



PENERAPAN LOGOTHERAPY TERAPI DALAM PENINGKATAN MAKNA HIDUP PASIEN HIPERTENSI

Arya Ramadia*, Mersi Ekaputri

Institut Kesehatan dan Teknologi Al Insyirah, Jl. Parit Indah No.38, Tengkerang Labuai, Bukit Raya, Pekanbaru, Riau 28289, Indonesia

*aryaramadia@gmail.com

ABSTRAK

Pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk memberikan logotherapy dalam rangka meningkatkan makna hidup pasien dengan depresi. Kegiatan ini diikuti oleh 30 peserta. Kegiatan dilakukan dengan mengukur kondisi makna hidup pasien hipertensi sebelum dan sesudah diberikan logotherapy. Hasil diperoleh terjadi peningkatan kemampuan dalam memaknai hidup dengan nilai rata-rata kemampuan memaknai hidup sebelum diberikan logotherapy sebesar 12,60 menjadi 14,57.

Kata kunci: depresi; hipertensi; kemampuan memaknai hidup

IMPLEMENTATION OF LOGOTHERAPY THERAPY IN IMPROVING THE MEANING OF LIFE IN HYPERTENSION PATIENTS

ABSTRACT

This community service program aimed to provide logotherapy to improve the meaning of life in patients with depression. Thirty participants participated in the activity. The activity measured the meaning of life in hypertensive patients before and after logotherapy. Results showed an increase in the ability to make sense of life, with an average score of 12.60 before logotherapy to 14.57.

Keywords: ability to understand life; depression; hypertension

PENDAHULUAN

Hipertensi atau tekanan darah tinggi merupakan penyebab kematian nomor satu di dunia dengan 90-95% kasus didominasi oleh hipertensi esensial. Menurut (World Health Organisation, 2023) diperkirakan 1,28 miliar orang dewasa berusia 30-79 tahun di seluruh dunia menderita hipertensi, sebagian besar (dua pertiga) tinggal di negara-negara berpenghasilan rendah dan menengah. 46% orang dewasa penderita hipertensi tidak menyadari bahwa mereka mengidap penyakit tersebut. Kurang dari separuh orang dewasa (42%) penderita hipertensi didiagnosis dan diobati. Sekitar 1 dari 5 orang dewasa (21%) dengan hipertensi dapat mengendalikannya. Hipertensi merupakan penyebab utama kematian dini di seluruh dunia. Salah satu target global untuk penyakit tidak menular adalah mengurangi prevalensi hipertensi sebesar 33% antara tahun 2010 dan 2030.

Menurut (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2018) prevalensi hipertensi di Indonesia sebesar 34,1%, mengalami peningkatan dibandingkan prevalensi hipertensi pada Riskesdas Tahun 2013 sebesar 25,8%. Prevalensi Hipertensi di Riau diperoleh dari data Riskesdas Tahun 2018 dimana angka prevalensi meningkat dari 20,9% menjadi 29,1%. Angka prevalensi pada kasus hipertensi tertinggi yaitu Bengkalis (85%), dan Siak (70%), Rokan Hilir dan Meranti (34%), Pekanbaru (32%), Kuantan Singingi (21%), Indragiri Hulu (13%) (Badan Pusat Statistik

Indonesia, 2021). Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Kota Pekanbaru pada tahun 2019, penyakit hipertensi termasuk kedalam sepuluh besar penyakit tidak menular di Puskesmas se-Kota Pekanbaru, dimana Puskesmas Tenayan Raya Pekanbaru memiliki persentase yang cukup tinggi yaitu 19,7%. Kunjungan hipertensi di Puskesmas Tenayan Raya bulan Januari s.d Oktober 2022, laki-laki 517 orang dan perempuan 954 orang (Dinas Kesehatan Kota Pekanbaru, 2019).

Salah satu masalah psikologis yang muncul pada pasien hipertensi adalah depresi. Menurut Wulanningsih (2022), gangguan psikologis yang muncul pada pasien hipertensi adalah kecemasan, stress bahkan depresi. Depresi merupakan gangguan *mood* seperti munculnya rasa sedih yang menetap dan intens sehingga mengganggu kelancaran aktivitas keseharian. Hal ini ditemukan pada penderita lansia hipertensi, dimana penyakit kronis menimbulkan tekanan yang memicu depresi. Depresi dan hipertensi merupakan dua kondisi kronis yang paling umum di seluruh dunia. Depresi adalah gangguan suasana hati yang ditandai dengan perasaan sedih yang berkepanjangan dan berkurangnya minat dalam beraktivitas, sehingga menjadi salah satu faktor utama yang berkontribusi terhadap beban perawatan kesehatan global. Sebuah studi yang dilakukan oleh World Mental Health Survey di 17 negara mengungkapkan bahwa sekitar 1 dari 20 orang melaporkan pernah mengalami depresi di masa lalu, yang memengaruhi sekitar 350 juta orang di seluruh dunia, dengan risiko seumur hidup sebesar 7%.

Manual Diagnostik dan Statistik Gangguan Mental dari American Psychiatric Association, Edisi Kelima (DSM-5) (2013), mengkategorikan gangguan depresi menjadi beberapa jenis, termasuk gangguan disregulasi suasana hati yang mengganggu, gangguan depresi mayor, gangguan depresi persisten (distimia), gangguan disforik pramenstruasi, dan gangguan depresi yang timbul dari kondisi medis lain. Semua gangguan depresi memiliki serangkaian karakteristik umum, termasuk perasaan sedih, hampa, atau mudah tersinggung yang terus-menerus. Dalam upaya peningkatan maknawhidup pasien depresi, maka kegiatan ini dilakukan dengan tujuan untuk meningkatkan makna hidup dan menurunkan depresi pada pasien hipertensi dengan membantu mengkaji permasalahan yang muncul dan menemukan solusi untuk mengatasi permasalahan tersebut. Tahap pertama yang dilakukan yakni mengukur terlebih dahulu kondisi depresi dan tingkatan memaknai hidup sebelum diberikan logo terapi. Tahap selanjutnya memberikan logoterapi sebanyak empat sesi.

METODE

Berikut ini uraian tahapan dari solusi yang ditawarkan dan uraian pelaksanaan dari setiap tahapan tersebut Tahap perencanaan dan Persiapan. Tim pelaksana berkoordinasi dengan pihak mitra mengenai peserta, waktu, tempat dan susunan acara kegiatan

a. Tahap peningkatan pengetahuan

Pada tahap ini responden terlebih dahulu dikaji masalah yang dihadapi, penyebab dan akibat, identifikasi harapan yang diinginkan saat ini. Selanjutnya mendiskusikan alasan-alasan memilih harapan yang memiliki nilai bermakna dan membayangkan makna pada setiap alasan yang diungkapkan.

b. Tahap Implementasi

Pada tahap ini, responden mengidentifikasi 3 makna yang paling penting dalam kehidupan, menghadirkan situasi yang dapat memberi makna dan latihan mempraktekkan situasi/kegiatan dalam kehidupan sehari-hari yang memberikan makna.

c. Tahap Pengumpulan Data

Pada tahap ini, hasil implementasi logo terapi di analisa untuk melihat perubahan setelah diberikan latihan tersebut.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat telah dilakukan di Wilayah Kerja Puskesmas Tenayan Raya yakni posyandu serumpun terletak di jalan Kenanga RW 002, Kecamatan Tenayan Raya pada hari selasa tanggal 24 Juni dan sudah sesuai dengan rencana yang telah ditetapkan, baik dari segi tempat maupun tahun pelaksanaan kegiatan. Jumlah peserta yang hadir sebanyak 30 orang peserta dengan pasien hipertensi.

Tahapan pelaksanaan kegiatan berjalan sesuai dengan perencanaan yang telah ditetapkan sebelumnya. Adapun tahapan pelaksanaan kegiatan yaitu a) Tahap perencanaan dan Persiapan dimana tim pelaksana berkoordinasi dengan pihak mitra mengenai peserta, waktu, tempat dan susunan acara kegiatan. b) Pengukuran kemampuan memaknai hidup sebelum diberikan logotherapy. c) Tahap peningkatan kemampuan memaknai hidup peserta dengan menghadirkan situasi yang memberikan makna terhadap penderita dengan penyakit hipertensi. d) Demonstrasi kegiatan yaitu dengan memberikan logotherapy pada penderita hipertensi dalam menemukan makna hidup. e) Tahap Pengumpulan Data. Pada tahap ini, hasil kuesioner dianalisa untuk melihat perubahan peningkatan kemampuan makna hidup.

Wujud target luaran pengabdian masyarakat yang dilakukan yaitu logbook latihan menemukan makna hidup pada pasien hipertensi. Metode pengukuran makna hidup dengan menggunakan kuesioner lembar observasi yang di kembangkan oleh Steger dan sudah dilakukan uji validitas dan reliabilitas oleh Sarfika (2019). Bukti kegiatan sudah di publis di media cetak Koran Pekanbaru Pos dan youtube. Selama proses pelaksanaan kegiatan pasien antusias untuk mengikuti kegiatan, untuk pengukuran kemampuan memaknai hidup peserta telah dilakukan ke 30 orang. Adapun kemampuan memaknai hidup peserta pada pengabdian masyarakat kali ini dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 1.

Perubahan Peningkatan Makna Hidup Pasien dengan Hipertensi

Kemampuan Memaknai Hidup	Pre Logotherapy	Post Logotherapy
	Mean	Mean
Makna Hidup	12,60	14,57
Selisih Mean		1,97

Dari Tabel terlihat pada pasien hipertensi terjadi peningkatan kemampuan memaknai hidup dari rata – rata sebelum diberikan logotherapy sebesar 12,60 menjadi 14,57 dengan selisih mean sebesar 1,97. Bebebrapa penelitian menunjukkan bahwa logotherapy efektif dalam meningkatkan makna hidup pasien dengan hipertensi. Logotherapy juga dapat menurunkan kecemasan pada pasien hipertensi menurut Rezaputra, IR (2024). Sarfika, R (2019) dalam penelitiannya mengatakan bahwa pemberian terapi kognitif dan logo therapy dapat meningkatkan kemampuan memaknai hidup dari 21,7% menjadi 63,3%. Kanine (2011) juga menjelaskan bahwa logotherapy dapat mengatasi masalah depresi. Tobing (2013) menjelaskan bahwa pada klien kanker dapat ditemukan perasaan tidak berdaya, merasa tidak berguna, perasaan membebani orang lain dan tidak memiliki tujuan hidup. Kondisi ini ini dapat diatasi dengan pemberian logotherapy.pemberian logotherapy meningkatkan kemampuan memaknai hidup secara bermakna pada pasien hipertensi.

Kemampuan memaknai hidup merupakan suatu hal yang sangat mempengaruhi kehidupan seseorang. Orang yang tidak mempunyai makna hidup akan merasakan hampa, tidak berguna, tidak berharga dan tidak memiliki motivasi untuk beraktifitas sehingga berpengaruh terhadap

kualitas dan produktifitas hidupnya (Sarfika,2019). Frankl (2004) menjelaskan bahwa yang menyebabkan ketidakbermaknaan hidup karena keterhambatan atau kegagalan individu dalam memenuhi keinginan akan hidup bermakna yang ditandai dengan hilangnya minat, kurang inisiatif dan perasaan hampa karena tidak lagi memiliki kepastian mengenai apa yang harus dilakukan. Dari beberapa jawaban pasien dengan hipertensi saat dikaji mengatakan bahwa mereka tidak menemukan tujuan hidup yang jelas dan merasa tidak ada harapan untuk sembuh. Namun setelah diberikan logo therapy, pasien mengatakan bahwa mereka masih bersyukur karena masih bisa berkumpul dengan keluarganya.

Keefektifan logo therapy dapat dilihat dari adanya peningkatan nilai rata-rata kemampuan dalam memaknai hidup sebelum diberikan logotherapy dan sesudah diberikan logotherapy. Hasil evaluasi menunjukkan bahwa pasien hipertensi dapan menemukan tujuan dan makna hidup meskipun mereka menderita penyakit fisik seperti hipertensi. Pasien mengatakan setelah mengikuti logotherapy, pasien merasakan masih bersyukur dengan hidupnya, menikmati hari-harinya dan bisa berkumpul dengan keluarga. Menjadi dekat dengan tuhan dan menjadi manusia yang lebih bersabar.



Gambar 1. Kegiatan pemberian Logotherapy

SIMPULAN

Logotherapy dapat meningkatkan kemampuan dalam memaknai hidup pada pasien hipertensi dimana terjadi peningkatan rata-rata kemampuan dari 12,60 menjadi 14,57.

DAFTAR PUSTAKA

- American Psychiatric Association (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders: DSM-5*, Edisi Kelima (DSM-5).
- Dutta, A., et all. (2024). *Prevalence of Depression in Hypertensive patients and its associated factors in India : A Systematic Reviews and Meta-analysis*. Elsevier
- Kanine, E. (2011). Pengaruh Terapi Generalis dan Logotherapy Individu Terhadap Respon Ketidakberdayaan Klien Diabetes Melitus di Rumah Sakit Provinsi Sulawesi Utara. Jakarta :FIK UI (tidak dipublikasikan)
- Kemenkes Ri. (2023). *Hipertensi*. Pusat Data Dan Informasi Kementerian Kesehatan Ri.
- Riset Kesehatan Dasar. (2013). *Riset Kesehatan Dasar*. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementrian Kesehatan RI.
- Stuart, G.W.T., Keliat B.A., Pasaribu J.(2016). Prinsip dan praktik keperawatan kesehatan jiwa. Stuart. Edisi Indonesia 10. Mosby : Elsevier (Singapore) Pte Lt.
- Townsend, M.C. (2014) *Psychiatric Mental Health Nursing: Concepts of Care in Evidence-Based Practice* [e-book]. 8th Edition, F. A. Davis Company, Philadelphia, 527-558.
- World Health Organisation. (2023). *Hypertension*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/hypertension>
- Wulanningsih, M., Wibhowo, C., Rahayu, E .(2022). Penurunan Tingkat Depresi sedang pada lansia Hipertensi melalui terapi Tertawa. *Jurnal Psikologi Teori dan Terapan*, Vol 13, No 3, 307-317. P-ISSN: 2087-1708; e-ISSN : 2597-9035.

