah diastolik. Tekanan darah diukur dalam satuan millimeter merkuri (mmHg).

Berdasarkan pendapat para ahli di atas, maka dapat disimpulkan bahwa hipertensi dapat didefinisikan sebagai peningkatan tekanan darah sistolik

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.

yang lebih dari 140 mmHg dan tekanan darah diastolik lebih dari 90 mmHg.

Tabel 2.1

Klasifikasi Hipertensi Menurut JNC VII, 2003

No	Klasifikasi Tekanan Darah	Tekanan Darah Sistolik (mmHg)	Tekanan Darah Diastolik (mmHg)
1.	Normal	<120	<80
2.	Prehipertensi	120-139	80-89
3.	Hipertensi Stage 1	140-159	90-99
4.	Hipertensi Stage 2	160 atau >160	100 atau >100

3. Jenis-Jenis Hipertensi

1. Hipertensi Pulmonal

Suatu penyakit yang ditandai dengan peningkatan tekanan darah pada pembuluh darah arteri paru-paru yang menyebabkan sesak nafas, pusing dan pingsan saat melakukan aktivitas. Penyebab hipertensi pulmonal dapat menjadi penyakit berat yang ditandai dengan penurunan toleransi dalam melakukan aktivitas dan gagal jantung kanan. Hipertensi pulmonal primer sering didapatkan pada usia muda dan usia pertengahan, lebih sering didapatkan pada perempuan dengan perbandingan 2:1, angka kejadian pertahun sekitar 2-3 kasus per 1 juta penduduk, dengan *mean survival* sampai timbulnya gejala penyakit sekitar 2-3 tahun.

Kriteria diagnosis untuk hipertensi pulmonal merujuk pada *National Institute of Health*, bila tekanan sistolik arteri pulmonalis lebih dari 35

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.

mmHg atau “*mean*” tekanan arteri pulmonalis lebih dari 25 mmHg pada saat istirahat atau lebih 30 mmHg pada aktifitas dan tidak didapatkan adanya kelainan katub pada jantung kiri, penyakit myokardium, penyakit jantung kongenital dan tidak adanya kelainan paru.

2. Hipertensi Pada Kehamilan

Pada dasarnya terdapat 4 jenis hipertensi yang umumnya terjadi pada saat kehamilan, yaitu:

- a. Preeklampsia-eklampsia atau disebut juga sebagai hipertensi yang diakibatkan kehamilan atau keracunan kehamilan (selain tekanan darah yang tinggi juga didapatkan kelainan pada air kencingnya).
- b. Hipertensi kronik yaitu hipertensi yang sudah ada sejak sebelum ibu mengandung janin.
- c. Preeklampsia pada hipertensi kronik merupakan gabungan preeklampsia dengan hipertensi kronik
- d. Hipertensi gestasional atau hipertensi yang sesaat.

D. Kerangka Pemikiran

Hipertensi atau tekanan darah tinggi merupakan penyakit kronik menahun yang banyak mempengaruhi kualitas hidup dan produktivitas seseorang. Gaya hidup yang salah dapat menyebabkan stres yang menyebabkan tekanan darah tinggi dan dapat menimbulkan penyakit 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.

Diagnosis hipertensi ditegakkan setelah melakukan pengukuran rata-rata dua kali atau lebih dalam waktu dua kali kontrol dalam pengukuran pada junjungan yang berbeda untuk mendiagnosis dan mengklasifikasi sesuai dengan tindakan hipertensi. Penderita hipertensi memiliki tingkatan tekanan darah dan gejala-gejala tekanan darah yang berbeda dengan tekanan darah orang yang normal pada umumnya. Penderita hipertensi memiliki tekanan darah lebih dari 140/90 mmHg.

Gejala umum yang dirasakan penderita hipertensi yaitu sakit kepala, perdarahan dari hidung, pusing, telinga berdengung, sukar tidur, sesak nafas, rasa berat ditengkuk wajah kemerahan, mata berkunang-kunang dan kelelahan. 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). Langkah awal yang dilakukan adalah melakukan berbagai tindakan yang efektif untuk melakukan *coping stress* dengan mendapatkan dukungan sosial dari orang-orang terdekatnya seperti sahabat dan keluarga.

Dukungan sosial keluarga adalah sebagai suatu proses hubungan antara keluarga dengan lingkungan sosial. Efek dari dukungan sosial keluarga 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).

Kesiapan individu dalam mengatur kesenjangan persepsi antara tuntutan situasi yang menekan dengan kemampuan mereka dalam memenuhi tuntutan yang diterima disebut sebagai strategi *coping*. *Coping* adalah suatu hal yang memiliki keistimewaan luar biasa dan lebih rumit dalam menentukan jika hanya menggunakan faktor situasional dan faktor personal.

Sarafino (1994), berpendapat bahwa dukungan sosial adalah suatu kesenangan, perhatian, penghargaan, ataupun bantuan yang dirasakan dari orang lain dan kelompok. Dukungan sosial keluarga meningkatkan cara seseorang dalam menghadapi atau memecahkan masalah yang terfokus pada pengurangan reaksi stres melalui perhatian, informasi dan umpan balik yang diperlukan seseorang untuk melakukan *coping stress* (Johnson dalam Ruwida, 2006).

Ketika penderita hipertensi menghadapi tantangan-tantangan (*challenge*) atau dihadapkan pada ancaman (*threat*), penderita hipertensi harus berusaha mengatasi harapan-harapan yang tidak realistis atau wajar

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.

dari lingkungannya, individu yang seperti ini sering mengalami tingkat tekanan darah yang tinggi yang menyebabkan penderita lebih mudah untuk menjadi stres, karena ketegangan fisik maupun psikis yang muncul pada individu ketika menilai suatu kejadian sebagai suatu hal yang mengancam, tidak wajar, dan sulit untuk diselesaikan.

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. Reaksi setiap orang berbeda dalam menghadapi masalahnya (*coping stress*), strategi *coping* yang dilakukan akan berbeda pada tiap individu untuk mencapai *coping* yang diinginkan. Strategi *coping* meliputi bagaimana individu memperlakukan suatu keadaan yang menjadi beban, mengerahkan segala upaya untuk mengatasi masalah dan mencoba untuk menguasai dan mengurangi stres (Halonen dan Santrock, 1999). Hal ini tergantung dari bagaimana individu itu memandang permasalahan atau peristiwa yang dihadapi dengan dukungan yang mereka dapatkan dari lingkungannya (Tanner, 1988).

Dukungan sosial keluarga adalah persepsi seseorang terhadap dukungan potensial yang diterima dari lingkungan. Dukungan tersebut mengacu pada kesenangan yang dirasakan sebagai penghargaan akan kepedulian serta pemberian bantuan dalam konteks hubungan yang akrab (House, dalam Smet, 1994), dengan adanya dukungan sosial dari keluarga akan membantu penderita hipertensi dalam menentukan strategi *coping*

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.

yang baik dalam penyelesaian hal tersebut. Tujuannya agar individu mencoba untuk mengatur kesenjangan persepsi antara tuntutan situasi yang menekan dengan kemampuan mereka dalam memenuhi tuntutan dari lingkungannya, sehingga dibutuhkan *coping* yang tepat untuk penderita hipertensi. Keluarga mempunyai peran dalam segala hal, salah satunya yaitu memberi dukungan kepada anggota keluarganya mulai dari mengenal masalah kesehatan, mengambil keputusan, memberikan perawatan kepada anggota keluarga, memodifikasi lingkungan, serta mempertahankan hubungan timbal balik.

Dukungan sosial keluarga merupakan satu diantara fungsi pertalian (ikatan) sosial yang mencakup dukungan emosional, mendorong adanya ungkapan perasaan, pemberian nasehat atau informasi, untuk mengurangi stres pada penderita hipertensi. Ikatan-ikatan sosial menggambarkan tingkat dan kualitas umum dari hubungan interpersonal yang melindungi orang-orang terhadap konsekuensi negatif dan stres. Dukungan emosional dari lingkungan sosial akan mengurangi ketegangan psikologis dan menstabilkan kembali emosi stres pada penderita hipertensi dan dapat menurunkan tekanan darahnya.

Jenis strategi *coping* yang dapat digunakan untuk mengatasi masalah yaitu *problem-focused coping* (PFC) dan *emotional-focused coping* (EFC). Menurut (Lasmono, 2003). *Problem-focused coping* yaitu respon yang berusaha memodifikasi sumber stres dengan menghadapi

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.

situasi yang sebenarnya. Hal ini dilakukan sebagai salah satu cara untuk mengatasi masalah.

Sedangkan *emotional-focused coping* adalah respon yang mengendalikan penyebab stres yang berhubungan dengan emosi dan usaha memelihara keseimbangan yang efektif. Apabila individu tidak mampu mengubah kondisi yang penuh stres, maka individu akan cenderung untuk mengatur emosinya (Taylor, 2006). Berdasarkan data yang didapat peneliti dari Puskesmas Rawat Inap Sidomulyo Pekanbaru (2015), penderita menganggap *coping stress* sebagai suatu beban dan tidak dapat melakukan *coping* dengan baik maka semakin bermasalah dan dapat mengalami depresi, frustrasi yang menyebabkan tekanan darah meningkat dan menimbulkan hipertensi.

Berdasarkan pemahaman dan konseptual yang telah diuraikan dalam kerangka pemikiran, maka peneliti bermaksud untuk memperoleh gambaran sejauhmana hubungan dukungan sosial keluarga dengan *coping stress* pada penderita hipertensi di Puskesmas Rawat Inap Sidomulyo Pekanbaru.

E. Hipotesis

Berdasarkan latar belakang dan uraian diatas, maka penulis mencoba mengemukakan hipotesis sebagai jawaban sementara penelitian ini, yaitu ada hubungan antara dukungan sosial keluarga dengan *coping stress* pada penderita hipertensi di Puskesmas Rawat Inap Sidomulyo Pekanbaru.

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.