

## Peer Group Mempengaruhi Kepatuhan Berobat Lansia Hipertensi

Ida Farida<sup>1</sup> dan Ni Putu Ariani<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Program Studi Keperawatan Bogor

E-mail : idafar1@gmail.com

### ABSTRACT

Estimated that in 2020 the number of elderly in Indonesia around 30 million. Approximately 30-60 percent of the elderly may have hypertension. In elderly, hypertension is a major risk factor for the occurrence of complications of a heart attack, stroke, and kidney failure. To avoid the complications required compliance of elderly to modify lifestyle, such as anti-hypertensive medication, exercise, and regular blood pressure control. One of methods to facilitate the compliance of treatment of client was peer group. This study aimed to examine the influence of the peer group to compliance of treatment hypertension in elderly. This study used a quasi-experimental design with an intervention group and a control group. Respondents in the intervention group were divided into two small groups of 9-11 people. Peer group activities carried out once a week, for 6 weeks. The control group was given treatment in generally health education on treatment compliance of service standards of Posbindu. Treatment compliance was measured by attendance at posbindu, reducing salt, and regular exercise. The results showed that the intervention of peer group were significantly influence to comply hypertension treatment on elderly. Elderly hypertension followed peer group activities to comply with its management program so that the blood pressure of them could be lowered close to normal values (140/90 mmHg)

**Keywords:** peer group, treatment compliance, elderly, hypertension

### PENDAHULUAN

Saat ini di seluruh dunia umur harapan hidup setiap dasawarsanya meningkat terus. Anurogo<sup>1</sup> memperkirakan pada tahun 2020 di Indonesia jumlah lansia adalah sekitar 30,1 juta jiwa dari populasi 262 juta. Makin meningkat harapan hidup maka makin kompleks penyakit yang diderita oleh orang lanjut usia, salah satunya adalah hipertensi. Hasil penelitian Master dalam Darmojo<sup>2</sup> tahun 1999 menemukan sekitar 30-60% lansia akan mengalami hipertensi. Hipertensi pada lanjut usia sebagian besar merupakan Hipertensi Sistolik Terisolasi (HST), dan pada umumnya merupakan hipertensi primer. Adanya hipertensi, baik HST maupun kombinasi sistolik dan diastolik merupakan faktor risiko morbiditas dan mortalitas untuk orang lanjut usia. Nunik<sup>3</sup> mengutarakan hipertensi masih merupakan faktor risiko utama untuk serangan jantung, stroke, dan gagal ginjal.

Menurut Depkes<sup>4</sup> lansia yang mengalami hipertensi harus mematuhi program penatalaksanaan seperti, rutin mengontrol tekanan darah, minum obat, olahraga dan mengatur pola makan sesuai anjuran tim medis. Petugas kesehatan diharapkan dapat melakukan pembinaan pada lansia dalam bentuk kegiatan promotif, preventif, kuratif, rehabilitatif dan rujukan. Perawat yang merupakan bagian integral dari pelayanan kesehatan berupaya mengembangkan berbagai strategi untuk mengatasi masalah yang muncul pada lansia yang mengalami hipertensi. Strategi intervensi keperawatan yang dapat dilakukan untuk memfasilitasi kepatuhan klien hipertensi berobat adalah pembentukan *sosial support* atau dukungan sosial di masyarakat<sup>5</sup>. Salah satu bentuk dukungan sosial adalah melaksanakan *peer group support* pada lansia dengan Hipertensi.

*Peer group* merupakan kelompok sebaya pada lansia hipertensi yang memberikan dukungan sosial untuk me-

tingkatkan kepatuhan lansia berobat. Kegiatan difokuskan pada kemampuan penyelesaian masalah dengan cara berbagi pengalaman, pengetahuan, dan konseling (*peer experience, peer education, dan peer counseling*) diantara kelompok sebaya<sup>6</sup>. Kegiatan dalam kelompok kecil mempunyai banyak keuntungan dan sangat relevan dalam praktik keperawatan di masyarakat dengan memanfaatkan pengetahuan, keahlian dan kemampuan yang lebih tinggi diantara kelompok<sup>7,8</sup>.

Penelitian mengenai efektifitas terapi *peer group* pada wanita Pre Menopause Sindrom (PMS), menguraikan bahwa kelompok yang melakukan *Peer Group* dinilai efektif menurunkan 75% Depresi akibat Pre Menopause Sindrom, meningkatkan kualitas hidup dan kepercayaan diri dibandingkan kelompok yang diberi obat anti depresan. Peningkatan yang bermakna ditemukan pada tiga bulan setelah intervensi<sup>9</sup>. Meskipun penelitian ini difokuskan pada PMS, secara umum kegiatan ini merupakan promosi kesehatan yang dapat diterapkan pada kondisi lain.

Namun penelitian tentang *Educational Program for Peer Review* yang membandingkan kepatuhan berobat pada klien Chronic Heart Failure (CHF) dan klien DM tipe 2 menyebutkan bahwa *peer group* tidak berpengaruh signifikan dalam meningkatkan kunjungan ke pelayanan kesehatan karena hanya 53% klien CHF dan 60% klien DM tipe 2 yang melakukan kontrol rutin<sup>10</sup>. Meskipun demikian, metode *peer groups* dinilai dapat diterapkan dalam membantu meningkatkan mutu perawatan primer di masyarakat.

Memperhatikan fenomena diatas, maka perlu dilakukan strategi intervensi keperawatan. salah satunya melalui *peer group* untuk meningkatkan kepatuhan lansia kontrol dan berobat ke Posbindu. Dengan memulai terapi pada *fase uncomplicated hypertension* sedini mungkin, penanganan secara tepat, teratur, dan dilakukan terus menerus maka risiko komplikasi serangan jantung, stroke dan gagal ginjal dapat diturunkan.

## Tujuan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kepatuhan berobat klien Hipertensi pada Lansia dan untuk mengetahui pengaruh *peer group* terhadap kepatuhan berobat klien lansia Hipertensi.

## Hipotesis

Hipotesis pada penelitian ini adalah *peer group* berpengaruh terhadap kepatuhan berobat klien lansia hipertensi.

## METODE

Penelitian ini menggunakan desain *quasi-eksperiment* dengan kelompok kontrol. Populasi studi adalah klien lansia yang mengalami hipertensi di wilayah Puskesmas Pancasan Bogor dan sampel pada kelompok intervensi dan kontrol masing-masing adalah 20 responden. Penelitian dilakukan selama 5 (lima) bulan yaitu pada bulan Juli sampai dengan Nopember 2009.

Karakteristik responden pada dua kelompok diupayakan hampir sama dengan cara menetapkan kriteria inklusi yaitu lansia awal yang berusia antara 45 – 59 tahun, telah didiagnosa hipertensi oleh tim medis, mampu berjalan mandiri ke posbindu dengan jarak < 500 meter dari rumah. Responden pada kelompok intervensi diorganisir menjadi 2 kelompok kecil yang masing-masing terdiri dari 9-11 orang.

Perlakuan terdiri atas 6 kegiatan yaitu : pembentukan kelompok, berbagi pengetahuan tentang penyebab dan tanda gejala hipertensi, berbagi pengalaman tentang penatalaksanaan hipertensi seperti pentingnya teratur minum obat, kontrol tekanan darah, pola makan dan olahraga, kesepakatan dengan kelompok untuk datang ke posbindu tiap bulan, konseling dan rencana tindak lanjut.. Kegiatan *peer group* dilakukan dengan metode *brainstroming* diskusi dan konsultasi dengan masing-masing teman sebaya (*peer group*). Setiap sesi membutuhkan

waktu 30 - 45 menit, interval waktu antar sesi adalah satu minggu. Kelompok kontrol diberikan perlakuan penyuluhan kesehatan secara umum tentang kepatuhan berobat sesuai standar pelayanan posbindu dari Departemen Kesehatan<sup>4</sup>

Pada dua kelompok diamati bagaimana kepatuhan berobatnya berdasarkan presensi kunjungan ke posbindu untuk mengukur tekanan darah selama tiga bulan berturut-turut, yaitu bulan Agustus sampai Oktober 2009.

Untuk menguji hipotesis pengaruh *peer group* terhadap kepatuhan berobat lansia hipertensi digunakan analisis statistik *chi-square*. Analisis dilakukan pada subjek penelitian yang telah mengikuti minimal 3 kali kegiatan *peer group* intervensi. Analisis statistik dengan metode *paired sample t-test* juga dilakukan pada kelompok responden yang telah mengikuti kegiatan *peer group* untuk melihat perubahan tekanan darah sistolik dan diastolik sebelum dan sesudah intervensi.

## HASIL

### Karakteristik Responden

Pada *peer group*, umur responden termuda 45 tahun dan tertua 59 tahun. Rata-rata sudah mengalami hipertensi selama 2 tahun dan separuh responden tekanan darahnya 165/90 mmHg. Pada *non peer group*, umur termuda 46 tahun dan tertua 59 tahun. Rata-rata sudah mengalami hipertensi selama 2 tahun dan separuh responden tekanan darahnya 155/90 mmHg.

### Kepatuhan Berobat Sebelum Intervensi

Pada awalnya intervensi, ada 16 orang (80%) tidak patuh dan hanya 4 orang (20%) yang patuh dalam *peer group*. Begitu juga pada *non peer group*, 17 orang (85%) tidak patuh, hanya 3 orang (15%) yang patuh. Sebagian besar responden baik *peer group* atau *non peer group* pada awal intervensi sama-sama tidak patuh terhadap program penatalaksanaan hipertensi pada lansia

**Tabel 1. Karakteristik Responden**

No	Kelp/Variabel	Min. (thn)	Max. (thn)	Mean	Median
Kelp. Peer Group					
1	Umur (tahun)	45	59	53	58
2	Lama hipertensi (tahun)	1	10	2,5	2
3	Tekanan Darah Sistol (mmHg)	140	220	171,5	165
4	Tekanan Darah Diastol (mmHg)	80	130	95,5	90
Kelp. Non Peer group					
1	Umur (tahun)	46	59	54,1	54
2	Lama hipertensi (tahun)	1	6	2,55	2
3	Tekanan Darah Sistol (mmHg)	130	190	156,5	155
4	Tekanan Darah Diastol (mmHg)	60	120	87,5	90

**Tabel 2. Kepatuhan berobat lansia hipertensi sebelum intervensi di Puskesmas Pancasan Tahun 2009 (n=40).**

No	Kelompok	Kepatuhan		Total	nilai p 1,000
		Patuh	Tidak Patuh		
1	Peer Group	4 (20%)	16 (80%)	20	
2	Non Peer Group	3 (15%)	17 (85%)	20	

**Tabel 3. Kepatuhan berobat klien lansia hipertensi setelah intervensi di Puskesmas Pancasan Tahun 2009 (n=40).**

No	Kelompok	Kepatuhan		Total	nilai p
		Patuh	Tidak Patuh		
1	Peer Group	17 (85%)	3 (15%)	20	0,00
2	Non Peer Group	4 (20%)	16 (80%)	20	

**Tabel 4. Tekanan Darah Lansia Hipertensi yang mengikuti Peer Group Sebelum dan Sesudah Intervensi**

No	Waktu	Rerata Sistolik (mmHg)	nilai-p	Rerata Diastolik (mmHg)	nilai-p
1	Sebelum	173,5	0,00	96	0,00
2	Sesudah	143,5		86	

**Kepatuhan Berobat Setelah Intervensi.**

Di akhir penelitian, pada *peer group* ternyata ada 17 orang (85%) yang menjadi patuh, dan hanya 3 orang (15%) tidak patuh. Sedangkan pada *non peer group* hanya 4 orang (20%) yang patuh, 16 orang lainnya (80%) tidak patuh. Hasil penelitian membuktikan bahwa *peer group* dapat mempengaruhi kepatuhan berobat klien lansia hipertensi dengan nilai-p 0,00.

**Tekanan Darah Sebelum dan Sesudah Intervensi**

Sebelum responden mengikuti kegiatan *peer group*, rerata tekanan darah sistolik 173,5 mmHg dan diastolik 96 mmHg. Setelah 3 bulan rerata tekanan darah sistolik 143,5 mmHg dan diastolik 86 mmHg. Hasil uji-t menunjukkan nilai-p 0,00 artinya ada pengaruh *peer group* dalam menurunkan tekanan darah sistolik dan diastolik.

**BAHASAN****Kepatuhan berobat**

Kepatuhan berobat diukur berdasarkan kehadiran di posbindu 3x selama 3 bulan, mengurangi garam, rutin olahraga. Pada awal intervensi, ada 16 orang (80%) tidak patuh dan hanya 4 orang (20%) yang patuh dalam *peer group*.

Begitu juga pada *non peer group*, 17 orang (85%) tidak patuh, hanya 3 orang (15%) yang patuh. Sebagian besar responden baik *peer group* atau *non peer group* pada awal intervensi sama-sama tidak patuh terhadap program penatalaksanaan hipertensi pada lansia.

Di akhir penelitian, pada *peer group* ternyata ada 17 orang (85%) yang menjadi patuh, dan hanya 3 orang (15%) tidak patuh. Sedangkan pada *non peer group* hanya 4 orang (20%) yang patuh, 16 orang lainnya (80%) tidak patuh. Hasil analisa data didapatkan nilai p 0,00 dengan OR 22,67 artinya pada tingkat kepercayaan 95%, *peer group* berpengaruh terhadap kepatuhan berobat klien lansia hipertensi. Para lansia hipertensi yang mengikuti *peer group* mempunyai peluang 22 kali lebih besar, untuk mematuhi program penatalaksanaan lansia hipertensi dibandingkan dengan para lansia hipertensi yang tidak mengikuti *peer group*.

Hal ini terjadi karena *peer group* merupakan kelompok sebaya yang memberikan dukungan sosial pada sesama lansia hipertensi. Kegiatan *peer group* difokuskan pada kemampuan penyelesaian masalah dengan cara berbagi pengalaman, pengetahuan, dan konseling<sup>6</sup>. Pada setiap kegiatan *peer group* para lansia yang sama-sama berkeinginan untuk menurunkan tekanan darahnya saling bertukar informasi dan pengalaman

mengenai pola makan, minum obat dan olahraga. Lansia yang tekanan darahnya berhasil turun meskipun hanya 10-20 mmHg (sistolik atau diastolik) diberi penghargaan / hadiah reward berupa tepuk tangan dan ucapan selamat. Kemudian dipersilahkan untuk membagikan pengalaman mengenai apa yang telah dilakukan sehingga memotivasi diri sendiri dan teman yang lain untuk mengontrol tekanan darahnya.

Lansia yang mengalami hipertensi harus mematuhi program penatalaksanaan seperti, rutin mengontrol tekanan darah, minum obat, olahraga dan mengatur pola makan sesuai anjuran tim medis<sup>4</sup>. Penelitian ini memberi arahan pada petugas kesehatan untuk melakukan pembinaan pada para lansia hipertensi untuk membentuk peer group sebagai salah satu upaya promotif dan pemberdayaan masyarakat (*empowerment*) dan pembinaan suasana (Social Support). Karena *peer group* yang dibentuk dalam kelompok kecil mempunyai banyak keuntungan dan sangat relevan dalam praktik keperawatan di masyarakat dengan memanfaatkan pengetahuan, keahlian dan kemampuan yang lebih tinggi diantara kelompok<sup>7,8</sup>.

### Tekanan Darah

Sebelum responden mengikuti kegiatan *peer group*, rerata tekanan darahnya 173,5 / 96 mmHg. Setelah 3 bulan mengikuti kegiatan *peer group*, rerata tekanan darah menurun menjadi 143,5 / 86 mmHg. Hasil uji-t menunjukkan nilai-p 0,00 artinya ada pengaruh *peer group* dalam menurunkan tekanan darah. Dengan metode brainstorming, diskusi dan konsultasi dalam *peer group*, para lansia saling mengingatkan untuk mematuhi program penatalaksanaan seperti datang ke posbindu untuk mengontrol tekanan darah, mengurangi garam dalam konsumsi makanannya dan rajin berolahraga. *Peer group* dapat membuat lansia hipertensi mematuhi program penatalaksanaannya

sehingga tekanan darah dapat diturunkan mendekati nilai normal (140/90 mmHg)

Strategi intervensi keperawatan yang dapat dilakukan untuk memfasilitasi kepatuhan klien hipertensi berobat adalah pembentukan *sosial support* atau dukungan sosial di masyarakat, salah satu bentuk dukungan sosial adalah *peer group support*<sup>5</sup>. Penelitian ini juga sejalan dengan Taylor<sup>9</sup> yang melakukan penelitian tentang pengaruh peer group pada pre menstruasi syndrome (PMS) bahwa kelompok yang melakukan Peer Group dinilai efektif menurunkan 75% depresi PMS, meningkatkan kualitas hidup dan kepercayaan diri dibanding kelompok yang diberi obat anti depresan setelah intervensi tiga bulan.

### SIMPULAN

Setelah intervensi *peer group* ada 17 orang (85%) yang menjadi patuh, dan hanya 3 orang (15%) tidak patuh. Hasil analisa data didapatkan nilai p0,00 dengan OR 22,67 (95% C.I : 4,37 – 117,47). Artinya pada tingkat kepercayaan 95%, *peer group* berpengaruh terhadap kepatuhan berobat lansia hipertensi. Para lansia hipertensi yang mengikuti *peer group* mempunyai peluang 22 kali lebih besar, untuk mematuhi program penatalaksanaan lansia hipertensi dibandingkan dengan para lansia hipertensi yang tidak mengikuti *peer group*.

### SARAN

Untuk lansia hipertensi diharapkan dapat memotivasi diri sendiri dan teman sebaya untuk membentuk *peer group* yang lain sehingga dapat menambah wawasan dan pengalaman tentang hipertensi dan penatalaksanaannya dan menjadi contoh (Role Model) bagi lansia hipertensi lainnya.

Bagi para pengelola program dan petugas kesehatan, khususnya perawat pelaksana yang merupakan bagian integral dari pelayanan kesehatan dapat mengembangkan metode *peer group* ini sebagai pilihan strategi dalam kegiatan

promotif, preventif, kuratif, rehabilitatif untuk meningkatkan kepatuhan berobat pada lansia Hipertensi.

## RUJUKAN

1. Anurogo, Dito. Lansia dan Hipertensi [dikutip 10 September 2008] [www.kabarindonesia.com](http://www.kabarindonesia.com).
2. Darmojo, R. B. Gerontological Protocol for Nurse Practitioner. Philadelphia: Lippincott, William & Wilkins; 1999.
3. Nunik Kusumawardani. Hubungan Antara tanggapan Pasien dan Kepatuhan Pasien terhadap Pencegahan Sekunder Hipertensi di Kelurahan Abadijaya Depok Jawa Barat; 2004. [dikutip 26 April 2007] [www.pusat1.litbang.depkes.go.id](http://www.pusat1.litbang.depkes.go.id)
4. Depkes-Direktorat Kesehatan Keluarga. Pedoman Pembinaan Kesehatan Usia Lanjut bagi Petugas Kesehatan, edisi ke 6. Jakarta: Depkes; 2005.
5. Hitchcock, J. E., Schubert, P. E., & Thomas, S.A. Community Health Nursing: Caring in Action. New York: Delmar Publisher; 1999.
6. Fleming, M. L. O dan Parker, E. Health Promotion, 2nd edition. Australia: Cataloguing- in Publication entry; 2001.
7. Clark, M. J. Community Health Nursing Caring for Population, fourth edition. USA: Pearson Education, Inc.; 2003.
8. Koziar, B, et.all. Fundamental of Nursing, 7 ed, St Louse Toronto: Mosby Company; 2006.
9. Taylor, Diana. Effectiveness of Profesional-Peer Group Treatment Symptom Management for Women PMS - Research in Nursing and Health, Vol.22 pages 496 – 511, 2000. [dikutip 24 Maret 2009]. <http://share.eldoc.ub.neg.>,
10. Kasje,W.N; Denis,P.; Stewart,R.E; de Graeff,P.A; Haaijer . An Educational Programme for Peer Groups to Improve Treatment of Cronic Heart Failure and Diabetes Mellitus Type 2 in General Practice, Journal of Evaluation in Clinical Practice.Vol.12 No.6 pages 613-621, 2006. [dikutip 24 Maret 2009] <http://share.eldoc.ub.neg.>