

# Hubungan Dukungan Keluarga dengan Kepatuhan Diet pada Penderita Hipertensi di Puskesmas Selomerto 1 dan 2

Nadia Fitraningtyas<sup>1\*</sup>, Danang Tri Yudono<sup>2</sup>, Adiratna Sekar Siwi<sup>3</sup>

<sup>123</sup> Program Studi Sarjana Ilmu Keperawatan, Fakultas Kesehatan, Universitas Harapan Bangsa  
Jl. Raden Patah No. 100, Ledug, kembaran, Banyumas 53182, Indonesia

<sup>1</sup> nadiafitra13@gmail.com, <sup>2</sup> danangtriyudoyono@uhb.ac.id, <sup>3</sup> adiratnasekarsiwi@uhb.ac.id

## ABSTRACT

*Hypertension is a global health problem and has been recognized as a major contributor to the burden of cardiovascular disease. In the working area of Puskesmas Selomerto 1 and 2 there were a total of 6,195 cases which became the sub-district with the highest hypertension sufferers in Wonosobo Regency. This study aims to determine the relationship between family support and dietary compliance of hypertension sufferers at the Selomerto 1 and 2 Public Health Centers, Wonosobo Regency. This research method is cross sectional. The population in this study were all prolans patients who had hypertension at the Selomerto 1 and 2 Public Health Centers as many as 97 people. The sampling technique is total sampling. The study was conducted from October 2021 to July 2022. Data analysis used the spearman-rank test and for the research instrument used a family support questionnaire and dietary compliance. The results showed that respondents with good family support were 63 (64%) and 71 (73.2%) respondents adhered to diet compliance. The results of the Spearman-rank test obtained a p-value of 0.000 less than < (0.05) and a correlation coefficient (CC) of 0.442. The conclusion of this study is that there is a relationship between family support and dietary compliance in patients with hypertension. It is expected that nurses or puskesmas health workers can provide a form of health education about disease and care for hypertensive patients.*

**Keywords:** Hypertension, Family Support, Diet

## ABSTRAK

Hipertensi menjadi permasalahan kesehatan mendunia yang disepakati sebagai penyumbang utama penyakit kardiovaskuler. Pada wilayah kerja Puskesmas Selomerto 1 dan 2 terdapat total 6.195 kasus yang mana menjadi Kecamatan dengan penderita Hipertensi tertinggi di Kabupaten Wonosobo. Tujuan penelitian guna mendapat pengetahuan tentang hubungan dukungan keluarga dan kepatuhan diet penderita hipertensi di Puskesmas Selomerto 1 dan 2 Kabupaten Wonosobo. Metode penelitian yaitu *cross sectional*. Populasinya keseluruhan pasien prolans yang mengalami hipertensi di Puskesmas Selomerto 1 dan 2 yaitu sebanyak 97 orang. Teknik penentuan sampel dengan total sampling. Pelaksanaan penelitian pada bulan Oktober 2021 sampai Juli 2022. Analisis data menerapkan uji *spearman-rank* dan untuk instrument mengaplikasikan kuesioner. Penelitian menunjukkan bahwa responden dukungan keluarga baik sebanyak 63 (64%) dan kepatuhan diet patuh sebanyak 71 (73,2%) responden. Hasil uji *spearman-rank* didapatkan nilai p-value 0,000 kurang dari < (0,05) dan nilai *coefficient correlation* (CC) sebesar 0,442. Kesimpulan penelitian ini adalah ada hubungan antara dukungan keluarga dengan kepatuhan diet pada penderita hipertensi. Diharapkan perawat atau petugas kesehatan puskesmas dapat memberikan bentuk pendidikan kesehatan tentang penyakit dan perawatan pada pasien hipertensi.

**Kata kunci :** Hipertensi, Dukungan Keluarga, Kepatuhan Diet

## PENDAHULUAN

Gangguan hipertensi menjadi permasalahan kesehatan mendunia yang disepakati sebagai penyumbang utama penyakit kardiovaskuler. Hipertensi ialah situasi yang ditandai peningkatan tekanan darah sistolik >140 mmHg serta diastolik >90 mmHg (Efendi 2017). Menurut Price dalam Telaumbanua (2021), Hipertensi yaitu peningkatan tekanan darah sistolik dan distolik. Kriteria hipertensi bila tekanan sistolik meningkat minimum 140 mmHg, serta diastolik minimum 90 mmHg. Akibat penyakit ini tidak hanya meningkatkan risiko serangan jantung, tapi juga penyakit ginjal, saraf, serta pembuluh darah. Risiko tersebut bisa semakin besar seiring bertambah tingginya tekanan darah.

Hipertensi menurut *World Health Organization* (WHO) Anisa (2020) adalah peningkatan tekanan darah sistolik dan diastolik sehingga melebihi batas normal, yaitu sistolik >140 mmHg, dan diastolik >90 mmHg. Pada 2015, tercatat ada 1,113 milyar penduduk dunia didiagnosa mengalami Hipertensi. Angka tersebut menunjukkan, satu dari tiga penduduk di dunia, mengidap Hipertensi. Data di Asia Tenggara menunjukkan, sejumlah 1,5 juta penduduk meninggal per tahun. Sekitar sepertiga penduduk dewasa Asia Tenggara itu didiagnosa mengidap Hipertensi.

Berdasarkan data (Riskesdas, 2018), persentase prevalensi hipertensi di Indonesia yaitu 34,1 persen. Angka tersebut mengalami peningkatan dibanding tahun 2013, yaitu 25,8 persen. Diduga, Hipertensi di Indonesia hanya terdiagnosa 1 dari 3 kasus. Sisanya, yaitu 2 dari 3 kasus tidak terdiagnosa. Data prevalensi Hipertensi di Jawa Tengah menunjukkan peningkatan dari 2015 hingga triwulan dua 2019. Pada 2015 yaitu sejumlah 324.320 (54,75 persen), 2016 yaitu sejumlah 379.084 (55,03 persen), 2017 sejumlah 635.545 (57,00 persen), 2018 yaitu sejumlah 1.463.818 (22,13 persen), serta triwulan dua 2019 yaitu sejumlah 661.926 (68,02 persen). Data tersebut menjadikan prevalensi Jawa Tengah tertinggi urutan ke-4 nasional.

Penyakit hipertensi menduduki peringkat pertama dalam sepuluh besar penyakit tertinggi di Wonosobo. Prevalensi hipertensi di Wonosobo pada 2020 yaitu 41.566 (15,3 persen). Pada 2019, yaitu 78,219 (13,1 persen).

Pada 2018, yaitu 52.700 (9 persen), serta pada 2017, yaitu 20.987. Artinya, jumlah ini selalu mengalami peningkatan di setiap tahun. Pada wilayah kerja Puskesmas Selomerto 1 dan 2 terdapat total 6.195 kasus yang mana menjadi kecamatan dengan penderita hipertensi tertinggi di Kabupaten Wonosobo (Dinas Kesehatan Kabupaten Wonosobo 2021). Gejala hipertensi secara umum ditandai sakit kepala, letih, lelah, sesak nafas, gelisah, mual, muntah, epitaksis, serta kesadaran (Dewi 2019). Faktor penyebab hipertensi yaitu berbagai risiko meliputi : usia, jenis kelamin, gen, perilaku merokok, konsumsi alcohol, mengidap diabetes, gangguan ginjal, asupan garam, obesitas, stress, serta kebiasaan aktifitas fisik (Sinubu, 2015).

Tingginya kasus hipertensi diatas dikarenakan kurangnya kesadaran mengenai pentingnya pola hidup sehat. Selain mendapatkan pengobatan secara medis, penderita hipertensi juga memerlukan pendampingan keluarga dalam pemeliharaan kesehatan dengan cara melakukan perubahan gaya hidup, meliputi pola makan dan pengelolaan stres. Pendampingan dari keluarga dapat memberi dukungan pengelolaan kualitas hidup pengidap hipertensi sehingga terhindar dari potensi komplikasi. Pada umumnya untuk menurunkan hipertensi adapun cara yang dilakukan berupa berolahraga secara teratur karena dapat memperkuat jantung dan memompa darah lebih efisien serta mengurangi tekanan di arteri, kurangi minum alkohol karena beberapa penelitian menunjukkan, alkohol berjumlah rendah hingga sedang bisa meningkatkan tekanan darah tinggi, dan penurunan berat badan bisa memperbaiki kinerja pembuluh darah, sehingga mempermudah jantung memompa darah (Maryati, 2019).

Satu diantara berbagai usaha pencegahan komplikasi hipertensi yaitu kepatuhan diet penderita hipertensi. Anisa (2017) mengungkapkan, kepatuhan diet tersebut dipengaruhi faktor pekerjaan, tingkat pengetahuan, suport dari tenaga kesehatan dan keluarga. Diantara berbagai faktor tersebut, suport keluarga menjadi elemen penting sebab bisa bertindak sebagai motivator saat penderita menjalankan kepatuhan.

Suport keluarga sebagai motivator memiliki kedudukan penting. Sebab keluarga memiliki kedekatan hubungan dengan penderita sehingga berpotensi didengarkan. Bentuk suport keluarga tersebut berupa dukungan dari satu anggota keluarga kepada anggota lain. Suport keluarga dipengaruhi faktor pengetahuan, emosional, lalu spiritual, dan berbagai faktor praktik lain dalam keluarga. Keluarga inti diperlukan untuk memberi dukungan penderita hipertensi menjalankan kepatuhan hipertensi (Firmansyah, 2017).

Pada saat berlangsungnya perawatan kesehatan (pemulihan dan rehabilitasi), keluarga memiliki peran yang tidak tergantikan. Sebab keluarga bisa menstimulus ketenangan batin, memunculkan rasa senang, memberi kemudahan saat proses kepatuhan diet, serta menjadi pemberi motivasi pertama (Perdana, 2017).

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Umam (2021) didapatkan informasi, sebanyak 80 persen anggota prolanis tidak mematuhi tepat jadwal, 60 persen tidak mematuhi tepat jadwal, serta 60 persen tidak mematuhi tepat jumlah pada diet hipertensi dan diabetes. Diketahui juga, minimnya pantauan keluarga menjadi penyebab utama ketidak patuhan responden.

Hasil penelitian bisa digunakan sebagai landasan penerapan program konseling serta pemantauan diet daring yang memposisikan keluarga sebagai tokoh sentral penentu keberhasilan program diet. Sehingga peneliti dapat menyimpulkan bahwa kepatuhan diet pada prolanis dapat dipengaruhi oleh dukungan keluarga.

Karena dukungan keluarga ialah sikap anggota keluarga lain yang memberi pelayanan berbentuk dukungan emosi, pemberian informasi, pemberian penghargaan, serta instrumental (Yulianti 2017). Menurut peneliti ini dukungan keluarga sangat berpengaruh pada kepatuhan diet. Berdasarkan studi pendahuluan pada pasien prolanis di Puskesmas Selomerto 1 dan 2 pada tanggal 3 Januari 2022 terdapat 97 pasien. Berdasarkan penelitian Amelia (2020), terdapat hubungan antara suport keluarga dengan kepatuhan diet penderita hipertensi di Kelurahan Tapos, Depok. Responden yang disuport keluarga lebih patuh pada proses diet hipertensi daripada yang tidak disuport. Dengan latar belakang diatas, peneliti tertarik pada penelitian tentang hubungan dukungan keluarga dan kepatuhan diet penderita hipertensi di Puskesmas Selomerto 1 dan 2.

Tujuan umum penelitan ini adalah untuk mengetahui hubungan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet pada penderita hipertensi di puskesmas selomerto 1 dan 2.

## METODE

Ini merupakan penelitian kuantitatif, metode yang digunakan adalah deskriptif korelasional serta desain penelitian *cross sectional*. Sampel dalam penelitian ini di Puskesmas Selomerto 1 sebanyak 75 responden dan Puskesmas Selomerto 2 sebanyak 22 responden sehingga totalnya yaitu 97 responden. Instrument yang digunakan yaitu kuesioner dukungan keluarga dan kuesioner kepatuhan diet. Teknik penentuan sampel ialah *total sampling*. Variabel bebas berupakungan keluarga dan variabel terikat berupa kepatuhan diet.

Pengambilan data ini dilakukan pada tanggal 14 Juni – 11 Juli 2022 di Puskesmas Selomerto 1 dan 2. Jumlah responden dalam penelitian ini sebanyak 97 khususnya pasien prolanis dengan teknik pengambilan sampel menggunakan *total sampling*, sedangkan pada analisis data menggunakan uji *spearman rank*.

Analisis data menggunakan *editing, coding, scoring* dan *entry* menggunakan uji statistik *spearman rank*. Penelitian ini memerlukan pengurusan uji etik akan dilakukan di Komisi Etik Penelitian Kesehatan (KEPK) Universitas Harapan Bangsa No. B.LPPM-UHB/1057/06/2022.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan penelitian tersebut didapatkan hasil sebagai berikut :

### Analisis Univariat

#### Gambaran karakteristik responden meliputi usia, jenis kelamin, pendidikan dan pekerjaan pada penderita hipertensi di Puskesmas Selomerto 1 dan 2.

Tabel 1 Frekuensi Karakteristik Responden Yang Meliputi Usia, Jenis Kelamin, Pendidikan, dan Pekerjaan Pada Penderita Hipertensi di Puskesmas Selomerto 1 dan 2 tahun 2022

Variabel	Parameter	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Usia Jumlah	Dewasa tengah 40-60 tahun	63	64,9
	Lansia 61-74 tahun	34	35,1 100
Jenis Kelamin Jumlah	Laki-laki	47	48,5
	Perempuan	50	51,5 100
Pendidikan	SD	61	62,9
	SMP	27	27,8
	SMA	8	8,3
Jumlah	97	97	100
Pekerjaan	Bekerja	48	49,5
	Tidak Bekerja	49	50,5
Jumlah	97	97	100

Berdasar tabel 1 diketahui bahwa mayoritas responden memiliki usia dewasa tengah 63 (64,9%) responden, kemudian untuk jenis kelamin mayoritas adalah perempuan sebanyak 50 (51,5%) responden, mayoritas pendidikan responden yaitu SD sebanyak 61 (62,9%), responden, dan untuk pekerjaan responden mayoritas adalah tidak bekerja sebanyak 49 (50,1%) responden.

#### Gambaran Dukungan Keluarga Pada Penderita Hipertensi di Puskesmas Selomerto 1 dan 2

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Dukungan Keluarga Pada Penderita Hipertensi di Puskesmas Selomerto 1 dan 2 tahun 2022

No	Dukungan keluarga	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1	Kurang	3	3,1
2	Cukup	31	32
3	Baik	63	64,9
Jumlah		97	100

Memperhatikan Tabel 2 tersebut, kebanyakan responden mendapatkan dukungan keluarga baik sebanyak 63 (64,9%) responden.

#### Gambaran kepatuhan diet pada penderita hipertensi di puskesmas selomerto 1 dan 2.

Tabel 3 Distribusi Frekuensi Kepatuhan Diet pada Penderita Hipertensi di Puskesmas Selomerto 1 dan 2 tahun 2022

No	Kepatuhan diet	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1	Tidak patuh	8	8,2
2	Cukup patuh	18	18,6
3	Patuh	71	73,2
Jumlah		97	97 100

Berdasarkan tabel 3 diketahui bahwa mayoritas responden mendapatkan kepatuhan diet patuh sebanyak 71 (73,2%) responden, dan mendapatkan kepatuhan diet tidak patuh sebanyak 8 (8,2%) responden.

### Analisis Bivariat

Hubungan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet penderita hipertensi di puskesmas selomerto 1 dan 2.

Tabel 4 Hubungan antara Dukungan Keluarga dengan Kepatuhan Diet pada Penderita Hipertensi di Puskesmas Selomerto 1 dan 2 tahun 2022

Dukungan keluarga	Kepatuhan diet						Total (f)	Total (%)	p-value
	Tidak Patuh		Cukup patuh		Patuh				
	(f)	(%)	(f)	(%)	(f)	(%)	(f)	(%)	
Kurang	2	0,2	1	0,6	0	2,2	3	3	0
Cukup	6	2,6	8	5,8	17	22,7	31	31	
Baik	0	5,2	9	11,7	54	46,1	63	63	
Total	8	8	18	18	71	71	97	100	CC: 0,442

Berdasarkan tabel 4 diketahui, responden dengan dukungan keluarga baik mayoritas mempunyai kepatuhan diet patuh sebanyak 54 (46,1%) responden, berdasarkan hasil tersebut diketahui bahwa dukungan keluarga yang baik akan mempengaruhi kepatuhan diet seseorang hal ini dikarenakan dukungan keluarga menjadi satu diantara berbagai faktor yang berpengaruh pada kepatuhan diet. Dukungan keluarga cukup memiliki kepatuhan diet patuh sebanyak 17 (22,7%) responden, dan untuk dukungan keluarga kurang mayoritas memiliki kepatuhan diet yang tidak patuh sebanyak 2 (0,2%) responden.

Uji *spearman-rank* didapatkan *p-value* 0,000, dimana *p-value* < (0,05). Ini menandakan terdapat hubungan antara hubungan keluarga dan kepatuhan diet pada penderita hipertensi. Uji ini juga didapatkan *coefficient correlation* (CC) 0,442 yang berarti kekuatan hubungan adalah cukup dimana semakin tinggi dukungan keluarga semakin patuh kepatuhan dietnya.

### **Gambaran karakteristik responden hipertensi di Puskesmas Selomerto 1 dan 2 meliputi :**

#### a. Usia

Memperhatikan hasil penelitian, didapatkan informasi, kebanyakan responden usia dewasa tengah sebanyak 63 (64,9%) responden. Hasil itu sesuai dengan studi Nita (2017), menunjukkan total pengidap hipertensi paling banyak di Puskesmas Payung Sekaki Pekanbaru pada rentang usia 40 hingga 60 tahun, yaitu sejumlah 64 pasien (79,1 persen). Hasil ini juga sesuai dengan studi Sulistiyowati (2019), diketahui *p value* 0,033. Ini menandakan terdapat hubungan signifikan usia dan peristiwa hipertensi. Lalu OR 3,42 menunjukkan, responden dengan usia lebih dari 31 tahun memiliki risiko 3,42 kali lebih tinggi dibandingkan dengan responden berusia 31 tahun, atau kurang dari 31 tahun. Hal ini juga sesuai dengan (Setiawan, 2018), bahwa hipertensi paling dominan pada rentang usia 31 hingga 55 tahun.

Sebab, tekanan darah umumnya meningkat searah dengan usia yang semakin bertambah. Disebabkan arteri besar kehilangan sifat elastisitas, efeknya ketika jantung memompa darah, pembuluh arteri tidak mengembang. Kasus hipertensi umumnya terjadi pada usia 40 tahun lebih.

#### b. Jenis kelamin

Memperhatikan hasil penelitian, didapatkan informasi, mayoritas responden yaitu perempuan dengan total 50 (51,5%) responden. Hasil ini sesuai dengan studi yang menunjukkan, kebanyakan yang mengalami hipertensi ialah perempuan, 58 orang (37,6 persen) serta laki laki, 35 (37,6 persen) orang (Amelia, 2020). Hal ini juga ditemukan pada penelitian Nita (2017), bahwa responden laki-laki ada 33 (40,7 persen, dan perempuan ada 48 (59,3 persen). Dikatakan, perempuan memiliki risiko hipertensi karena kebiasaan mencicipi makanan berpenyedap, berminyak saat masak, serta tidak memiliki pengetahuan diet hipertensi. Kemudian, laki-laki dikatakan memiliki risiko hipertensi karena perokok, penikmat kopi, serta stress soal pekerjaan (Nita, 2019).

Hal ini sesuai dengan penelitian Wahyuni (2013) didapatkan hasil bahwa lansia yang mendapat hipertensi didominasi oleh wanita dibandingkan dengan laki-laki yaitu sebanyak 15 (55%) responden. Dikatakan, penyebabnya karena dipengaruhi hormon. Pasalnya, perempuan berusia lebih dari 40 tahun mengalami menopause (Wood, 2017)

#### c. Pendidikan

Hasil untuk karakteristik pendidikan responden mayoritas adalah SD sebanyak 61 (62,9%) responden. Hal ini sesuai dengan studi yang menunjukkan, mayoritas responden dengan tingkat pendidikan SD, yaitu 50 orang (53,8%) (Amelia, 2020). Hasil tersebut tidak sesuai dengan studi milik Nita (2018), yang menunjukkan responden didominasi tingkat pendidikan SMA, yaitu 57 responden

(70,4%). Tingkat Pendidikan yang bertambah tinggi memperbesar peluang responden menerima pengetahuan serta meningkatkan kepatuhan diet. Sehingga hipertensi lebih terkontrol melalui pola makan, olahraga, konsultasi gizi, serta control kesehatan. Hukum ini juga berlaku kebalikannya. Dikatakan juga, tingkat Pendidikan rendah bisa memperbesar peluang ketidak patuhan responden pada diet yang dijalani. Sehingga, hipertensi kurang terkontrol baik. Khoirin, (2018) menuturkan, individu dengan tingkat pendidikan tinggi lebih berpotensi menerima informasi dibanding individu berpendidikan rendah.

d. Pekerjaan

Hasil untuk karakteristik pekerjaan mayoritas responden adalah tidak bekerja sebanyak 49 (50,5%) responden. Hal ini sejalan dengan penelitian sebelumnya pada penelitian ini didapatkan mayoritas responden tidak bekerja sebanyak 16 (51,6%) responden (Haryati, 2020). Hasil ini juga sesuai dengan penelitian lain yaitu didapatkan hasil sebanyak 34 (50,0%) responden tidak bekerja. Individu tidak bekerja lebih berisiko hipertensi daripada individu bekerja. Hal ini bisa terjadi sebab aktivitas fisik individu tidak bekerja lebih sedikit daripada bekerja. Aktivitas rendah tersebut berpotensi meningkatkan frekuensi denyut jantung. Akibatnya, otot pada jantung bertugas terlampau keras di setiap kontraksi. Implikasinya, tekanan pada arteri terlampau besar. Hipertensi akibat intensitas aktivitas rendah bisa berpotensi menimbulkan komplikasi gangguan pada jantung, ginjal, bahkan berpotensi stroke (Anggara, 2013).

### **Gambaran dukungan keluarga pengidap hipertensi di Puskesmas Selomerto 1 dan 2.**

Hasil penelitian menyatakan, banyak responden mendapatkan dukungan keluarga, yaitu 63 orang (64,9%). Berdasarkan analisis data kuesioner skor terbanyak didapatkan oleh indikator

dukungan penilaian yaitu terkait pernyataan nomor 5, keluarga pasien mendukung melalui pengurangan konsumsi makanan mengandung garam, dalam hal ini pasien setuju dengan keluarga untuk mengurangi makanan yang banyak mengandung garam. Kemudian nomor 6 yaitu keluarga pasien memberikan perhatian untuk mengonsumsi sayur dan buah-buahan, hal tersebut dikarenakan mayoritas pasien yang menyukai buah pisang dan sayur bayam. Dan nomor 7 yaitu keluarga memerhatikan intensitas olahraga pasien, hal ini dikarenakan keluarga selalu mengingatkan kepada pasien setiap jadwal senam tiba. Dukungan penilaian sendiri ialah dukungan antar keluarga bertindak sebagai system umpan balik dan sebagai pemecah masalah. Bentuk yang diberikan bisa berupa memberikan penghargaan atau penilaian positif yang bisa berupa dorongan atau motivasi pada penderita sehingga penderita bisa bersemangat dalam melakukan rehabilitasi.

Berdasarkan analisis data kuesioner skor terendah didapatkan oleh indikator dukungan instrumental yaitu terkait pernyataan nomor 11 yaitu keluarga pasien berusaha untuk merokok diluar rumah agar pasien tidak menghirup asap rokoknya, hal ini sulit dilakukan oleh keluarga karena sudah terbiasa dan tidak ada yang mengingatkan.

Hal tersebut sesuai penelitian sebelumnya dengan hasil, dukungan baik keluarga sebanyak 36 orang (66,7%) Dewi (2022). Penelitian ini sesuai dengan teori Siti dan Sastraprawira (2019) dukungan ialah satu diantara berbagai faktor penentu kepatuhan pasien saat perawatan. Dukungan dari keluarga bisa mempengaruhi tindak pencegahan serta pemulihan hipertensi. Sebab, lingkungan keluarga memiliki peluang mengawasi, mencegah, mendukung, serta merawat anggota keluarga pengidap hipertensi (Tumenggung, 2013).

Penelitian terdahulu oleh Prihattiny (2020), dukungan keluarga serta kepatuhan diet hipertensi lansia di Puskesmas Tomohon Utara menunjukkan dari 30 responden lansia yang mendapat

dukungan baik dari keluarga adalah 20 pasien (66,6%). Hasil Nita (2018) menyatakan, 49 dari 81 pasien (60,5 persen) mendapat dukungan baik dari keluarga.

Keluarga adalah pendukung utama lansia menstabilkan kesehatan. Keluarga dapat berperan sebagai perawat yang memperhatikan fisik dan mental lansia, serta motivator spiritual lansia (Maryam, 2011).

### **Gambaran kepatuhan diet penderita hipertensi di Puskesmas Selomero 1 dan 2.**

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan kebanyakan responden mempunyai kepatuhan diet berkategori patuh, yaitu 71 (73,2%) responden, berdasarkan analisis data kuesioner skor terbanyak didapatkan oleh nomor 1 yaitu pasien menghindari sate dan jeroan. Hal ini dikarenakan sate dan jeroan banyak mengandung lemak yang dapat menyebabkan hipertensi. Nomor 2 yaitu selama menderita hipertensi pasien mengurangi minuman yang mengandung soda, hal ini dikarenakan minuman tersebut mengandung gula sehingga perlu di hindari.

Diet yang disarankan untuk penderita hipertensi adalah dengan DASH. Makanan alternatif yang dikonsumsi diantaranya sayur, buah, susu dengan kadar lemak rendah, makanan berserat, daging. Kemudian juga perlu memperhatikan asupan berprotein, lemak, mengandung karbohidrat, mineral, vitamin, kemudian asam lemak tak jenuh, omega-3 memiliki manfaat mencegah hipertensi (Agnes, 2021).

Hasil tersebut diketahui sesuai dengan studi menunjukkan, 64 dari 93 (68,8 persen) pasien mematuhi proses diet (Amelia, 2020). Penelitian Nita (2018) diketahi, 47 dari 73 pasien (64,4 persen) mematuhi proses diet dengan *p-value* 0,016. Ini menandakan terdapat hubungan signifikan motivasi diri dan keputusan diet pengidap hipertensi.

### **Hubungan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet pada penderita**

### **hipertensi di Puskesmas Selomerto 1 dan 2.**

Hasil dari penelitian ini diketahui, responden dengan dukungan keluarga baik mayoritas mempunyai kepatuhan diet kategori patuh 54 (46,1%) responden. Hasil *spearman-rank* diperoleh *p-value* 0,000 yang artinya *p-value* < (0,05) dan nilai *coefficient correlation* (CC) sebesar 0,442 yang berarti kekuatan hubungan adalah cukup dimana semakin baik dukungan dari keluarga, maka kepatuhan penderita juga semakin baik. Kemudian juga diketahui terdapat hubungan dukungan keluarga dan kepatuhan diet pasien hipertensi di Puskesmas Selomerto 1 serta 2.

Hal ini sejalan dengan penelitian terdahulu Nita (2018), pasien yang didukung keluarga serta patuh diet ada 39 (48,1%) pasien. Diketahui *p-value* 0,002 (*p*<0,05). Artinya  $H_0$  ditolak, dan terdapat hubungan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet pasien hipertensi di puskesmas payung sekaki pada 2018.

Hasil itu sesuai penelitian terdahulu, diketahui uji signifikansi Gamma Somers'd diperoleh *p value* 0,017 (*p*<0,05), dan *r* 0,608. Ini menandakan korelasi yang kuat. Hasilnya diperoleh kesimpulan terdapat hubungan signifikan dukungan keluarga dan kepatuhan diet rendah garam di Poliklinik RSUD Tugurejo Semarang. Persentase responden yang mendapat dukungan baik dari keluarga 37,8 persen, serta responden dengan kepatuhan diet rendah garam kategori cukup 15,6 persen (Priyantini, 2012).

Penelitian terdahulu oleh Jumidi, (2021) tentang "hubungan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet di dusun ladon wilayah kerja Puskesmas Wanasaba" yang memperoleh tabulasi silang menunjukkan, 45,7 persen dari 35 responden mendapat dukungan baik dari keluarga. Lalu 40,0 persen keluarga mendukung kepatuhan diet. Kemudian melalui uji *Spearman Rank*, diketahui *p-value* 0,001<0,05 atau (*p*< $\alpha$ ). Ini menandakan  $H_0$  ditolak,  $H_1$  diterima. Terdapat hubungan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet hipertensi di Dusun Ladon wilayah kerja Puskesmas Wanasaba.

Menurut peneliti oleh Olowaseun (2017) tentang "Control tekanan darah (BP) dan keluarga yang dirasakan dukungan pada pasien dengan hipertensi esensial di klinik Nigeria Barat" yang memperoleh hasil bahwa mayoritas responden berusia paruh baya (61,1 persen). Lalu perempuan (59,4 persen). Kebanyakan (79,4%) responden mempunyai persepsi dukungan kuat dari keluarga. Dukungan keluarga kuat (OR 4,778, skor kepercayaan 95%, CI = 2,569-8887), serta jenis kelamin perempuan (OR 1,838, skor kepercayaan 95%, CI = 1,177-2,869) merupakan prediktor independen dari tekanan darah terkontrol. Ketidakepatuhan terhadap rencana terapi diet telah dilaporkan diantara pasien hipertensi. Para peneliti juga telah menunjukkan bahwa kepatuhan terhadap rencana terapi diet meningkat jika motivasi dalam bentuk dukungan sosial diberikan. Ada penelitian lokal yang mengeksplorasi pengaruh dukungan keluarga pada hasil pengobatan pasien hipertensi.

Hal ini juga sejalan dengan penelitian Augustine (2020) tentang "hubungan antara kepatuhan terhadap pedoman diet dan aktivitas fisik dan efikasi diri pada wanita kulit hitam dan tekanan darah tinggi" yang memperoleh hasil bahwa mayoritas responden dari sampel 571 wanita hitam hanya (65%) sampel yang patuh pada diet dan mendapat dukungan keluarga baik. Kemudian dari hasil itu ada hubungan signifikan kepatuhan diet dan dukungan keluarga ( $b\text{-path} = 0,271$ ,  $p = 0,018$ ).

Berbagai ahli kesehatan sepakat, faktor pemicu hipertensi ada 2, yakni: (1) resiko yang tidak bisa dikontrol (genetik, jenis kelamin, tingkat pendidikan, usia, serta jenis pekerjaan); (2) resiko yang bisa dikontrol (obesitas, olahraga, konsumsi alkohol, kebiasaan merokok, stres, serta konsumsi penyedap) (Ridwan, 2008). Utami (2010) menuturkan, salah satu cara alami yang ampuh mengatasi hipertensi tanpa efek samping yaitu diet. Kepatuhan merupakan kesesuaian sikap pasien dengan berbagai ketentuan medis. Purwanto (2017) mengungkapkan, satu diantara berbagai variable yang berpengaruh pada kepatuhan pasien ialah dukungan dari keluarga. Dukungan

tersebut ialah dukungan dari anggota keluarga bagi penderita hipertensi. Pemberian dukungan ini bisa melalui perhatian, dukungan emosional, penghargaan, informasi, serta dukungan bersifat instrumental (Freadmen, 2015).

Peneliti membuktikan, berbagai teori tersebut sesuai dengan fenomena di puskesmas Sekaki Pekanbaru. Dukungan dari keluarga memiliki hubungan dengan kepatuhan diet pasien. Sebab hubungan anggota keluarga satu dengan yang lain memiliki hubungan yang erat. Selain itu keluarga juga menjadi lingkungan utama saat berbagi cerita, pemecahan permasalahan, termasuk memberi dukungan anggota keluarga yang mengidap hipertensi. Sehingga keluarga diharapkan menjadi lingkungan pendukung kepatuhan diet hipertensi.

## KESIMPULAN

Karakteristik responden dengan mayoritas usia kategori dewasa tengah yaitu 63 (64,9%) responden, untuk mayoritas jenis kelamin responden adalah perempuan yaitu 50 (51,5%) responden. Kemudian mayoritas pendidikan responden adalah sd yaitu 61 (62,9%) responden, dan untuk mayoritas responden adalah tidak bekerja yaitu 49 (50,5%) responden. Responden dengan dukungan keluarga baik terdapat 63 (64,9%). Responden dengan kategori patuh diet 71 (73,2%). Terdapat hubungan dukungan keluarga dan kepatuhan diet penderita hipertensi,  $p\text{-value} 0,000$  dan  $CC 0,442$ .

## SARAN

Diharapkan untuk peneliti selanjutnya agar menjadikan penelitian ini sebagai landasan untuk penelitian lanjutan seperti dukungan keluarga dilakukan untuk merawat penderita hipertensi khususnya prolansis.



## DAFTAR PUSTAKA

- Amelia. 2020. "Amelia, R., & Kurniawati, I. (2020). Hubungan Dukungan Keluarga Terhadap Kepatuhan Diet Hipertensi Pada Penderita Hipertensi Di Kelurahan Tapos Depok. *Jurnal Kesehatan Saelmakers PERDANA (JKSP)*, 3(1), 77-90." *Jurnal Kesehatan Saelmakers PERDANA (JKSP)* 3 (1): 77–99.
- Anisa, M., & Bahri, T. S. 2017. "Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kepatuhan Diet Hipertensi." *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Fakultas Keperawatan 2 ((3))*.
- Dewi, A. B. 2019. "GAMBARAN SIKAP KELUARGA TERHADAP LANSIA DENGAN HIPERTESI DI DESA TIRTONIRMOLO KASIHAN BANTUL." (Doctoral Dissertation, Poltekkes Kemenkes Yogyakarta).
- Dinas Kesehatan Kabupaten Wonosobo. 2021. "Profil Kesehatan Kabupaten Wonosobo Tahun 2020." Dinas Kesehatan Kabupaten Wonosobo.
- Efendi. 2017. "Dukungan Keluarga Dalam Manajemen Penyakit Hipertensi." *Jurnal Majority* 6 (1): 34–40.
- Firmansyah, I., et al. 2017. "Pengaruh Kombinasi Dosis Pupuk N, P, Dan K Terhadap Pertumbuhan Dan Hasil Tanaman Terung (*Solanum Melongena* L.)." [The Influence of Dose Combination Fertilizer N, P, and K on Growth and Yield of Eggplant Crops (*Solanum Melongena* L.)].
- J, Harsismanto, Juli Andri, Tirta Dwi Payana, Muhammad Bagus Andrianto, and Andry Sartika. 2020. "Kualitas Tidur Berhubungan Dengan Perubahan Tekanan Darah Pada Lansia." *Jurnal Kesmas Asclepius* 2 (1): 1–11. <https://doi.org/10.31539/jka.v2i1.1146>.
- Kemkes RI. 2018. "Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018." Kementerian Kesehatan RI 53 (9): 1689–99.
- Maryati, H., & Praningsih, S. 2019. "EFEKTIFITAS PENDAMPINGAN KELUARGA DALAM PERAWATAN DIRI TERHADAP KESTABILAN TEKANAN DARAH PENDERITA HIPERTENSI." *Journals of Ners Community*, 10 (1): 53-66.
- Perdana, M. A., & Salmiyati, S. 2017. "Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Diet Hipertensi Pada Lansia Di Dusun Depok Ambarketawang Gamping Sleman Yogyakarta." (Doctoral Dissertation, Universitas' Aisyiyah Yogyakarta).
- Sinubu, R. B., et al. 2015. "Hubungan Beban Kerja Dengan Kejadian Hipertensi Pada Tenaga Pengajar Di SMA N 1 Amurang Kabupaten Minahasa Selatan." *Jurnal Keperawata* 3 ((2)).
- Telaumbanua. 2021. "Penyuluhan Dan Edukasi Tentang Penyakit Hipertensi." *Jurnal Abdimas Sainatika* 3 (1): 119.
- Umam. 2021. "GAMBARAN KEPATUHAN DIET PADA ANGGOTA PROLANIS SELAMA PANDEMI COVID-19 DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS BOJONG 2." *Jurnal Sehat Mandiri*, 16(1), 29-35." *Jurnal Sehat Mandiri* 16 (1): 29–35.
- Yulianti, I. S. 2017. "Gambaran Dukungan Sosial Keluarga Dan Kualitas Hidup Lansia Dengan Hipertensi Di Puskesmas Citangkil Kota Cilegon." (Bachelor's Thesis, UIN Syarif Hidayatullah Jakarta: Fakultas Kedokteran Dan Ilmu).