

HUBUNGAN KECERDASAN EMOSIONAL DENGAN DERAJAT HIPERTENSI PADA LANSIA

The Relationship Of Emotional Intelligence With The Degree Of Hypertension In The Elderly

Siti Nurkhalizah*¹, Siti Rochmani ², Zahra Maulidia Septimar³

*^{1,2,3}STIKes Yatsi Tangerang

¹*Email : nurkhalizahicha98@gmail.com

Abstract

Hypertension is abnormal high blood pressure and is measured on three occasions at least at different times. Someone said to be hypertensive if their blood pressure is more than 140/90 mmHg. Hypertension is also defined as a state of systolic blood pressure of more than 120 mmHg and diastolic pressure of more than 80 mmHg. This study is to determine the relationship of emotional intelligence with the degree of hypertension in the elderly. Descriptive research method Correlation of cross sectional population approach in this study is the elderly in Kampung Pangodokan Kidul RW 03 as many as 110 respondents. Sampling technique with total sampling. The instruments used were questionnaire sheets, sphygmomanometers and stethoscopes to measure blood pressure and an observation sheet containing an observation table consisting of numbers, examination dates and blood pressure measurement results. Analysis of the data used is univariate and bivariate analysis using the chi square test and the Spearman correlation rank in the relationship of emotional intelligence with the degree of hypertension in the elderly, as evidenced by the statistical test results of P value 0,000 with r 0.347 which means there is a relationship that has a low closeness. The conclusion of this study is that emotional intelligence is associated with the degree of hypertension in the elderly in Kampung Pangodokan Kidul RW 03, Pasar Kemis District, Tangerang Regency.

Keywords: *elderly, emotiona lintelligence, degree of hypertension*

Abstrak

Hipertensi adalah tekanan darah tinggi yang abnormal dan di ukur pada tiga kesempatan paling tidak saat waktu yang berbeda. Seseorang dikatakan hipertensi apabila tekanan darahnya lebih dari 140/90 mmHg. Hipertensi juga diartikan sebagai suatu keadaan tekanan darah sistoliknya lebih dari 120 mmHg dan tekanan diastoliknya lebih dari 80 mmHg. Penelitian ini untuk mengetahui hubungan kecerdasan emosional dengan derajat hipertensi pada lansia. Metode penelitian *Deskriptif Korelasi* pendekatan *cross sectional* populasi dalam penelitian ini adalah lansia di Kampung Pangodokan Kidul RW 03 sebanyak 110 responden. Teknik pengambilan sampel dengan *total sampling*. Instrumen yang digunakan berupa lembar kuesioner, *sphygmomanometer* dan stetoskop untuk mengukur tekanan darah dan lembar observasi yang berisi tabel observasi yang terdiri dari nomor, tanggal pemeriksaan dan hasil ukur tekanan darah. Analisa data yang digunakan adalah analisa univariat dan bivariat dengan menggunakan uji *chi square* dan *correlation rank spearman* di dapat adanya hubungan kecerdasan emosional dengan derajat hipertensi pada lansia, terbukti dari hasil uji statistik P value 0,000 dengan r 0,347 yang artinya terdapat hubungan yang memiliki keeratan yang rendah. Kesimpulan penelitian ini adalah kecerdasan

emosional berhubungan dengan derajat hipertensi pada lansia di Kampung Pangodokan Kidul RW 03, Kecamatan Pasar Kemis, Kabupaten Tangerang.

Kata Kunci : lansia, kecerdasan emosional, derajat hipertensi

PENDAHULUAN

Hipertensi adalah tekanan darah tinggi yang abnormal dan diukur pada tiga kesempatan paling tidak saat waktu yang berbeda. Seseorang dikatakan hipertensi apabila tekanan darahnya lebih dari 140/90 mmHg. Hipertensi juga diartikan sebagai suatu keadaan tekanan darah sistoliknya lebih dari 120 mmHg dan tekanan diastoliknya lebih dari 80 mmHg (Ardiansyah, 2012).

Menurut data WHO mengestimasi saat ini prevalensi hipertensi secara global sebesar 22% dari total penduduk dunia. Dari sejumlah penderita tersebut, hanya kurang dari seperlima yang melakukan upaya pengendalian terhadap tekanan darah yang dimiliki. Wilayah Afrika memiliki prevalensi hipertensi sebesar 27%. Asia tenggara berada di posisi ke-3 tertinggi dengan prevalensi sebesar 25% terhadap total penduduk (Pusat Data dan Informasi Kemenkes RI, 2019).

Prevalensi hipertensi Nasional berdasarkan Riskesdas 2018 menunjukkan bahwa Provinsi Kalimantan Selatan memiliki prevalensi tertinggi sebesar 44,1% diikuti oleh Jawa Barat sebesar 39,6%, Kalimantan Timur sebesar 39,3%. Provinsi Papua memiliki prevalensi hipertensi terendah sebesar 22,2% diikuti oleh Maluku Utara sebesar 24,6% dan Sumatera Barat sebesar 25,1%. Hasil Riskesdas 2018 menunjukkan angka prevalensi hipertensi pada penduduk > 18 tahun berdasarkan pengukuran secara nasional sebesar 34,1% (Pusat Data dan Informasi Kemenkes RI, 2019). Penyakit terbanyak pada usia lanjut berdasarkan Riskesdas tahun 2013 adalah hipertensi. Dengan prevalensi 45,9% pada usia 55-64 tahun, 57,6% pada usia 65-74 tahun dan 63,8% pada usia >75 tahun (Pusat Data dan Informasi Kemenkes RI, 2016).

Jumlah penduduk beresiko (>18 th) yang dilakukan pengukuran tekanan darah pada tahun 2016 tercatat sebanyak 30,20%. Persentase penduduk yang dilakukan pemeriksaan tekanan darah tahun 2016 tertinggi di Kota Tangerang Selatan sebesar 97,70%, sebaliknya persentase terendah pengukuran tekanan darah adalah di Kota Tangerang sebesar 4,67%. Dari hasil pengukuran tekanan darah, sebanyak 30,23% dinyatakan hipertensi atau tekanan darah tinggi. Berdasarkan jenis kelamin, persentase hipertensi pada kelompok laki-laki sebesar 26,36%, lebih tinggi dibanding pada kelompok perempuan yaitu 14,76%. Dari hasil pengukuran hipertensi bahwa Kabupaten/Kota Tangerang dengan persentase hipertensi tertinggi adalah Kabupaten Tangerang yaitu 52,67%, Kabupaten/Kota dengan persentase hipertensi terendah adalah Kota Cilegon yaitu 5,62%. (Dinkes Provinsi Banten, 2017).

Prevalensi penduduk dengan hipertensi secara nasional sebesar 30,9%. Prevalensi hipertensi pada perempuan 32,9% lebih tinggi dibanding dengan laki-laki 28,7%. Prevalensi di perkotaan sedikit lebih tinggi 31,7% dibandingkan dengan pedesaan 30,2%. Prevalensi semakin meningkat seiring dengan bertambahnya usia. Pada tahun 2017 laporan dari Puskesmas ditemukan penyakit Tidak Menular sejumlah 186.987 kasus dan yang paling tertinggi adalah hipertensi 56,41% (Dinkes Kabupaten Tangerang, 2017).

Penyebab utama hipertensi merupakan penyakit kardiovaskuler dan merupakan kondisi kronis yang berkontribusi utama pada penyakit lain dan disabilitas. Penyakit ini dapat menyebabkan perubahan pada pembuluh darah

hingga berdampak pada *Hypothalamic Pituitary Adrenal* (HPA) yang menstimulus korteks adrenal untuk melepaskan kortisol menuntut hipotalamus dan amigdala di dalamnya sebagai pengatur kecerdasan emosional (EI) yang mengarah pada potensial kearah lebih sensitif seperti marah. Perubahan EI ini akan dapat mempengaruhi sudut pandang, pengalaman, dan coping pada pengalaman stres psikologis yang dapat berhubungan dengan kualitas hidup pasien hipertensi (Sutanto, 2015).

Lansia (lanjut usia) merupakan seseorang yang usianya 65 tahun keatas (Potter. A & Perry. G, 2010). Bertambahnya usia manusia maka akan mengalami proses penuaan secara degeneratif yang berdampak pada perubahan-perubahan pada tubuh manusia tersebut, tidak hanya mengalami perubahan fisik, kognitif, perasaan, sosial tetapi seksual juga akan mengalami perubahan (Azizah, 2011). Meningkatnya usia seseorang maka akan diikuti dengan meningkatnya kejadian hipertensi, hal ini di sebabkan karena adanya perubahan alami pada jantung, pembuluh darah dan kadar hormon (Junaedi et al., 2013). Maka dari itu masalah kesehatan yang sering terjadi pada lansia yaitu hipertensi atau tekanan darah tinggi. Berdasarkan penelitian yang pernah dilakukan oleh Nurmansyah dan Kundre di Puskesmas Ranotana Weru pada tahun 2019 terdapat adanya hubungan antara kecerdasan emosional dengan derajat hipertensi pada lansia dilihat dari nilai signifikan sebesar 0.003 dengan demikian probabilitas signifikan lebih kecil dari 0.05 (Nurmansyah dan Kundre, 2019). Adapula penelitian Rahmadesi 2016 di Desa Tanjung Sari Kecamatan Pacitan terdapat hubungan antara kecerdasan emosional dengan derajat hipertensi dilihat dari nilai signifikan sebesar 0.019 dengan probabilitas signifikan lebih kecil dari 0.05 (Rahmadesi, 2016).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti di Kampung Pangodokan Kidul RW 03 , didapatkan bahwa banyak lansia yang menderita hipertensi. Hasil wawancara yang dilakukan peneliti kepada 10 lansia, didapatkan 7 lansia hanya memenuhi 3 aspek kecerdasan emosional yaitu mengenali emosi diri, mengenali emosi orang lain, dan membina hubungan sedangkan untuk 2 aspek kecerdasan emosional yang belum terpenuhi yaitu mengelola emosi dan memotivasi diri dengan derajat hipertensinya sedang dan berat.

Berdasarkan latar belakang di atas penting untuk dilakukan penelitian tentang Hubungan Kecerdasan Emosional Dengan Derajat Hipertensi Pada Lansia Di Kampung Pangodokan Kidul RW 03 Kecamatan Pasar Kemis Kabupaten Tangerang Tahun 2020.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif korelasi dengan pendekatan *cross sectional*. Sampel dari penelitian ini adalah 110 responden. Teknik sampel yang digunakan yaitu *Total Sampling*. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner dengan 20 pernyataan dan menggunakan alat *sphygmomanometer* dan stetoskop untuk mengukur tekanan darah dan lembar observasi yang berisi tabel observasi yang terdiri dari nomor, tanggal pemeriksaan dan hasil ukur tekanan darah. analisis yang digunakan univariat dan bivariat untuk mengetahui adanya hubungan kecerdasan emosional dengan derajat hipertensi pada lansia. analisis statistik yang digunakan uji *Chi Square* dan korelasi *Spearman Rank*.

HASIL DAN PEMBAHASAN Kecerdasan Emosional

Tabel 1 Distribusi Responden Berdasarkan Kecerdasan Emosional

Kecerdasan Emosional	Frekuensi (<i>f</i>)	Presentase (%)
Baik	57	51,8 %
Kurang Baik	53	48,2 %
Total	110	100%

Berdasarkan tabel 1 dapat dilihat bahwa dari 110 responden di Kampung Pangodokan Kidul RW 03, mayoritas lansia memiliki kecerdasan emosional baik sebanyak 57 orang (51,8 %), dan yang mengalami kecerdasan emosional kurang baik sebanyak 53 (48,2 %).

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa dari 110 responden di Kampung Pangodokan Kidul RW 03, mayoritas dengan kecerdasan emosional baik yaitu sebanyak 57 orang (51,8%). Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan Caesar (2017) menunjukkan bahwa paling banyak kecerdasan emosional rendah sebanyak 18 orang (60,0%). Hasil penelitian ini juga sesuai dengan penelitian Nurmansyah & Kundre (2019) menunjukkan bahwa paling banyak kecerdasan emosional baik yaitu sebanyak 39 orang (56,5%). Menurut Shapiro (dalam Saam, 2014) mengatakan bahwa kecerdasan emosional merupakan kemampuan dalam memantau perasaan diri sendiri dan orang lain serta melalui informasi dapat mengarahkan pikiran dan tindakan. Shapiro juga menekankan bahwa kecerdasan emosional untuk mengontrol emosi perilaku sendiri. Begitu pula dengan pernyataan Goleman (2018) bahwa terdapat lima aspek kecerdasan emosional yaitu meliputi mengenali emosi diri, mengelola emosi, memotivasi diri sendiri, mengenali emosi orang lain, dan membina hubungan dengan orang lain. Semakin cerdas seseorang secara emosional, maka kemampuannya untuk mengendalikan dirinya terhadap tekanan atau stressor semakin baik. Berdasarkan pengamatan peneliti bahwa lansia di Kampung Pangodokan Kidul RW 03 memiliki kecerdasan emosional yang baik karena mereka mampu mengendalikan emosionalnya.

Derajat Hipertensi**Tabel 2 Distribusi Responden Berdasarkan Derajat Hipertensi**

Derajat Hipertensi	Frekuensi (f)	Presentase (%)
Derajat 1 (Ringan)	48	43,6%
Derajat 2 (Sedang)	40	36,4%
Derajat 3 (Berat)	20	18,2%
Derajat 4 (Sangat Berat)	2	1,8%
Total	110	100,0%

Berdasarkan tabel 5.2 dapat dilihat bahwa mayoritas lansia yang tinggal di Kampung Pangodokan Kidul RW 03, Kecamatan Pasar Kemis, Kabupaten Tangerang dari 110 lansia mengalami hipertensi derajat 1 (ringan) sebanyak 48 orang (43,6%), derajat 2 (sedang) sebanyak 40 orang (36,4%), derajat 3 (berat) sebanyak 20 orang (18,2%) dan derajat 4 (sangat berat) sebanyak 2 orang (1,8%), dapat disimpulkan bahwa derajat hipertensi pada lansia lebih banyak yang memiliki hipertensi derajat 1 (ringan).

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa dari 110 responden di Kampung Pangodokan Kidul RW 03, diketahui mayoritas lansia dengan hipertensi derajat 1 (ringan) yaitu sebanyak 48 orang (43,6%). Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan Chasanah & Syarifah (2017) menunjukkan bahwa mayoritas hipertensi derajat 1 yaitu sebanyak 34 orang (61,8%). Hasil penelitian ini juga sesuai dengan penelitian Yulita et al., (2019) menunjukkan bahwa mayoritas hipertensi derajat I yaitu sebanyak 42 orang (43,3%). Menurut Nurmansyah dan Kundre 2019 (dalam Notoatmodjo, 2012) bahwa beberapa faktor yang berhubungan dengan derajat hipertensi yaitu faktor keturunan, obesitas, stress, kebiasaan merokok, konsumsi alkohol dan kopi. Ada pula beberapa aspek social yang mempengaruhi status kesehatan seseorang, antar lain adalah: umur, jenis kelamin, pekerjaan dan social ekonomi. Artinya keempat aspek social tersebut dapat mempengaruhi status kesehatan responden salah satunya adalah derajat hipertensinya. Hasil pengamatan yang dilakukan peneliti bahwa lansia di Kampung Pangodokan Kidul RW 03 mengalami hipertensi derajat 1 (ringan).

Lansia di Kampung Pangodokan Kidul Kabupaten Tangerang memiliki kecerdasan emosional baik dengan hipertensi derajat 1 (ringan) sebanyak 36 responden (63,2%), derajat 2 (sedang) sebanyak 12 responden (21,1%) derajat 3 (berat) sebanyak 8 responden (14,0%), derajat 4 (sangat berat) sebanyak 1 responden (1,8%), dan yang memiliki kecerdasan emosional kurang baik dengan hipertensi derajat 1 (ringan) sebanyak 12 responden (22,6%), derajat 2 (sedang) sebanyak 28 responden (52,8%), derajat 3 (berat) sebanyak 12 responden (22,6%), derajat 4 sebanyak 1 responden (1,9%).

Sesuai dengan analisis bivariat dengan menggunakan uji chi square didapatkan hasil secara statistik bahwa p value 0,000 dan nilai tersebut $< (0,05)$. Maka dapat disimpulkan bahwa H_0 diterima yang artinya Ada Hubungan Kecerdasan Emosional Dengan Derajat Hipertensi Pada Lansia di Kampung Pangodokan Kidul RW 03 Kecamatan Pasar Kemis Kabupaten Tangerang Tahun 2020. Dari hasil statistik menggunakan *Spearman Rank Correlation* maka di dapat hasil $r = 0,347$ dimana hasil tersebut dapat dilihat dari hubungan keeratan kecerdasan emosional dengan derajat hipertensi pada lansia menunjukkan hubungan yang rendah dan berpola positif, artinya semakin baik kecerdasan emosional maka semakin rendah derajat hipertensinya.

Hasil penelitian ini sesuai dengan hasil penelitian Nurmansyah & Kundra (2019) menunjukkan bahwa ada Hubungan Kecerdasan Emosional Dengan Derajat Hipertensi Pada Lansia di Puskesmas Ranotana Weru. Dari hasil uji Chi Square diperoleh nilai signifikan $p = 0.003$. Hasil penelitian ini juga sesuai dengan hasil penelitian Rahmadesi (2016) menunjukkan bahwa ada Hubungan Kecerdasan Emosional Dengan Derajat Hipertensi Pada Lansia di Desa Tanjungsari Kecamatan Pacitan. Hasil uji analisis rank spearman nilai korelasi (r_s) sebesar $-0,330$ (p -value = $0,019$). Pemicu terjadinya peningkatan tekanan darah pada pasien hipertensi adalah stress. Stress merupakan suatu tanggapan atau reaksi tubuh terhadap berbagai tuntutan atau beban yang bersifat non spesifik. Stress ini juga bisa menjadi faktor pencetus dan penyebab dari suatu gangguan atau penyakit. Dalam kondisi ini faktor-faktor psikologis mempunyai cukup peran bagi terjadinya stress pada diri seseorang serta dapat meningkatkan tekanan darah, maka dari itu penderita hipertensi harus mampu mengendalikan emosinya (Marliani, 2010). Berdasarkan pemaparan responden bahwa sebagian responden mampu mengendalikan emosi, mampu mengekspresikan emosi lewat kata-kata, mampu beradaptasi dengan lingkungan baru, bisa berhubungan baik dengan orang lain, sehingga peneliti berasumsi semakin baik kecerdasan emosional seseorang maka berpengaruh pada derajat hipertensi.

KESIMPULAN

Penelitian ini menyimpulkan bahwa ada hubungan kecerdasan emosional dengan derajat hipertensi pada lansia di Kampung Pangodokan Kidul RW 03, Kecamatan Pasar Kemis, Kabupaten Tangerang. Adapun saran yang dapat diberikan berdasarkan penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan pengendalian emosinya dengan cara dapat memahami emosi diri sendiri, melakukan pengendalian diri, dapat memotivasi diri sendiri, mendukung dan memahami emosi orang lain, serta melakukan keterampilan sosial dalam hidup bermasyarakat, upaya lain dalam menangani hipertensi yang dapat dilakukan yaitu dengan melakukan upaya yang dapat mengontrol tekanan darah, misalnya menghindari stress, mengikuti pola hidup yang disyaratkan bagi pasien hipertensi serta melakukan pengobatan secara rutin, sehingga dapat menekan atau mengendalikan derajat hipertensinya. Diharapkan agar melakukan penelitian lebih luas yang berhubungan dengan kecerdasan emosional lansia dan derajat hipertensi.

DAFTAR PUSTAKA

- Ardiansyah, M. (2012). *Medikal Bedah Untuk Mahasiswa*. Diva Press.
- Azizah, M. L. (2011). *Keperawatan Lanjut Usia*. Graha Ilmu.
- Caesar, N. B. P. (2017). Hubungan Antara Kecerdasan Emosional Dengan Kualitas Hidup Pasien Congestive Heart Failure Di Rsud Dr. Moewardi. *Program Studi Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta*.
- Chasanah, S. U., & Syarifah, N. (2017). Hubungan Karakteristik Individu Penderita Hipertensi Dengan Derajat Hipertensi Di Puskesmas Depok Ii Sleman Yogyakarta. *Jurnal Formil (Forum Ilmiah) Kesmas Respati, Volume 2*.
- Daniel, G. (2018). *Kecerdasan Emosional: Mengapa Ei Lebih Penting Dari Pada Iq*. Gramedia Pustaka Utama.
- Dinkes Kabupaten Tangerang. (2017). *Profil Kesehatan Kabupaten Tangerang Tahun 2017*. Dinas Kesehatan Kabupaten Tangerang.
- Dinkes Provinsi Banten. (2017). *Profil Kesehatan Provinsi Banten Tahun 2017*. Dinas Kesehatan Propinsi Banten.
- Junaedi, E., Sufrida, Y., & Mira, G. R. (2013). *Hipertensi Kandas Berkat Herbal*. Fmedia.
- Marliani, L., & Tantan, S. (2010). *100 Question & Answer Hipertension*. Gramedia Pustaka Utama.
- Notoatmodjo, S. (2012). *Promosi Kesehatan Dan Perilaku Kesehatan*. Rineka Cipta.
- Nurmansyah, M., & Kundre, R. (2019). Hubungan Kecerdasan Emosional Dengan Derajat Hipertensi Pada Lansia Di Puskesmas Ranotana Weru. *E-Journal Keperawatan(E-Kp), Volume 7 Nomor 1*.
- Potter. A, P., & Perry. G, A. (2010). *Fundamental Keperawatan*. Salemba Medika.
- Pusat Data Dan Informasi Kementerian Kesehatan Ri. (2016). Infodatin Situasi Lanjut Usia Di Indonesia. *Kementerian Kesehatan Ri*.
- Pusat Data Dan Informasi Kementerian Kesehatan Ri. (2019). Infodatin Hipertensi Si Pembunuh Senyap. *Kementerian Kesehatan Ri*.
- Rahmadesi, P. D. (2016). Hubungan Kecerdasan Emosional Dengan Derajat Hipertensi Di Desa Tanjungsari Kecamatan Pacitan. *Program Studi S1 Keperawatan. Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta*.
- Sutanto, W. T. R. (2015). Hubungan Antara Kecerdasan Emosional Dengan Kualitas Tidur Pasien Hipertensi Tahap Ii Di Poliklinik Jantung Rumkit Tk.Ii Dr.Soepraoen Malang. *Fakultas Ilmu Kesehatan. Universitas Muhammadiyah Malang*.
- Yulita, Reni, Z., & Hellena, D. (2019). Hubungan Gaya Hidup Dan Riwayat Kontrol Dengan Derajat Hipertensi Pada Lansia. *Fakultas Keperawatan Universitas Riau, Vol. 6 No.1*.