

Gambaran Persepsi Keluarga Tentang Penyakit Hipertensi Di Lingkungan IV Kelurahan Mangga Tahun 2026

Description of the Family Perceptions of Hypertension in Subdistrict IV, Kelurahan Mangga, 2026

Indra Hizkia Perangin-angin¹, Mestiana Br Karo², Sry Rumondang Sitindaon³, Imelda Br Sembiring^{4*}

¹²³⁴Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Santa Elisabeth Medan

Jl. Bunga Terompet No.118, Sempakata, Kec. Medan Selayang, Kota Medan, Sumatera Utara

Email: imeldasembiring2005@gmail.com

Abstrak

Latar Belakang: Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular yang menjadi penyebab utama kematian di dunia. Penyakit ini dikenal sebagai *silent killer* karena sering kali tidak menunjukkan gejala hingga terjadi komplikasi pada organ target, seperti jantung, otak, dan ginjal. Di Indonesia, hipertensi masih menjadi masalah kesehatan masyarakat dengan prevalensi yang tinggi, termasuk di Provinsi Sumatera Utara. Persepsi keluarga terhadap hipertensi berperan penting dalam membentuk sikap, pengambilan keputusan, serta perilaku perawatan yang berkaitan dengan kepatuhan pengobatan, modifikasi gaya hidup, dan pencegahan komplikasi. Namun, persepsi keluarga mengenai hipertensi masih beragam dan dipengaruhi oleh tingkat pengetahuan, pengalaman, serta faktor sosial budaya. **Tujuan:** untuk mengetahui bagaimana gambaran persepsi keluarga tentang penyakit hipertensi di lingkungan IV kelurahan mangga tahun 2026. **Metode:** menggunakan desain deskriptif disertai dengan lembar wawancara. **Sampel:** penelitian sebanyak 5 orang keluarga yang memiliki keluarga penderita hipertensi lebih dari 1 tahun yang tinggal serumah yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*. **Hasil:** Penelitian menunjukkan bahwa keluarga memiliki persepsi yang cukup baik mengenai pengertian hipertensi sebagai kondisi tekanan darah tinggi, faktor memahami penyebab hipertensi seperti pola makan yang tidak sehat dan stres, mengenali tanda-tanda dan gejala hipertensi, mengetahui pentingnya pengaturan pola makan rendah garam dan rendah lemak, serta memahami pentingnya pengobatan dan kontrol tekanan darah secara rutin. **Kesimpulan:** persepsi keluarga cukup baik mengenai penyakit hipertensi, ini menunjukkan bahwa persepsi keluarga merupakan aspek penting dalam mendukung pengelolaan hipertensi dan pencegahan komplikasi, sehingga perlu terus diperkuat melalui edukasi kesehatan yang berkelanjutan.

Kata kunci: Hipertensi 1, Keluarga 2, Persepsi Keluarga 3.

Abstract

Background: Hypertension is one of the leading non-communicable diseases and a major cause of mortality worldwide. It is widely recognized as the *silent killer* because it often remains asymptomatic until serious complications occur in target organs, including the heart, brain, and kidneys. In Indonesia, hypertension continues to be a major public health concern with a high prevalence, including in North Sumatra Province. Family perceptions of hypertension play a crucial role in shaping attitudes, decision-making, and caregiving behaviors related to treatment adherence, lifestyle modification, and the prevention of complications. However, family perceptions of hypertension vary considerably and are influenced by knowledge, personal experience, and sociocultural factors. **Objective:** This study aimed to describe family perceptions of hypertension among families residing in Neighborhood IV, Mangga Village, in 2026. **Methods:** This study employed a descriptive research design using semi-structured interview guides. The study sample consisted of five family members living in the same household as a relative who had been diagnosed with hypertension for more than one year. Participants were selected using a purposive sampling technique. **Results:** The findings revealed that families demonstrated a relatively good understanding of hypertension as a condition characterized by elevated blood pressure. Participants were able to identify common risk factors, including unhealthy dietary habits and stress, recognize the signs and symptoms of hypertension, understand the importance of adhering to a low-salt and low-fat diet, and acknowledge the necessity of regular antihypertensive treatment and routine blood pressure monitoring. **Conclusion:** Families demonstrated relatively good perceptions of hypertension. These findings suggest that family perceptions constitute an essential component in supporting effective hypertension management and preventing complications. Therefore, continuous health education is necessary to strengthen family understanding and optimize family involvement in hypertension care.

Keywords: Hypoertension1, Family 2, Family Perception 3.

*Corresponding author: Imelda Br Sembiring, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Santa Elisabeth, Medan, Indonesia

E-mail: imeldasembiring2005@gmail.com

DOI: 10.35451/jkf.v9i1.3786

Received: 2026-07-24, Accepted: 2026-09-17, Published: 2026-10-30

Copyright: © 2026 Indra Hizkia Perangin-angin. Creative Commons License. This work is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International License.

1. PENDAHULUAN

Hipertensi, yang dikenal luas sebagai penyakit tekanan darah tinggi, merupakan salah satu masalah kesehatan paling berbahaya di dunia. Meskipun tidak secara langsung menyebabkan kematian, kondisi ini berperan besar dalam memicu berbagai penyakit serius yang dapat berakhir dengan kematian. Hingga saat ini, hipertensi masih menjadi salah satu penyebab utama kematian di Indonesia [1].

Hipertensi yang tidak dikelola secara optimal dapat menyebabkan gangguan pada berbagai organ vital, seperti jantung, ginjal, dan pembuluh darah. Kondisi ini terjadi karena tekanan darah yang tinggi mengakibatkan pembuluh darah menjadi lebih kaku dan menyempit, sehingga aliran darah tidak dapat berlangsung secara optimal. Akibatnya, jantung harus bekerja lebih keras untuk memompa darah ke seluruh tubuh, yang dalam jangka panjang dapat mengakibatkan kerusakan pada organ tersebut. Selain itu, peningkatan tekanan darah yang berlangsung terus-menerus juga berisiko menyebabkan kerusakan pada otak dan ginjal [2].

Secara global, data dari *World Health Organization* [3] sekitar 1,4 miliar orang dewasa berusia 30–70 tahun hidup dengan hipertensi. Jumlah tersebut setara dengan kurang lebih 33% dari populasi dewasa dunia, atau sekitar satu dari tiga orang dewasa mengalami hipertensi pada tahun 2024. Angka ini menunjukkan peningkatan yang signifikan dibandingkan tahun 1990, ketika jumlah penderita hipertensi tercatat sekitar 650 juta orang. Sebagian besar penderita hipertensi, yaitu sekitar dua pertiga dari total kasus, berada di negara-negara dengan tingkat pendapatan rendah hingga menengah. Salah satu target global dalam upaya pengendalian penyakit tidak menular (PTM) adalah menurunkan prevalensi hipertensi yang tidak terkontrol sebesar 25% pada periode 2010–2025.

Berdasarkan data dari Riskesdas (2019)[4], survei populasi penduduk usia 18 tahun ke atas di kabupaten/kota Provinsi Sumatera Utara, prevalensi hipertensi tertinggi terdapat di Kabupaten Karo, yaitu sebesar 45,49%, diikuti Kabupaten Tapanuli Utara sebesar 41,02%, Kabupaten Dairi sebesar 37,30%, sedangkan Kota Medan memiliki prevalensi sebesar 25,21%. Berdasarkan kelompok usia, prevalensi hipertensi paling tinggi ditemukan pada kelompok usia 75 tahun ke atas, yaitu sebesar 68,01%, kemudian kelompok usia 65–74 tahun sebesar 60,91%, dan kelompok usia 55–64 tahun sebesar 53,57%. Jika ditinjau berdasarkan jenis kelamin, prevalensi hipertensi pada perempuan lebih tinggi dibandingkan laki-laki, masing-masing sebesar 30,63% dan 27,70%. Berdasarkan tingkat pendidikan, prevalensi tertinggi ditemukan pada penduduk yang tidak pernah menempuh pendidikan formal, yaitu sebesar 45,01%. Sementara itu, berdasarkan jenis pekerjaan, prevalensi hipertensi tertinggi terdapat pada kelompok PNS/TNI/Polri/BUMN dengan angka sebesar 36,03%. Ditinjau dari wilayah tempat tinggal, prevalensi hipertensi di daerah perdesaan sedikit lebih tinggi dibandingkan daerah perkotaan, yaitu masing-masing sebesar 29,33% dan 29,08%. Berdasarkan hasil survey awal yang dilakukan peneliti di Lingkungan IV didapatkan data dari jumlah KK 289 terdapat keluarga yang memiliki anggota keluarga memiliki penyakit hipertensi sebanyak 26 KK.

Dalam pengelolaan penyakit kronis seperti hipertensi, keluarga memiliki peran yang sangat penting. Perawatan pada penderita hipertensi tidak hanya menjadi tanggung jawab tenaga kesehatan, tetapi juga melibatkan keluarga sebagai unit utama yang memberikan perawatan di lingkungan rumah [5]. Persepsi keluarga terhadap hipertensi merupakan cara keluarga memandang, memahami, dan menilai penyakit hipertensi yang dialami oleh salah satu anggota keluarganya. Persepsi ini akan memengaruhi sikap dan tindakan keluarga dalam memberikan perawatan kepada penderita hipertensi, termasuk dalam memberikan dukungan terhadap manajemen diri serta kepatuhan menjalani pengobatan [6].

Penelitian yang meliputi hubungan antara tingkat pemahaman keluarga mengenai hipertensi dengan kategorisasi hipertensi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebanyak 19% responden memiliki tingkat pengetahuan keluarga yang baik, 37% responden memiliki tingkat pengetahuan yang cukup, dan 44% responden memiliki tingkat pengetahuan keluarga yang kurang [5]. Penelitian hubungan tingkat pengetahuan keluarga dengan perawatan penderita hipertensi di rumah sebanyak 10 responden (27%) memiliki tingkat pengetahuan dalam kategori kurang, 14 responden (37,8%) berada pada kategori cukup, dan 13 responden (35,1%) termasuk dalam kategori baik. Sementara itu, berdasarkan aspek perawatan, sebanyak 21 responden (56,8%) berada pada kategori tidak efektif dan 16 responden (43,2%) termasuk dalam kategori efektif. Temuan tersebut menunjukkan adanya hubungan

antara tingkat pemahaman keluarga dengan kualitas perawatan yang diberikan, di mana keluarga yang memiliki pemahaman yang lebih baik cenderung lebih mampu memberikan perawatan yang tepat, seperti memastikan kepatuhan terhadap pengobatan, mengatur pola makan, serta melakukan pemantauan tekanan darah secara rutin [5].

Penyampaian informasi dan edukasi kesehatan merupakan salah satu strategi yang efektif untuk meningkatkan kemampuan masyarakat dalam mencegah serta merawat hipertensi di lingkungan rumah. Peningkatan pengetahuan pasien mengenai hipertensi dapat mendorong terbentuknya perilaku yang lebih adaptif dalam mengendalikan tekanan darah. Perilaku tersebut dapat diwujudkan melalui keterlibatan aktif keluarga dalam mendukung perubahan gaya hidup penderita hipertensi, seperti membatasi konsumsi makanan tinggi lemak, menerapkan pola makan rendah garam, menghentikan kebiasaan merokok dan mengonsumsi alkohol, mendorong aktivitas fisik secara teratur, serta memastikan kepatuhan terhadap pengobatan dan pelaksanaan kontrol kesehatan secara rutin [5].

Berdasarkan latar belakang tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai gambaran persepsi keluarga tentang penyakit hipertensi di lingkungan IV kelurahan mangga tahun 2026.

2. METODE

2.1 Jenis dan Rancangan

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain deskriptif yang disertai dengan lembar wawancara. Wawancara dilakukan secara langsung kepada anggota keluarga setelah mendapatkan izin untuk menjadi responden.

2.2 Populasi dan Sampel

Populasi dalam penelitian ini adalah keluarga yang memiliki anggota keluarga penderita hipertensi lebih dari 1 tahun dan tinggal serumah yaitu sebanyak 26 KK. Sample yang digunakan dalam penelitian sebanyak 5 orang. Sampel dipilih sesuai dengan kriteria inklusi menggunakan teknik *purposive sampling*. Adapun kriteria inklusinya yaitu keluarga yang memiliki anggota keluarga penderita hipertensi, yang mempunyai pengalaman merawat anggota keluarga penderita hipertensi lebih dari satu tahun, keluarga yang tinggal serumah, dan keluarga yang mengerti dan bisa berbahasa Indonesia.

2.3 Instrumen

Instrumen berupa wawancara yang disertai dengan lembar wawancara yang didalamnya berisi pertanyaan wawancara. Dimana responden diminta untuk menjawab pertanyaan yang diajukan sesuai dengan pengalaman yang dirasakan selama merawat secara langsung. Lembar pertanyaan meliputi identitas responden yang meliputi nama inisial, umur, serta jenis kelamin. Selain itu juga mencakup pertanyaan selama wawancara berlangsung yaitu mengenai pengertian penyakit hipertensi, penyebab anggota keluarga mengalami hipertensi, tanda dan gejala hipertensi, bagaimana cara mengatur makanan bagi penderita hipertensi, serta apa yang dilakukan keluarga selain pemberian obat untuk mengontrol tekanan darah. Selain lembar wawancara, peneliti juga menggunakan voice recorder menggunakan smartphone untuk merekam hasil wawancara, serta buku catatan dan pulpen untuk mencatat hal-hal penting selama wawancara seperti gerakan tubuh selama wawancara.

2.4 Prosedur Pengumpulan Data

Pengumpulan data dalam penelitian ini dilaksanakan melalui dua tahap, yaitu tahap persiapan dan tahap pelaksanaan. Tahap persiapan diawali dengan pengurusan surat pengantar atau surat izin penelitian dari institusi terkait, yang selanjutnya diajukan kepada lokasi tempat penelitian dilaksanakan. Pada tahap pelaksanaan peneliti menentukan responden yang sesuai dengan kriteria dan kebutuhan penelitian. Selanjutnya, peneliti meminta kesediaan responden yang telah dipilih untuk berpartisipasi serta menyepakati jadwal pelaksanaan wawancara. Peneliti juga mempersiapkan seluruh perlengkapan yang diperlukan seperti buku catatan, pulpen, alat perekam suara, dan pedoman wawancara. Sebelum wawancara dilaksanakan peneliti memperkenalkan diri, menjelaskan tujuan, kemudian memberikan lembar informed consent kepada responden untuk memperoleh persetujuan. Wawancara mendalam dilakukan menggunakan pertanyaan terbuka dengan disertai perekaman suara responden. Setelah seluruh proses wawancara selesai, peneliti menutup kegiatan dengan menyampaikan ucapan terima kasih serta meminta responden mengisi lembar tanda tangan kehadiran.

3. HASIL

Dari pertanyaan menurut Bapak/Ibu apa pengertian penyakit hipertensi? Didapatkan jawaban dari responden yaitu: Hipertensi dipahami sebagai kondisi tekanan darah yang tinggi (dengan beberapa jawaban : tekanan darah yang tinggi, darah tinggi, tekanan darah dia jadi tinggi, di atas 120 per 80 gitu udah darah tinggi, tekanan darah tinggi, dibilangnya tekanan darahnya 150 itu juga emang hipertensi, darah tinggi, di tinggi lah darah tingginya, darah tinggi, tekanan darah tinggi).

Tabel 1. Kutipan penjelasan pertanyaan pertama

Responden 1	L:17-18	Pengertian saya penyakit hipertensi itu adalah semacam eee tekanan darah ee yang tinggi
	L:22	Darah tinggi
	L:23-24	Terus tekanan darah dia jadi tinggi itu seperti...ee seperti 200 per 80. Di atas 120 per 80 gitu udah darah tinggi.
Responden 2	L:141-142	Tekanan darah tinggi, seperti hipertensi tensi di atas tinggi gitu lahh kayak apa ee keseringan itu 150 per 80
	L:148	dibilangnya tekanan darahnya 150 itu juga emang hipertensi
Responden 3	L :246	Tekanan darah tinggi
	L:248-249	Seperti biasanya eee kan sempat di periksa juga eee bapak ke puskesmas seperti eee sempat juga sampai 150
Responden 4	L:325	Hipertensi adalah penyakit darah tinggi
	L.327-328	Iyaa eee yang biasanya normal nya 110 ini udah nyampek udah 140,160 iya di tinggi lah darah tingginya
Responden 5	L:384	Emm darah tinggi karena darah tinggi eeee tekanan darah tinggi

Dari pertanyaan menurut Bapak/Ibu apa yang menyebabkan anggota keluarga mengalami hipertensi? Didapatkan jawaban dari responden yaitu: Beban pikiran dan emosi dipandang sebagai penyebab hipertensi (dengan beberapa jawaban : pikirannya stres, gejala stres, banyak pikiran, banyak pikiran, stres terakhir, marah-marah aja, emosi, bawaannya emosi, marah-marah, marah-marah lah, ya mudah kepikiran, kepikiran terus-terusan, tiba-tiba emosian, sering marah – marah, banyak pikiran, susah dibilangin, susah diatur, sering marah-marah, emosian sering marah-marah, sering marah-marah).

Tabel 2. Kutipan penjelasan pertanyaan kedua

Responden 1	L:23	Pikirannya stres apa begitu.
	L:33-34	Eeeee udah gitu mengalami gejala stres. Banyak pikiran, itu membuat keluarga saya jadi kena hipertensi.
	L:39-40	Seumpamanya gara-gara dia eee banyak pikiran, stres terakhir ya itu ee jadi hipertensi.
	L: 41	mau marah-marah aja, emosi.
	L:51-52	udah gitu nanti dia bawaanya ee mau marah-marah aja, emosi.
	L:56-57	Terbawa emosi gara – gara itu tadi.
	L:59	Bicara sikit aja lagi nanti sama dia, terus dia bawaannya eee emosi ya, marah-marah kayak gitu.
Responden 2	L:160-162	Iyaa marah-marah lah
Responden 2	L:160-162	Seperti orang tua saya sih seperti itu ya mudah eee kepikiran gitu. Bawaan nya kepikiran eee terus-terusan.
	L :265	sering tiba-tiba emosian.
Responden 3	L:269-270	Kayak eee tiba-tiba gitu eeee ada masalah gitu terus langsung eee emosian gitu, gitu sering marah – marah.
	L:331	Eee banyak pikiran
Responden 4	L.352	susah dibilangin
	L.354	susah diatur
Responden 5	L:394-395	Eeeee yaahhh serupa eee emosian sering marah-marah dia eee serba eee salah gitu
	L:397	Eeeee apalah ee sering marah-marah aja lah gitu

Pola makan menjadi sumber munculnya hipertensi (dengan beberapa jawaban: makanan seperti bersantan-santan, berlemak-lemak, makanan nya pun berlemak-lemak, minyak-minyak, suka yang makan yang berlemak, yang bersantan, dimakanan yang berlemak, makan asin-asin, makan garam, makan-makan lemak, konsumsi kopi, keseringan makan banyak yang lemak-lemak).

Tabel 3. Kutipan penjelasan pertanyaan kedua

Responden 1	L:32-33	Makanan seperti yang bersantan-santan. Udah gitu banyak yang berlemak-lemak.
	L:41-42	Itu pun gara-gara makanan nya pun eee berlemak-lemak. Minyak-minyak buat dia kena hipertensi.
	L:74	Kayak dulu sikit-sikit apa lah banyak makan garam gitu kan.
Responden 2	L:167-170	Eeeee untuk pola makan emmm memang pola makannya suka yang makan yang eee yang berlemak mungkin ya ee yang bersantan gitu ya emm makan yang eee agak – agak asin gitu karena ngga bisa dibilangin namanya orang tua yaaa kan.
	L:171	Konsumsi kopi
Responden 3	L :256	Eeee dimakanan yang berlemak, eee yang suka makan asin-asin. Katanya kalau ngga makan eee asin ngga ada ee rasanya.
	L:259	Eeeeeee iya suka makan yang eee berlemak yang eee bersantan
Responden 4	L:388-389	eee keseringan makan banyak yang lemak-lemak
	L:391	Emm iyaaa, makanan yang berlemak
	L.400	biasanya berlemak

Dari pertanyaan menurut Bapak/Ibu bagaimana keluarga mengenali tanda atau gejala hipertensi pada anggota keluarga? Didapatkan jawaban dari responden yaitu: Hipertensi diketahui melalui perubahan kondisi fisik (dengan beberapa jawaban: pusing ini kayak pandanganya kunang-kunang, dia suka pusing, itu suka oyong, pening pusing oyong lah, sering pusing, pegel-pegel di bagian belakang ,sakit kepala bagian belakang).

Tabel 4. Kutipan penjelasan pertanyaan ketiga

Responden 1	L:47-49	eeee pusing ini kayak pandanganya kunang-kunang udah gitu sering pula nanti apanya eeeee ini tengkuknya ini sakit pegal gitu.
Responden 2	L:180-182	emm dia suka pusing, itu eee suka oyong. Dia suka ee emang iya kayak ee dikeluhkannya oyong-oyong, pening gitu lah eee kayak berputar gitu.
	L:184-186	Keluhannya hanya itu, pening ee pusing oyong lah. Ada juga ee kayak apa itu sakit-sakit eee itu di itu lah ya dipundak kadang katanya.
Responden 3	L :264-265	Eeeee sering ee pusing, iyaa sering pusing terjadi sering eee pegel-pegel di bagian belakang
Responden 4	L:337-338	Mmm sakit kepala eee bagian belakang ee pundak berat eee kadang sampai sesak. Pundaknya berat kan eee detak jantung pun ngga beraturan.

Dari pertanyaan menurut Bapak/Ibu bagaimana keluarga mengatur makanan bagi anggota keluarga yang menderita hipertensi? Didapatkan jawaban dari responden yaitu: Pengolahan makanan sehat dengan metode rendah lemak dan rendah garam (dengan beberapa jawaban: makanan rebus-rebusan, mengurangi minyak-minyak, mengurangi santan-santan, mengurangi goreng-gorengan, mengurangi asin-asin, makan-makanan segar, bikin jus-jus, buah, jus-jus, makanan rebus-rebusan, minum jus kayak jus buah, sayur-sayuran direbus, ikan kayak dikukus, buah terus itu sayur-sayuran, memberikan buah, di buat jus-jus gitu kayak buah-buahan, bikin jus-jus buah yang seger, makanan yang di rebus-rebus).

Tabel 5. Kutipan penjelasan pertanyaan keempat

Responden 1	L:63-65	Ya, kayak sekarang ini, yaa karena udah tahu dia. kenak kayak gitu eee kami buatlah seperti makanannya ya, kayak rebus-rebusan. Makanan yang agak mengurangi minyak-minyak ataupun santan-santan gitu lah.
		makanannya itu udah banyak yang kayak kami kurangi lah, kayak lemak-lemak itu ee udah kami kurangi. Kayak santan-santan, goreng-gorengan itu udah banyak kami kurangi.
	L: 68-69	Kayak santan-santan, goreng-gorengan itu udah banyak kami kurangi.
	L: 70-71	
	L:84-85	ngasih ee makan-makanan segar lah supaya dia ee jangan apa naik darah tingginya, bikin jus-jus gitu, Bikin eee bikin jus-jus yang ee apa bisa menormalkan hipertensinya itu lah tekanan darahnya supaya jangan naik.
Responden 2	L: 87	
	L:190	kurangi lah kayak asin, gule yang lemak-lemak
	L:191-192	eee kita ganti yang kayak eee buah, kayak jus-jus gitu eeee mungkin lah kayak makanan rebus-rebusan yang gitu-gitulah.

Responden 3	L :287-289	Eeee seperti eeee kayak minum jus kayak jus buah gitu seperti kata orang timun eeee bisa ngurangi tekanan darah. Jadi eee sering dikasi.
	L: 298-299	jangan makan yang berlemak-lemak jangan makan yang eee berasin-asin
Responden 4	L:343-344	Eee sayur-sayuran nya pun direbus eee ikan nya pun kayak dikukus, Eeee santan nyaa juga dikurang.
	L.349-350	Eee dari buah terus itu sayur-sayuran terus pun eee selalu diingetin supaya jangan ee makan sembarangan. Kayak eee memberikan ee apa lah buah kayak di buat jus-jus gitu kayak buah-buahan ee seger gitu terus sayur-sayurannya
	L.358-359	
Responden 5	L: 400-401	Eeee dikurangi garam eee biasanya berlemak jadi ee sekarang
	L:404	dikurangin eee untuk dimakan Eee bikin jus-jus buah yang seger, terus makanan yang di rebus-rebus

Dari pertanyaan menurut Bapak/Ibu apa saja yang dilakukan keluarga selain pemberian obat untuk mengontrol tekanan darah? Didapatkan jawaban dari responden yaitu: Pemanfaatan pengobatan tradisional sebagai upaya keluarga dalam penanganan hipertensi (dengan beberapa jawaban : obat-obatan kampung gitu, daun sirsak, terus kumis kucing, daun sirsak daunnya itu direbus)

Tabel 6. Kutipan penjelasan pertanyaan kelima

Responden 1	L:86-87	bikin apa eee obat-obatan kampung gitu kan yaa kayak daun sirsak, terus kumis kucing.
Responden 2	L:206-207	Kayak ee daun sirsak itu sering juga itu eee daunnya itu direbus airnya eee itu diminum.

4. PEMBAHASAN

Gambaran persepsi keluarga tentang pengertian penyakit hipertensi di Lingkungan IV Kelurahan Mangga Tahun 2026

Peneliti berasumsi bahwa pemahaman keluarga tentang hipertensi terbentuk melalui pengalaman merawat anggota keluarga, pemantauan tekanan darah secara rutin, dan pemeriksaan kesehatan di fasilitas pelayanan kesehatan. Pengalaman tersebut membantu keluarga memahami hipertensi sebagai kondisi tekanan darah yang melebihi batas normal. Selain itu, pemahaman keluarga juga akan berkembang melalui berbagai pengalaman yang dialami selama merawat anggota keluarga penderita hipertensi seperti ketika kondisi penderita memburuk, atau selama proses perawatan di rumah sakit, dimana keluarga berperan sebagai pendamping sekaligus penghubung antara pasien dan tenaga kesehatan. Selain itu tingkat pemahaman keluarga tentang hipertensi juga dipengaruhi oleh penyuluhan kesehatan yang diselenggarakan oleh puskesmas, sehingga berkontribusi terhadap peningkatan pemahaman keluarga mengenai penyakit tersebut [7][8].

Gambaran persepsi keluarga tentang penyebab anggota keluarga mengalami hipertensi di Lingkungan IV Kelurahan Mangga Tahun 2026

Peneliti berasumsi bahwa keluarga memandang beban pikiran, stres, dan kondisi emosional, seperti mudah marah, sebagai faktor yang dapat memicu maupun memperburuk hipertensi. Keluarga juga memahami bahwa tekanan psikologi yang berlangsung terus-menerus dapat meningkatkan tekanan darah sehingga hipertensi menjadi sulit dikendalikan. Gangguan psikologi seperti stres, kecemasan dan depresi merupakan faktor utama yang dapat memicu hipertensi. Stres merupakan respons terhadap tekanan lingkungan yang menimbulkan tuntutan psikologis sehingga dapat menyebabkan peningkatan tekanan darah[9]. Stres merupakan bagian dari kehidupan yang berlangsung secara terus-menerus dan berlebihan dapat berdampak negatif terhadap kesehatan, termasuk meningkatkan risiko hipertensi. Kondisi tersebut memicu peningkatan hormon stres, seperti adrenalin, tiroksin, dan kortisol yang mengaktifkan sistem saraf simpatis serta menyebabkan vasokonstriksi pembuluh darah, sehingga jantung bekerja lebih kuat dan mengakibatkan peningkatan denyut jantung serta tekanan darah [10]. Selain itu, peneliti juga berasumsi bahwa keluarga menganggap pola makan yang tidak sehat sebagai salah satu penyebab utama terjadinya hipertensi. Kebiasaan mengonsumsi makanan bersantan, gorengan, dan makanan berlemak secara berlebihan juga dipandang dapat memicu timbulnya hipertensi sekaligus memperburuk kondisi penderita. Dengan demikian, pola makan dipahami sebagai salah satu faktor yang sangat berpengaruh terhadap terjadinya maupun pengendalian penyakit hipertensi. Pola makan yang tidak sehat merupakan salah satu faktor utama penyebab hipertensi, konsumsi makanan seperti gorengan, jeroan dan asin secara berlebihan dapat meningkatkan risiko

terjadinya hipertensi sekaligus memperburuk kondisi penderita. Asupan natrium yang berlebihan dapat meningkatkan volume plasma, curah jantung, dan tekanan darah sehingga hipertensi menjadi lebih sulit dikendalikan [11].

Gambaran persepsi keluarga tentang tanda atau gejala hipertensi pada anggota keluarga di Lingkungan IV Kelurahan Mangga Tahun 2026

Peneliti berasumsi bahwa keluarga mengenali hipertensi melalui perubahan kondisi fisik yang dialami penderita, seperti sakit kepala, pusing, pandangan kabur atau berkunang-kunang, nyeri pada tengkuk dan bahu rasa berat dibagian belakang kepala serta detak jantung yang tidak teratur. Berbagai keluhan tersebut menjadi penilaian awal bagi keluarga dalam mengenali kemungkinan terjadinya hipertensi sebelum dilakukan pemeriksaan tekanan darah. Gejala seperti nyeri kepala, terutama pada bagian tengkuk dan leher merupakan gejala yang sering dialami penderita hipertensi akibat gangguan vaskular atau aliran darah yang berkaitan dengan peningkatan tekanan darah. Nyeri tersebut umumnya dirasakan akibat perubahan struktur pembuluh darah dan arteriola sehingga mengganggu aliran darah dan menimbulkan rasa nyeri [12].

Gambaran persepsi keluarga tentang mengatur makanan anggota keluarga yang menderita hipertensi di Lingkungan IV Kelurahan Mangga Tahun 2026

Peneliti berasumsi bahwa keluarga memahami pengendalian hipertensi melalui penerapan pola makan sehat, seperti mengurangi konsumsi makanan tinggi lemak dan tinggi garam serta meningkatkan pemberian makanan rebusan, sayuran, buah-buahan, dan jus buah. Perilaku hidup sehat secara bertahap dan berkelanjutan sangat penting dilakukan dan keluarga berperan penting dalam membentuk perilaku tersebut. Pengendalian hipertensi dilakukan melalui penerapan pola makan sehat serta perubahan gaya hidup, yang dimana menekankan konsumsi makanan kaya serat, kalium, kalsium dan magnesium serta pembatasan garam terbukti efektif membantu menurunkan tekanan darah [11][13].

Gambaran persepsi keluarga tentang mengontrol tekanan darah di Lingkungan IV Kelurahan Mangga Tahun 2026

Peneliti berasumsi bahwa keluarga masih sering memanfaatkan tanaman herbal, seperti daun sirsak dan kumis kucing untuk membantu dalam mengontrol tekanan darah di rumah. Hal ini menunjukkan keluarga masih mempercayai pengobatan tradisional sebagai terapi pendamping dalam pengendalian hipertensi. Tanaman herbal tersebut umumnya diolah dengan cara direbus, kemudian air rebusannya dikonsumsi. Rebusan daun sirsak memang dapat membantu menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi karena mengandung senyawa yang berperan dalam merelaksasi pembuluh darah dan memperlancar sirkulasi darah, sehingga dapat dimanfaatkan sebagai terapi nonfarmakologis [14]. Rebusan daun sirsak mengandung antioksidan yang mampu menangkal radikal bebas serta membantu mempertahankan elastisitas pembuluh darah [15].

5. KESIMPULAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa keluarga memiliki persepsi yang baik dalam merawat anggota keluarga yang mengalami hipertensi dimana persepsi tersebut terbentuk dari pengalaman merawat penderita, pemeriksaan kesehatan dan edukasi dari tenaga kesehatan. Keluarga memahami bahwa hipertensi dipengaruhi oleh stres dan pola makan yang tidak sehat, mengenali penyakit melalui gejala yang muncul, serta melakukan pengendalian dengan menerapkan pola makan sehat dan memanfaatkan tanaman herbal sebagai terapi pendamping.

UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti mengucapkan terima kasih kepada Kelurahan Mangga yang telah memberikan izin untuk melakukan penelitian serta masyarakat di Lingkungan IV yang bersedia ikut dalam melakukan penelitian ini. Peneliti juga berterima kasih kepada Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Santa Elisabeth Medan sebagai tempat bagi peneliti dalam menempuh pendidikan serta semua pihak yang telah memberikan bantuan, saran, dan masukan selama melakukan penelitian sehingga penelitian ini dapat diselesaikan dengan baik.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] A. K. Alfasyi and A. Sudaryanto, "Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Upaya Pengendalian Hipertensi Pada Lansia Di Puskesmas Kartasura," vol. 5, no. 1, pp. 2–3, 2025.
- [2] J. F. Immanuela, A. E. Noveyani, and A. Meikalynda, "Epidemiologi Deskriptif Hipertensi di Puskesmas Arjasa Kabupaten Jember," vol. 2, no. 1, pp. 148–159, 2023, doi: 10.54259/sehatrakyat.v2i1.1509.

- [3] WHO, "Hypertension." [Online]. Available: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/hypertension>
- [4] Riskesdas, "Laporan Riskesdas Sumut 2018," 2019. [Online]. Available: <https://repository.badankebijakan.kemkes.go.id/id/eprint/3878>
- [5] A. N. Hakim and G. R. Arsy, "Hubungan Tingkat Pengetahuan Keluarga dengan Perawatan Penderita Hipertensi di Rumah," *Nurs. Inf. J.*, vol. 2, no. 1, pp. 41–46, 2022, doi: 10.54832/nij.v2i1.280.
- [6] A. Annisa, A. Surjoputro, and B. Widjanarko, "Dampak Dukungan Sosial Dan Keluarga Terhadap Kepatuhan Pengobatan Hipertensi Pada Pasien Hipertensi," *J. Ners*, vol. 8, no. 1, pp. 254–261, 2024, doi: <https://doi.org/10.31004/jn.v8i1.21773>.
- [7] E. D. Kartiningrum and A. Ningtyas, "Studi Kualitatif Perawatan Keluarga Pasien Hipertensi Di Dusun Sumber Desa Sebaung Gending Probolinggo," vol. 5, pp. 55–63, 2021, doi: <https://doi.org/10.5281/zenodo.4558440>.
- [8] L. I. Damayanti and T. Mulyanto, "Efektifitas Penggunaan Media E-Leaflet Terhadap Pengetahuan Tentang Penyakit Hipertensi Di Wilayah UPTDPuskesmas BahagiaKab. Bekasi Tahun 2022," vol. 4, 2022, doi: <https://doi.org/10.31004/jpdk.v4i4.5277>.
- [9] S. Wahyuni and W. N. Pratiwi, "Depresi, Stres, Kecemasan, dan Faktor Demografi terhadap Kejadian Hipertensi Usia 35-65 Tahun:," p. 6, 2022, doi: 10.29407/judika.v6i1.17942.
- [10] A. Delavera, K. N. Siregar, R. Jazid, and T. Eryando, "Hubungan Kondisi Psikologis Stress dengan Hipertensi pada Penduduk Usia Diatas 15 Tahun di Indonesia," *J. BIKFOKES (Biostatistik, Kependudukan, dan Inform. Kesehatan)*, vol. 3, 2021, doi: 10.51181/bikfokes.v1i3.5249.
- [11] S. R. Sitindaon, M. B. Karo, and J. M. B. Ginting, "Gambaran Gaya Hidup Penderita Hipertensi Di Lingkungan Pasar 3 Kelurahan Titi Rantai Medan Tahun 2025," vol. 6, no. 1, 2025.
- [12] S. Salvataris, Ludiana, and S. Ayubbana, "Penerapan Kompres Hangat Leher Terhadap Nyeri Pada Pasien Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Yosomulyo Kec. Metro Puast Tahun 2021," vol. 2, 2021.
- [13] A. Febriana and Heryyanoor, "Manajemen Diet Dash Sebagai Intervensi Pada Lansia Hipertensi: a Systematic Review," *J. Kesehat. Tambusai*, vol. 4, no. 2, pp. 746–753, 2023, doi: <https://doi.org/10.31004/jkt.v4i2.14669>.
- [14] J. Andri, Padila, R. T. Sugiharno, and K. Anjelina, "Penggunaan Rebusan Daun Sirsak Terhadap Penurunan Tekanan Darah Penderita Hipertensi," vol. 6, pp. 306–312, 2024, doi: <https://doi.org/10.31539/jks.v6i1.4169>.
- [15] I. Rahmawati, S. Stella, and S. Kamillah, "Pengaruh Rebusan Air Daun Sirsak (*Annonamuricata*) terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Lansia Penderita Hipertensi di Wilayah Desa Sukawangi Kecamatan Warungkondang Kabupaten Cianjur Tahun 2023," vol. 2, 2023, doi: <https://doi.org/10.59680/ventilator.v2i3.1307>.