

HUBUNGAN DUKUNGAN KELUARGA TERHADAP KEPATUHAN DIET HIPERTENSI PADA LANSIA DI KELURAHAN KALIBEBER

Fatata Mahira¹, Fifi Alviana², Anisa Ell Raharyani³

^{1,2,3}Universitas Sains Al-Qur'an

Email Corresponding: fifialviana@gmail.com

ABSTRACT

Background: Hypertension is classified as a silent killer disease where the patient does not know that he has hypertension before checking and examining him. Hypertension, if now no longer handled properly, can purpose complications. Hypertension sufferers need family support in implementing a diet. **Objective:** to determine the relationship between family support and hypertension diet compliance in the elderly in Kalibeber Village. **Method:** researches was using quantitative research with analytical descriptive methods with a cross-sectional approach using questionnaires. The sampling technique used consecutive sampling with a population of 93 respondents. The information evaluation method used of the Spearman rank test. **Results:** There was a relationship between family support and hypertension diet compliance in the elderly in Kalibeber Village with a p value of $0.000 < 0.05$ with a correlation coefficient of 0.657 which means strong. **Conclusion:** There was a relationship between family support and hypertension diet compliance in the elderly in Kalibeber Village.

Keywords: Dietary Compliance, Elderly, Family support, Hypertension

ABSTRAK

Latar Belakang: Hipertensi tergolong penyakit silent killer dimana pasien tidak mengetahui dirinya mengalami hipertensi sebelum mengecek dan memeriksanya. Hipertensi jika tidak ditangani dengan baik dapat menyebabkan terjadinya komplikasi. Penderita hipertensi membutuhkan dukungan keluarga dalam melaksanakan diet. **Tujuan:** untuk mengetahui hubungan dukungan keluarga terhadap kepatuhan diet hipertensi pada lansia di Kelurahan Kalibeber. **Metode:** menggunakan penelitian kuantitatif dengan metode deskriptif analitik dengan pendekatan cross-sectional menggunakan kuesioner. Teknik pengambilan sampel menggunakan consecutive sampling dengan jumlah populasi 93 responden. Teknik analisis data menggunakan uji rank spearman. **Hasil:** Ada hubungan antara dukungan keluarga terhadap kepatuhan diet hipertensi pada lansia di Kelurahan Kalibeber dengan p value $0,000 < 0,05$ dengan coeffisien correlation 0,657 yang berarti kuat. **Kesimpulan:** Ada hubungan antara dukungan keluarga terhadap kepatuhan diet hipertensi pada lansia di Kelurahan Kalibeber.

Kata Kunci: Dukungan Keluarga, Hipertensi, Kepatuhan Diet, Lansia

Latar Belakang

Hipertensi adalah penyakit degeneratif yang sering dialami oleh lansia yang diakibatkan oleh penurunan daya tahan tubuh yang dapat menyebabkan kematian. Tekanan darah tinggi adalah kondisi yang dialami oleh lansia 60 tahun dengan tekanan darah sistolik 140 mmHg dan tekanan darah diastolik 90 mmHg (Sutrisno et al., 2018). Di Kabupaten Wonosobo, ada 41.566 orang yang menderita hipertensi, dengan 21,11% dari mereka yang menderita hipertensi pada skrining kesehatan lansia tahun 2020 (Profil Dinkes Kabupaten Wonosobo, 2020).

Pasien hipertensi harus mematuhi diet mereka untuk mencegah komplikasi. Mereka juga harus mematuhi diet karena ketika mereka sakit atau tidak menunjukkan gejala hipertensi (Mapagerang et al., 2018). Kepatuhan diet hipertensi merupakan hal yang sangat penting bagi penderita hipertensi. Kepatuhan dapat terlaksana dengan baik jika lansia mengetahui manfaat diet serta didukung dengan pemahaman baik (Wahyudi et al., 2020).

Menurut Devita dalam Setianingsih (2017), ada factor yang mempengaruhi kepatuhan program diet, termasuk tingkat pendidikan, usia, pengetahuan, ketersediaan asuransi kesehatan, motivasi, dan dukungan keluarga. Salah satu faktor yang tidak boleh diabaikan begitu saja adalah dukungan keluarga, yang sangat penting untuk menjalankan kepatuhan diet hipertensi (Effendi et al., 2017). Berdasarkan uraian diatas, maka peneliti tertarik untuk mengetahui hubungan dukungan keluarga

terhadap kepatuhan diet hipertensi pada lansia di Kelurahan Kalibeber.

Tujuan Penelitian

Untuk mengetahui hubungan dukungan keluarga terhadap kepatuhan diet hipertensi pada lansia di Kelurahan Kalibeber.

Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode cross sectional sampel ini diambil menggunakan consecutive sampling dengan pembagian kuesioner. Analisa data menggunakan uji rank spearman.

Hasil Penelitian

A. Analisis Univariat

1. Karakteristik Responden

B Karakteris e itik	Frekue nsi (F)	Persenta se (%)
Umur		
60-65 tahun	35	72.9%
66-74 tahun	13	27.1%
Jenis Kelamin		
Laki-laki	14	29.2%
Perempuan	34	70.8%
Pendidika n k		
SD	28	58.3%
SMP	9	18.8%
SMA	7	14.6%
PT	4	8.3%
Pekerjaan		
Bekerja	30	62.5%

abel diatas paling banyak responden berusia 60- 65 tahun yaitu 35 orang (72,9%), berjenis kelamin perempuan 34 orang (70,8%), berpendidikan SD 28 orang (58,3%), responden yang bekerja sebanyak 30 orang (62,5%), serta responden yang pernah mendapatkan informasi sebanyak 35 orang (72,9%).

2. Dukungan Keluarga

Dukungan keluarga	Frekuensi (F)	Persentase (%)
Kurang	9	18.8%
Cukup	14	29.2%
Baik	25	52.1%
Total	48	100%

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa dari 48 responden sebagian besar mendapatkan dukungan keluarga baik sebanyak 25 orang (52,1%).

3. Kepatuhan Diet

Kepatuhan diet	Frekuensi (F)	Persentase (%)
Tidak patuh	8	16.7%
Cukup patuh	16	33.3%
Patuh	24	50.0%
Total	48	100%

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa dari 48 responden sebagian responden patuh dalam melaksanakan diet hipertensi sebanyak 24 orang (50.0%).

B. Analisis Bivariat

Dari hasil uji normalitas data dukungan keluarga dan kepatuhan diet menggunakan uji Shapiro-Wilk didapatkan nilai signifikansi $0,000 < 0,05$. Hal ini menunjukkan bahwa data yang didapatkan berdistribusi tidak normal. Karena data berdistribusi tidak normal maka peneliti melakukan uji statistik menggunakan uji Non-parametrik rank spearman.

Hubungan dukungan keluarga terhadap kepatuhan diet hipertensi pada lansia. menunjukkan

bahwa dari 48 responden mendapat dukungan keluarga yang baik serta patuh terhadap diet sebanyak 19 orang (76,0%). Berdasarkan uji statistik dengan menggunakan uji rank spearman didapatkan hasil nilai p value = 0,000 atau $< \alpha 0,05$ menunjukkan H_0 ditolak dan H_a diterima yang berarti bahwa ada hubungan dukungan keluarga terhadap kepatuhan diet hipertensi pada lansia di kelurahan kalibeber. Nilai Coefficient correlation sebesar 0,657 berarti dalam kategori kuat.

Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan responden tertinggi adalah responden dengan umur 60-65 tahun sebanyak 35 orang (72,9%). Hal ini sejalan dengan penelitian Adam (2019), yang menemukan presentasi usia 60- 65 tahun meningkat sebesar 81 persen dibandingkan presentasi usia 66-74 tahun sebesar 37,5%. Karena jenis kelamin, genetika, aktivitas fisik yang kurang, konsumsi garam yang berlebihan, dan faktor lain yang dapat mempengaruhi hipertensi, usia responden dalam penelitian ini tidak sepenuhnya dikaitkan dengan hipertensi.

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan responden berjenis kelamin Perempuan lebih banyak dibandingkan laki-laki dengan jumlah 34 orang (70,8%). Hal ini sejalan dengan penelitian Sari et al., (2018), yang menemukan bahwa 55% wanita mengalami hipertensi dibandingkan laki-laki. Laki- laki mengalami hipertensi di usia 30 akhir, sedangkan perempuan

mengalami hipertensi setelah hamil karena fungsi hormon estrogen menurun. Peneliti berpendapat bahwa karena perubahan hormon yang terjadi selama kehamilan perempuan, perempuan memiliki kemungkinan lebih besar terkena hipertensi. Selain itu, karena perempuan lebih mudah mengalami stres dibandingkan laki-laki, perempuan juga memiliki kemungkinan lebih besar terkena hipertensi.

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan responden tertinggi adalah yang berpendidikan SD yaitu sebanyak 28 orang (58,3%) dan paling sedikit yaitu berpendidikan PT sebanyak 4 orang (8,3%). Tidak seperti penelitian Anisa (2017), yang menyatakan bahwa Tingkat Pendidikan dapat mempengaruhi kemampuan dan pengetahuan seseorang dalam menerapkan perilaku hidup sehat, terutama mencegah penyakit hipertensi. Penelitian ini menemukan bahwa tingkat pendidikan yang lebih tinggi menunjukkan bahwa seseorang memiliki kemampuan yang lebih besar untuk menjaga dan mempertahankan pola hidup sehat dan bebas dari penyakit. Peneliti berpendapat bahwa orang dapat menjaga kesehatan mereka sendiri jika mereka mengetahui tentang penyakit dan memahaminya.

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan responden terbanyak adalah yang bekerja sebanyak 30 orang (62,5%). Menurut Faridah (2017), penelitian ini menunjukkan bahwa stres di tempat kerja dapat menyebabkan tekanan darah tinggi atau hipertensi, serta berbagai masalah

kesehatan lainnya. 43 orang yang berpartisipasi dalam penelitian, atau 53,1% dari responden, mengalami stres di tempat kerja. Menurut pemaparan di atas, peneliti berpendapat bahwa responden yang bekerja lebih rentan terkena hipertensi karena tuntutan kehidupan sehari-hari yang dapat mempengaruhi pikiran mereka, yang dapat menyebabkan tekanan darah naik.

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan responden terbanyak sudah pernah mendapatkan informasi tentang diet hipertensi sebelumnya sebanyak 35 orang (72,9%) dan tidak pernah mendapat informasi sebanyak 13 orang (27,1%). Salah satu komponen pengetahuan adalah informasi. Jumlah informasi yang dikumpulkan terkait dengan jumlah pengetahuan yang diperoleh (Limbong et al., 2018). Penelitian Cici (2019) mendukung hasil penelitian ini, yang menemukan bahwa 52 (55,5%) orang tua memiliki pengetahuan yang baik tentang hipertensi, sedangkan 32 (34%) orang tua memiliki pengetahuan yang cukup, dan 10 (10,6%) orang tua memiliki pengetahuan yang kurang.

Peneliti berasumsi bahwa orang tua akan mengalami penurunan fungsi kognitif, lupa, dan penurunan kemampuan untuk memproses informasi. Oleh karena itu, orang tua membutuhkan informasi yang cukup dari keluarga tentang cara mengobati hipertensi, termasuk menjaga diet yang seimbang, mengurangi konsumsi garam, berolahraga secara teratur, tidak merokok, dan menghindari rokok.

Berdasarkan hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden 25 orang (52,1%) mendapat dukungan yang baik dari keluarganya. Ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Isoni et al. (2019), yang menemukan bahwa 21 orang dari 55,2% penderita hipertensi menerima dukungan keluarga yang baik. Ketika seseorang memutuskan untuk memberikan perawatan kepada anggota keluarga yang sakit, mereka menunjukkan dukungan keluarga. Peneliti mengklaim bahwa dukungan keluarga dapat menjadi bagian penting dari menjalankan kepatuhan diet hipertensi sebab keluarga akan mendorong dan memberikan perhatian.

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan sebagian responden 24 orang (50,0%) patuh dalam melaksanakan diet hipertensi. Hal ini sejalan dengan penelitian Wahyudi (2020), yang menemukan bahwa 57,2% responden yang patuh mengikuti diet hipertensi. Kepatuhan dapat didefinisikan sebagai kemampuan seseorang untuk mempertahankan program yang berkaitan dengan peromkes (Puspita et al., 2019). Menurut hipotesis peneliti, orang tua di Kelurahan Kalibeber dapat dikategorikan sebagai patuh dalam hal kepatuhan diet karena mereka mendapatkan dukungan dari keluarga, seperti beberapa orang tua diantar oleh keluarga mereka ke posbindu.

Kepatuhan Diet Hipertensi Pada Lansia Berdasarkan penelitian yang sudah dilakukan oleh peneliti didapatkan hasil dari 48 responden mendapatkan dukungan

keluarga yang baik dan patuh terhadap diet yaitu sebanyak 19 orang (76,0%).

Penelitian ini menunjukkan hasil uji statistic menggunakan rank spearman diperoleh nilai p value 0,000 atau $< \alpha$ 0,05, maka H_0 ditolak dan H_a diterima yang berarti ada hubungan dukungan keluarga terhadap kepatuhan diet hipertensi pada lansia di Kelurahan Kalibeber dengan keeratan hubungan kuat yaitu correlation coefficient 0,657.

Hasil penelitian ini sependapat dengan penelitian Setianingsih (2017), yang menemukan bahwa dukungan keluarga sangat penting buat meningkatkan kepatuhan program diet hipertensi, dengan angka signifikan 0,000 yang jauh lebih rendah dari standar signifikan 0,05 dan kekuat hubungan kuat 0,712. Peneliti berpendapat bahwa dukungan keluarga di Kelurahan Kalibeber dikategorikan baik dalam hal kepatuhan diet hipertensi pada orang tua, seperti menyediakan makanan yang diperlukan orang tua, menyediakan fasilitas yang membantu terapi beraktivitas dengan baik, memberikan waktu untuk tetap dalam kontrol ke pelayanan kesehatan, dan memberikan kenyamanan. Namun, keluarga harus menghindari makanan yang dapat meningkatkan tekanan darah, seperti makanan bersantan, garam, seafood, jeroan, soda, dan lain lain.

Kesimpulan

Ada hubungan yang signifikan antara Dukungan Keluarga Terhadap Kepatuhan Diet Hipertensi Pada Lansia Di Kelurahan Kalibeber

dengan p value $0,000 < \alpha 0,05$. Nilai correlation coefficient 0,657 yang berarti bahwa hubungan antara kedua variabel di kategorikan kuat dan arah hubungan positif yang artinya semakin baik dukungan keluarga yang diberikan maka semakin tinggi pula kepatuhan dietnya.

Daftar Pustaka

- Adam, L. (2019). Determinan Hipertensi Pada Lanjut Usia. *Jambura Health and Sports Jurnal*, 1 (2), 82-89.
- Anisa, M., & Bahri, T. S. (2017). Faktor faktor yang mempengaruhi diet hipertensi. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Fakultas Keperawatan*.
- Faridah, U., Yulusetyaningrum, Rustono, & Hermawan, H. (2017). Hubungan Stress Kerja Dengan Kejadian Hipertensi Pada Pekerja Buruh Di Wilayah Kerja Puskesmas Kaliwungu Kudus, *Indonesia Jurnal Perawat*, 2(2), 74-79.
- Isoni, L., Andarmoyo, S., & Prihartono, W. (2019). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Pemenuhan Diet Pada Penderita Hipertensi di Desa Demangan, Kecamatan Siman, Kabupaten Ponorogo. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Ponorogo Health Sciences Journal*, 3,1.
- Limbong, V. A., Rumayar, A., & Kandou, G. D. (2018). Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Dengan Kejadia HIpertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Tateli Kabupaten Minahasa. *Kesmas*, 7 (4).
- Mapagerang, R., & Alimin, M. (2018). Hipertensi Dengan Kontrol Diet Rendah Garam. *Jikp (Jurnal Ilmiah Kesehatan Pencerah)*.
- Puspita, E. (2019). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kepatuhan Penderita Hipertensi dalam Menjalani Pengobatan. Skripsi Jurusan Ilmu Kesehatan Masyarakat Fakultas Ilmu Keolahragaan Unnes.
- Sari, T. W., Desi, K. S., Beni, K., Ibnu, H. S., Novia, Y., Samirathul, Q. (2018). Hubungan Tingkat Stress dengan Hipertensi Pada Pasien Rawat Jalan di Puskesmas Sidomulyo Rawat Inap Kota Pekanbaru. *Collaborative Medical Journal*, 1(3): 55-65.
- Setianingsih, D. R. (2017). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Diet Pada Lansia. Program Studi Ilmu keperawatan. STIKes Insan Cendekia Media Jombang.
- Sutrisno, S., Widayati, C. N., & Radate, R. (2018). Hubungan Tingkat Pendidikan Dan Sikap Terhadap Perilaku Pengendalian Hipertensi Pada Lansia Di Desa Jono Kecamatan Tawangharjo Kabupaten Grobogan. *The Shine Cahaya Dunia Ners*, 3(2).
- Wahyudi, W. T., Herlianita, R., & Pagis, D. (2020). Dukungan keluarga, kepatuhan dan pemahaman pasien terhadap diet rendah garam pada pasien dengan hipertensi. *Holistik Jurnal Kesehatan*, 14(1).
- Effendi, D.B., Huda Rosyid, N., Bayu Dani Nandiyanto, A., Mudzakir, A. (2017). Review: Sintesis Nanoselulosa. *Jurnal Integrasi Proses*.