

**PENGARUH MENULIS BUKU HARIAN TERHADAP TINGKAT  
KETIDAKBERDAYAAN PADA PASIEN HIPERTENSI DI PUSKESMAS DAU**

**SKRIPSI**



**OLEH :**

**MARIA DOMITILA ROSTI**

**2016610048**

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN**

**FAKULTAS ILMU KESEHATAN**

**UNIVERSITAS TRIBHUWANA TUNGGADewi**

**MALANG**

**2020**

## RINGKASAN

Klien dengan penyakit hipertensi akan mengalami ketidakberdayaan karena terjadi penurunan kekuatan otot pada salah satu sisi bagian tubuh. Ketidakberdayaan mengakibatkan seseorang menjadi depresi dan putus dan berpikir bahwa semua tindakan yang dilakukan tidak membawa perubahan hasil seperti yang diharapkan. Intervensi yang dilakukan untuk menurunkan ketidakberdayaan yaitu dengan terapi menulis buku harian. Terapi menulis adalah bentuk tulisan untuk melepaskan emosi dan pikiran yang terdalam yang membuat penderitanya merasa luka batin.

Penelitian ini untuk mengetahui pengaruh menulis buku harian terhadap tingkat ketidakberdayaan pasien hipertensi di Puskesmas Dau. Desain penelitian menggunakan *One-Group Pra-Post Test Design*. Populasi sebanyak 57 responden di Puskesmas Dau pada bulan september 2019 dan sampel sebanyak 50 responden dengan kriteria inklusi usia 35-50 tahun, Hipertensi derajat II, teknik Simple Random Sampling, instrumen penelitian ini berupa buku harian. Analisa menggunakan uji *marginal homogeneity* ( $p \text{ value} < 0,05$ ). Hasil penelitian nilai  $p \text{ value} = (0,000) < (0,05)$  sehingga  $H_1$  diterima, artinya ada Pengaruh menulis buku harian terhadap tingkat ketidakberdayaan pada pasien di Puskesmas Dau.

Keyword : ***Buku Harian, Hipertensi, Ketidakberdayaan***

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Tekanan darah sistolik (jantung memompakan darah) kurang dari 120 mmHg dan tekanan darah diastolik (jantung istirahat) kurang dari 80 mmHg dalam keadaan normal. Meningkatnya tekanan darah dalam arteri bisa terjadi melalui beberapa cara seperti jantung memompa lebih kuat sehingga mengalirkan lebih banyak cairan pada setiap detiknya sehingga menyebabkan naiknya tekanan darah (Setiawan, dkk 2013). Banyak penderita hipertensi yang tidak mampu mencari nafkah dan menyebabkan ketergantungan kepada orang lain atau tidak jarang menjadi beban keluarga (Soeharto, 2014).

Menurut data (WHO) 2018 bahwa terhitung 1,13 miliar individu mengalami hipertensi. Penderita hipertensi terus meningkat setiap tahunnya, berdasarkan hasil analisa pada tahun 2025 sebanyak 2,5 miliar manusia mengalami hipertensi dan berdasarkan analisa setiap tahunnya 9,4 juta manusia meninggal karena penyakit hipertensi dan penyakit lain yang berhubungan dengan penyakit hipertensi. Berdasarkan data Kemenkes RI 2018, jumlah penderita hipertensi di Indonesia terjadi pada kalangan umur  $\geq 18$  tahun sebanyak 34,1% dengan jumlah penderita hipertensi sebanyak 66.799.298 jiwa. Sedangkan jumlah penderita hipertensi di Jawa Timur tahun 2018 sebesar 375.127 jiwa (Kemenkes RI, 2018). Menurut profil kesehatan kabupaten Malang tahun 2018 penderita *hipertensi* primer sebanyak 58.046 jiwa

Pasien hipertensi mengalami ketidakberdayaan karena terjadi penurunan kekuatan otot pada salah satu sisi bagian tubuh (hemiparesis) baik sisi kiri atau pun sisi kanan. Pasien hipertensi yang menimbulkan ketidakberdayaan, kebutuhan perawatan jangka panjang dan ketergantungan terhadap keluarga. Ketidakberdayaan menyebabkan pasien hipertensi mengalami depresi dan putus asa sehingga tidak memiliki semangat untuk hidup yang bisa menurunkan kondisi kesehatannya (Mulyatsih, 2018.).

Intervensi yang bisa diberikan kepada pasien hipertensi selain terapi medikasi atau obat-obatan yaitu dilakukan fisioterapi / latihan seperti menulis buku harian. Menulis buku harian merupakan termasuk fisioterapi karena sebagai kegiatan mencoret-coret kertas menggunakan bolpoin sesuai apa yang diingat oleh penderita hipertensi. Menulis buku harian mampu menurunkan masalah hidup kerana mencurahkan tekanan hidup yang lewat penulisan. Menulis buku harian juga dapat meningkatkan fungsi kognitif atau daya ingat, menurunkan stress, meningkatkan sistem imun, menurunkan tekan darah, dan mengurangi depresi sehingga mampu membentuk proses percepatan penyembuhan penyakit hipertensi. Menulis buku harian perlu dibimbing oleh seseorang yang mampu untuk memberi sugesti, supaya lansia dapat mengungkapkan permasalahan yang terpendam lewat sebuah penulisan (Setyoadi & Kushariyadi, 2014).

Penelitian Setiawan, ddk (2018) membuktikan bahwa pasien hipertensi mengalami ketidakberdayaan akibat adanya keterbatasan fisik yang dialami yang dapat mengganggu aktivitas sehari-hari secara mandiri. Penelitian Hidayati, Pratiwi & Aliya (2018) menjelaskan terapi yang bisa diberikan kepada pasien hipertensi yaitu okupasi terapi, salah satunya dengan memberikan terapi menulis buku harian. Hasil penelitian menunjukkan sesudah pasien hipertensi diberikan terapi melakukan

aktivitas sering terlihat adanya pergerakan pada bagian yang mengalami ketidakberdayaan.

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan pada tanggal 26 September 2019 dengan seorang perawat di Puskesmas Dau Malang menjelaskan bahwa pada bulan September tercatat sebanyak 57 pasien hipertensi dan mengalami ketidakberdayaan yang melakukan pengobatan dan perawatan. Upaya untuk membantu menurunkan tingkat ketidakberdayaan dan percepatan kesembuhan pasien hipertensi perlu diberikan menulis buku harian. Berdasarkan pembahasan dan hasil studi pendahuluan maka judul penelitian ini yaitu pengaruh menulis diary terhadap tingkat ketidakberdayaan pada pasien hipertensi di Puskesmas Dau.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Apakah ada pengaruh menulis diary terhadap tingkat ketidakberdayaan pada pasien hipertensi di Puskesmas Dau ?

## **1.3 Tujuan Penelitian**

### **1.3.1 Tujuan Umum**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh menulis buku harian terhadap tingkat ketidakberdayaan pada pasien hipertensi di Puskesmas Dau.

### **1.3.2 Tujuan Khusus**

1. Mengidentifikasi tingkat ketidakberdayaan pada pasien hipertensi sebelum buku harian di Puskesmas Dau
2. Mengidentifikasi tingkat ketidakberdayaan pada pasien hipertensi sesudah menulis buku harian di Puskesmas Dau.
3. Menganalisis pengaruh menulis buku harian terhadap tingkat ketidakberdayaan pada pasien hipertensi di Puskesmas Dau.

## **1.4 Manfaat Penelitian**

### **1.4.1 Teoritis**

Menambah pengetahuan bagi mahasiswa keperawatan khusus bidang psikologi mengenai manfaat pemberian terapi menulis diary untuk menurunkan tingkat ketidakberdayaan pasien hipertensi.

### **1.4.2 Praktis**

#### **1. Bagi Keluarga Pasien hipertensi**

Hasil penelitian ini dapat digunakan keluarga pasien hipertensi sebagai acuan untuk memberikan terapi menulis buku harian kepada pasien hipertensi untuk mempercepat proses kesembuhannya.

#### **2. Bagi Petugas Kesehatan**

Penelitian ini dapat digunakan petugas kesehatan sebagai acuan pemberian terapi menulis buku harian pada pasien hipertensi untuk menurunkan tingkat ketidakberdayaannya.

#### **3. Bagi Keilmuan Keperawatan**

Sebagai tambahan ilmu pengetahuan dan wawasan tentang pemberian terapi menulis buku harian untuk menurunkan tingkat ketidakberdayaan pasien hipertensi.

#### **4. Bagi Peneliti**

Diharapkan sebagai implementasi ilmu bagi peneliti terkait dengan pengaruh menulis buku harian terhadap tingkat ketidakberdayaan pasien hipertensi.

## DAFTAR PUSTAKA

- Andini, Susmadi, Nieniek & Nurhayati. 2017. Gambaran Ketidakberdayaan Pasien Pasca Stroke di Poliklinik Syaraf RS. PMI Bogor. *Jurnal Ilmu Keperawatan 1 (2)*. Politeknik Kesehatan Kemenkes Bandung. <http://repository.poltekkesbdg.info/items/show/886>. Diakses pada tanggal 27 September 2019. Pukul 21.00 WIB
- Akhadiah, S. et al. 1988. *Pembinaan Kemampuan Menulis Bahasa Indonesia*. Jakarta: Erlangga
- Arikunto, S. 2015. *Prosedur Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Arikunto, S. 2012. *Prosedur Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Braga & Cruz. 2009. *Nstrumento De Medida Do Sentimento De Impotência Para Pacientes Adultos*. Powerlessness Assessment Tool For Adult Patients. Vice-Diretor of School of Nursing of the University of São Paulo. São Paulo, SP, Brazil.
- Carpenito & Moyet. 2013. *Buku Saku Diagnosis Keperawatan*. Jakarta: EGC
- Dalman. (2015). *Menulis karya ilmiah*. Depok: Rajagrafindo Persada.
- Dinkes Jatim. 2018. *Hasil Utama Riskesdas 2018 Provinsi Jawa Timur*. Surabaya: Kementerian Kesehatan Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.
- Doenges, 2008. *Nursing care plans, Guidance For Individualizing Patient care*, 8th Ed. Philadelphia: F.A Davis
- Hidayati E.R.N, Pratiwi A., & Aliya R. 2018. Penatalaksanaan Okupasi Terapi Dalam Aktivitas Menggunakan Beha Dengan Konsep Bobath Pada Pasien Stroke Hemiparesis Sinistra Di Klinik Sasana Husada. *Jurnal Vokasi Indonesia 6 (1)*. Universitas Indonesia. <http://www.jvi.ui.ac.id/index.php/jvi/article/download/110/95>. Diakses pada tanggal 27 September 2019. Pukul 21.00 WIB
- <http://eprints.unm.ac.id/4248/2/BAB%20II.pdf>: Di akses pada tanggal 27 September 2019. Pukul 21.30 WIB
- Mulyatsih, Enny. 2018. *Perawatan Pasien Pasca Stroke Di Rumah*. Jakarta: Ditjen Yankes
- Muttaqin, 2011. “Asuhan Keperawatan Klien dengan Gangguan Sistem Kardiovaskular”. Jakarta: Salemba Medika
- Nadesul, Handrawan. 2014. *Cara Sehat: Mencegah Serangan Jantung Stroke & Gagal Ginjal*. Jakarta: Kompas Gramedia
- Nanda, 2012. *Diagnosa Keperawatan : Definisi dan Klasifikasi 2012-2014*. Buku Kedokteran : EGC
- NHLBI, 2017. National Heart, Lung and Blood Institute

- Novitasari, E, (2008). Peranan Intensitas Menulis Buku Harian Terhadap Konsep Diri Positif Terhadap Remaja. Jakarta : Skripsi. Fakultas Psikologi Universitas Gunadharma.
- Nursalam. 2013. *Manajemen Keperawatan, Aplikasi dalam Praktik Keperawatan Profesional edisi 3*. Jakarta: Salemba Medika.
- Nurarif H. Amin & Kusuma Hardi. 2013. Aplikasi Asuhan Keperawatan Berdasarkan Diagnosa Medis & NANDA (North American Nursing Diagnosis Association) NIC-NOC. Mediacion Publishing.
- Nurarif & Kusuma . 2013. Aplikasi Asuhan Keperawatan Berdasarkan Diagnosa Medis & NANDA (North American Nursing Diagnosis Association) NIC-NOC. Mediacion Publishin
- Pennebaker, J. W. (2011). Putting stress into word: Health Linguistic, and therapeutic implication. *Behavior research and Therapy*, 31 (6)
- Pinzon, Rizaldy & Asanti, Laksmi. 2016. *AWAS STROKE! Pengertian, Gejala, Tindakan, Perawatan dan Pencegahan*. Yogyakarta: Andi.
- Riskesdas RI. 2018. *Info Data Pusat dan Informasi Kesehatan RI, Situasi Kesehatan Jantung*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.
- Sasmito, E, (2011). *Semakin Mengenal Diri Dan Menjadikan Hidup Lebih Berarti: Dinamika Perkembangan Kepribadian Dan Spiritualitas Remaja Seminaris Yang Memiliki Kebiasaan Menulis Buku Refleksi Harian*. Yogyakarta; Fakutlas Psikologi Universitas Gaja Mada.
- Setiawan ID., Trisyani Y., & Lumbantobing, Valentina BM. 2018. Pengalaman Hidup Pasien Paska Stroke Di Bandung. *Journal of Nursing Care & Biomolecular 3 (1)*. Universitas Padjadjaran. <http://jnc.stikesmaharani.ac.id/index.php/JNC/article/download/70/119>. Diakses pada tanggal 27 September 2019. Pukul 22.00 WIB
- Setyoadi & Kushariyadi. 2014. *Terapi Modalitas Keperawatan pada Klien Psikogeratrik*. Jakarta: Salemba Medika.
- Soeharto, Iman. 2014. *Serangan Jantung dan Stroke - Hubungannya dengan Lemak dan Kolesterol*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama
- Sofwan, Rudianto. 2013. *Stroke dan Rehabilitasi Pasca Stroke*. Jakarta: Bhuana Ilmu Populer
- Stuart & Laraia. 2015. *Buku Saku Keperawatan Jiwa (terjemahan)*. Jakarta: EGC.
- Sugiyono. 2013. *“Statistika Untuk Penelitian”*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono.2013. *“Statistika Untuk Penelitian”*. Bandung: Alfabeta.
- Susana, S.A & Hendarsih, Sri. 2013. *Terapi Modalitas Keperawatan Kesehatan Jiwa*.

Jakarta: EGC.

- Tarigan, H. G.(2013). Berbicara sebagai suatu keterampilan berbahasa. Bandung: Angkasa.
- Triyanto,e. 2014. *Pelayanan Keperawatan Bagi Penderita Hipertensi Secara Terpadu*. Yogyakarta. Graha Ilmu.
- Tucker, SM., Conabbio, MM., & Wells, MF. 2015. *Standar Perawatan Pasien: Proses Keperawatan, Diagnosis, Dan Evaluasi*. Jakarta : EGC.
- Udjianti, W. 2013. *Keperawatan Kardivaskuler*. Cetakan Ketiga. Jakarta: Penerbit Salemba Medika.
- Yogiantoro. 2012. Hipertensi Essensial Dalam Buku Ajar Ilmu Penyakit Dalam (Edisi IV) (Jilid I). Jakarta: FKUI.
- World Health Organization*. 2018. *Stroke: A Global Response Is Needed*. Switzerland: Department of Service Delivery and Safety, World Health Organization.
- Widharto, 2014. Bahaya Hipertensi. Jakarta: Sunda Kelapa Pustaka
- Novitasari, E, (2008). Peranan Intensitas Menulis Buku Harian Terhadap Konsep Diri Positif Terhadap Remaja. Jakarta : Skripsi. Fakultas Psikologi Universitas Gunadharma.