

Hubungan Dukungan Keluarga dengan Kepatuhan Diet pada Lansia dalam Pengendalian Hipertensi di Puskesmas Kedungmundu

Risa Kisanawati ^{1*}, Moch. Aspihan ², Iskim Luthfa ³

¹⁻³ Universitas Islam Sultan Agung, Indonesia

Corresponding Author: risakisna24@std.unissula.ac.id *

Abstract, Background: The frequency of hypertension continues to increase in line with the low compliance of hypertension sufferers in carrying out their treatment, one of which is a hypertension diet. Family support plays a crucial role in increasing self-confidence, motivation, and life satisfaction of hypertension sufferers. Family involvement in health education programs helps patients with their needs met, understanding when to seek medical help, and support for treatment compliance, which can prevent recurrence and serious complications due to hypertension. In addition, compliance with a hypertension diet is very important to keep blood pressure stable. A good understanding of the benefits of diet and the role of family and health workers in providing support can increase diet compliance. Conversely, low understanding can reduce awareness of the importance of diet, potentially causing ongoing complications. Therefore, hypertension management strategies must involve family support and education about the right diet to achieve optimal health outcomes. This study was conducted to analyze the Relationship Between Family Support and Diet Compliance in the Elderly in Controlling Hypertension at the Kedungmundu Health Center. **Methods:** This study uses a quantitative method with a correlational approach. Data were collected through demographic questionnaires, family support, and hypertension diet compliance, with a study sample consisting of 90 people using random sampling techniques. Somers' D test was chosen as the statistical analysis method for this research data. **Results:** Based on the study, it was found that some respondents received quite good family support, with a total of 57 people (63.3%) and were quite compliant with dietary compliance as many as 57 people (63.3%). The results of the Somers' D test showed that the significance value of $p = 0.000 < \alpha (0.05)$, so H_0 was rejected. **Conclusion:** Based on the data analysis, the conclusion obtained is that there is a relationship between family support and dietary compliance in the elderly in controlling hypertension at the Kedungmundu Health Center, Semarang City.

Keywords: Family Support, Hypertension Diet Compliance, random sampling

Abstrak, Latar Belakang: Frekuensi hipertensi terus bertambah sejalan dengan rendahnya kepatuhan penderita hipertensi dalam melakukan pengobatannya, salah satunya diet hipertensi. Dukungan keluarga berperan krusial dalam meningkatkan rasa percaya diri, motivasi, dan kepuasan hidup penderita hipertensi. Keterlibatan keluarga dalam program pendidikan kesehatan membantu pasien dengan terpenuhinya kebutuhan, pemahaman tentang kapan mencari pertolongan medis, serta dukungan terhadap kepatuhan pengobatan, maka dapat mencegah kekambuhan dan komplikasi serius akibat hipertensi. Selain itu, kepatuhan terhadap diet hipertensi sangat penting untuk menjaga tekanan darah tetap stabil. Pemahaman yang baik tentang manfaat diet dan peran serta keluarga dan tenaga kesehatan dalam memberikan dukungan mampu meningkatkan kepatuhan diet. Sebaliknya, pemahaman yang rendah dapat mengurangi kesadaran akan pentingnya diet, berpotensi menyebabkan komplikasi berkelanjutan. Oleh karena itu, strategi pengelolaan hipertensi harus melibatkan dukungan keluarga dan edukasi mengenai diet yang tepat untuk mencapai hasil kesehatan yang optimal. Studi ini dilakukan untuk menganalisis Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Diet Pada Lansia Dalam Pengendalian Hipertensi Di Puskesmas Kedungmundu. **Metode:** Studi ini menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan korelasional. Data dikumpulkan melalui kuisioner demografi, dukungan keluarga, dan kepatuhan diet hipertensi, dengan sampel penelitian terdiri dari 90 orang menggunakan teknik *random sampling*. Uji Somers' D dipilih sebagai metode analisis statistik untuk data penelitian ini. **Hasil:** Berdasarkan penelitian, didapatkan bahwa sebagian responden menerima dukungan keluarga yang cukup baik, dengan jumlah 57 orang (63,3%) dan cukup patuh dengan kepatuhan diet sebanyak 57 orang (63,3%). Hasil uji sommer menunjukkan bahwa nilai signifikansi $p = 0,000 < \alpha (0,05)$, sehingga H_0 ditolak. **Simpulan:** Berdasarkan analisis data, simpulan yang diperoleh adalah terdapat hubungan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet pada lansia dalam pengendalian hipertensi di Puskesmas Kedungmundu Kota Semarang.

Kata kunci: Dukungan Keluarga, Kepatuhan Diet Hipertensi, random sampling

1. PENDAHULUAN

Penyakit hipertensi dikenal sebagai "*silent disease*" karena banyak pasien tidak menyadari bahwa mereka menderita hipertensi hingga melakukan pemeriksaan tekanan darah. Kondisi ini dapat berlangsung lama tanpa gejala, namun berpotensi menyebabkan komplikasi serius seperti stroke, infark miokard, gagal jantung, dan gagal ginjal kronis. Apabila tidak terdeteksi dan ditangani dengan tepat, hipertensi mampu mengakibatkan kerusakan signifikan pada berbagai organ tubuh (Mapagerang & Alimin, 2018). Pada lansia, tekanan darah tinggi dapat menyebabkan lebih dari setengah populasi orang berusia 60 tahun mengalami tekanan sistolik 140 mmHg dan tekanan diastolik 90 mmHg (Sutrisno et al., 2020). Penyakit kardiovaskuler menjadi penyebab kematian tertinggi di dunia, terjadi diusia 65 tahun keatas dengan angka kematian terbanyak dinegara berkembang. Populasi hipertensi didunia diprediksi sekitar 15-20% dan banyak menyerang pada golongan 55-64 tahun (Hanum & Lubis, 2017).

Berdasarkan data Riskesdas 2018 secara nasional, terdapat temuan bahwa 34,11% penduduk menderita tekanan darah tinggi. Peningkatan prevalensi ini berkaitan dengan bertambahnya usia. Kenaikan prevalensi ini terkait dengan pertambahan usia. Menurut Riskesdas 2018, terdapat data yang menunjukkan bahwa 63,5% lansia menderita penyakit hipertensi (Kemenkes RI, 2020). Hasil survei tersebut juga mengungkapkan bahwa Angka kejadian hipertensi di Provinsi Jawa Tengah mencapai 37,57 persen. Tingkat prevalensi cenderung naik sejalan dengan peningkatan usia penduduk (Djarmiko, 2022). Di Kota Semarang, Kedungmundu mencatat jumlah kasus hipertensi tertinggi, dengan perincian 12.584 kasus pada perempuan dan 13.103 kasus pada laki-laki (Djarmiko, 2022).

Hipertensi pada lansia umumnya disebabkan oleh faktor usia. Seiring bertambahnya usia, kemampuan organ-organ tubuh, termasuk sistem kardiovaskuler seperti jantung dan pembuluh darah, mengalami penurunan. Hal ini mengakibatkan penyempitan pembuluh darah dan kekakuan pada dinding pembuluh darah, yang pada gilirannya menyebabkan peningkatan tekanan darah (Adam, 2019).

Hipertensi, yang sering dikenal dengan julukan "pembunuh gelap" atau "pembunuh diam", masih menjadi perhatian dalam Kesehatan masyarakat umum bagi orang tua karena tidak terkontrol dapat berkembang dan menyebabkan komplikasi yang berbahaya. Akibatnya, penderita hipertensi memerlukan penanganan yang tepat dan dukungan keluarga untuk mengurangi kekambuhan dan komplikasi hipertensi.. Metode perawatan yang sangat berarti untuk mengatasi hipertensi meliputi pengaturan diet yang sehat, aktivitas fisik yang cukup, kontrol kesehatan secara rutin, dan pengelolaan pikiran yang positif (Harjo et al., 2019).

Dukungan keluarga dapat meningkatkan optimisme dan dorongan internal penderita dalam menghadapi masalah serta meningkatkan kualitas hidup. Oleh karena itu, penting untuk melibatkan keluarga dalam program pendidikan agar mereka mampu memenuhi kebutuhan pasien, memahami kapan harus mencari pertolongan, dan mendukung ketaatan terhadap pengobatan. Keluarga berperan sebagai sistem dukungan bagi penderita hipertensi, membantu mencegah kondisi memburuk dan menghindari komplikasi. Jika hipertensi tidak terkontrol dan tidak ditangani dengan baik, gejala hipertensi dapat muncul kembali, yang dikenal sebagai kekambuhan hipertensi. Tanpa pencegahan dan pengobatan yang optimal, penderita hipertensi berisiko tinggi mengalami komplikasi serius (Erni Tri Indarti et al., 2024).

Diet merupakan salah satu cara untuk menurunkan tekanan darah. Factor pola makanan atau kepatuhan pada diet hipertensi merupakan suatu yang penting bagi penderita hipertensi. Sebaiknya pasien dengan tekanan darah tinggi harus menerapkan kepatuhan dalam melaksanakan diet saat terjadi sakit atau tidak ada gejala hipertensi. Upaya tetap diet hipertensi dimaksudkan agar tekanan darah tetap stabil agar terhindar dari hipertensi dan komplikasinya (Mapagerang & Alimin, 2018). Kepatuhan dapat terlaksana secara akan lebih baik jika seseorang menyadari manfaatnya dari diet yang sedang dijalani dan diperkuat dengan pengetahuan yang solid. Pengetahuan yang rendah tentang kepatuhan diet mengakibatkan menurunnya kesadaran akan pentingnya menjalani kepatuhan diet hipertensi, sehingga menimbulkan komplikasi yang berkelanjutan. Kepatuhan diet hipertensi dapat direalisasikan dengan baik jika pasien dapat konsisten dengan pelaksanaan diet yang sesuai dengan anjuran tenaga Kesehatan (Wahyudi et al., 2020). Dilatarbelakangi oleh fenomena tersebut, penelitian ini akan berfokus pada topik dengan judul” Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Diet Pada Lansia Dalam Pengendalian Hipertensi Di Puskesmas Kedungmundu”.

2. METODE

Studi ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan pendekatan studi korelasi. Penelitian ini menggunakan desain *cross-sectional study*, yang berarti data untuk variabel bebas dan variabel terikat dikumpulkan secara bersamaan tanpa melakukan tindakan tambahan (Notoatmojo, 2018). Studi ini mengkaji hubungan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet pada lansia dalam pengendalian hipertensi di Puskesmas Kedungmundu Kota Semarang.

Populasi dalam penelitian ini ialah semua pasien lansia memiliki hipertensi di Puskesmas Kedungmundu Kota Semarang sebanyak 866 orang pada bulan Mei dan Juni 2024. Teknik yang diterapkan dalam pengambilan sampel adalah *random sampling* di Puskesmas Kedungmundu. Penulis memilih sekitar 90 responden yang diharapkan dapat mewakili sampel

penelitian. Penelitian ini menetapkan kriteria inklusi sebagai berikut: Lansia yang sukarela berpartisipasi sebagai responden, lansia yang memiliki riwayat hipertensi, lansia dengan kelompok usia di atas 60 tahun, lansia yang hadir di lokasi penelitian saat dilaksanakan. Adapun kriteria eksklusi yaitu: lansia yang tidak menjalani pemeriksaan kesehatan secara menyeluruh dan lansia yang tidak hadir di lokasi penelitian atau tidak ada saat penelitian dilakukan.

Alat pengumpulan data dalam penelitian ini yaitu kuesioner. Alat pengumpulan data yang digunakan yakni kuesioner demografi, kuesioner dukungan keluarga yang terdiri dari 16 pertanyaan, kuesioner kepatuhan diet hipertensi yang terdiri dari 12 pertanyaan. Pengukuran kuesioner menggunakan skala *Likert* yang memiliki empat jawaban, masing-masing dengan nilai yang telah ditentukan. Kuesioner diadopsi peneliti dari penelitian (Oktaviani, 2022). Hasil uji validitas instrument dengan r_{tabel} 0,632 dengan menggunakan 30 responden. Hasil yang diperoleh $r_{hitung} > r_{tabel}$ (0,632) maka instrument tersebut valid (Setianingsih, 2017). Uji reliabilitas dalam penelitian ini dilakukan menggunakan program SPSS. Nilai Cronbach's Alpha yang diperoleh adalah 0,972. Hasil data menunjukkan bahwa instrumen tersebut reliabel karena nilai yang diperoleh melebihi 0,6 (Setianingsih, 2017).

3. HASIL

Table 1 Distribusi frekuensi karakteristik responden

Usia	Frekuensi	Persentase (%)
60-65 Tahun	34	37,8
66-75 Tahun	56	62,2
Total	90	100
Jenis Kelamin	Frekuensi	Persentase (%)
Laki-laki	39	43,3
Perempuan	51	56,7
Total	90	100
Pendidikan	Frekuensi	Persentase (%)
SD	14	15,6
SMP	38	42,2
SMA	28	31,1
Perguruan Tinggi	10	11,1
Total	90	100

Pekerjaan	Frekuensi	Persentase (%)
Bekerja	14	15,6
Tidak Bekerja	76	84,4
Total	90	100
Informasi	Frekuensi	Persentase (%)
Pernah	63	70,0
Tidak Pernah	27	30,0
Total	90	100

Table 2 Distribusi frekuensi dukungan keluarga

Dukungan Keluarga	Frekuensi	Persentase (%)
Baik	27	30,0
Cukup baik	57	63,3
Kurang baik	6	6,7
Total	90	100

Table 3 Distribusi frekuensi kepatuhan diet hipertensi

Kepatuhan Diet	Frekuensi	Persentase (%)
Patuh	27	30,0
Cukup patuh	57	63,3
Kurang patuh	6	6,7
Total	90	100

Table 4 Distribusi frekuensi hubungan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet hipertensi

Dukungan Keluarga	Kepatuhan Diet Hipertensi				r	p
	Patuh	Cukup Patuh	Kurang Patuh	Total		
Baik	24	3	0	27	0,877	0,000
Cukup Baik	3	54	0	57		
Kurang Baik	0	0	6	6		
Total	27	57	6	90		

Tabel 3.1 merupakan distribusi frekuensi responden berdasarkan usia, jenis kelamin, Pendidikan, pekerjaan, informasi diet hipertensi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa karakteristik responden berdasarkan usia, mayoritas adalah lansia dengan usia 66-75 tahun, sejumlah 56 orang (62,2%). Distribusi frekuensi menurut jenis kelamin mengungkapkan bahwa sebagian besar adalah lansia perempuan sejumlah 51 responden (56,7%). Distribusi frekuensi menurut pendidikan menunjukkan bahwa sebagian besar adalah lansia dengan pendidikan SMP sejumlah 38 responden (42,2%). Distribusi frekuensi menurut pekerjaan menunjukkan bahwa sebagian besar adalah lansia yang sudah tidak bekerja sejumlah 76 responden (84,4%). Distribusi frekuensi menurut akses informasi diet hipertensi menunjukkan bahwa sebagian besar adalah lansia yang pernah menerima informasi sejumlah 63 responden (70,0%).

Tabel 3.2 merupakan distribusi frekuensi responden menurut dukungan keluarga. Hasil penelitian menunjukkan bahwa orang lanjut usia menerima dukungan keluarga dengan baik yaitu sebanyak 27 (30,0%) responden, cukup baik sebanyak 57 (63,3%) responden, kurang baik sebanyak 6 (6,7%) responden.

Tabel 3.3 merupakan distribusi frekuensi responden menurut kepatuhan diet. Hasil penelitian menunjukkan lansia yang patuh terhadap diet yaitu sebanyak 27 (30,0%) responden, cukup patuh sebanyak 57 (63,3%) responden, kurang patuh sebanyak 6 (6,7%) responden.

Berdasarkan tabel 4 Studi menemukan bahwa dukungan keluarga berperan penting dalam meningkatkan kepatuhan diet pada lansia penderita hipertensi di Puskesmas Kedungmundu Kota Semarang yang ditunjukkan dengan nilai *pvalue* signifikan 0,000 atau ($p \leq 0,05$) dengan keeratan hubungan sangat erat ($r=0,877$), Ada hubungan antara dukungan keluarga dan kepatuhan diet pada orang tua dalam pengendalian hipertensi di Puskesmas Kedungmundu Kota Semarang, sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima.

Diskusi

Hasil penelitian menunjukkan bahwa hipertensi lebih umum terjadi pada lansia, terutama pada kelompok usia 66 hingga 75 tahun, di mana 62,2% responden berada dalam rentang usia ini. Penuaan menyebabkan peningkatan tekanan sistolik sekitar 20 mmHg karena penurunan fungsi organ tubuh dan peningkatan kekakuan pembuluh darah, yang berkontribusi pada terjadinya hipertensi (Nopa, 2020). Penelitian lain juga mendukung temuan ini, dengan (Akhirana, Marni, 2024) mencatat bahwa 60% responden berusia 66-70 tahun mengalami hipertensi, sedangkan (Widia Cahyani Hia, 2023) melaporkan bahwa 64% responden berusia di atas 60 tahun menderita kondisi serupa.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa 56,7% responden yang mengalami hipertensi adalah wanita lanjut usia. Wanita yang telah menopause, mulai dari usia 45 tahun, lebih rentan terhadap hipertensi akibat penurunan kadar estrogen, yang berkontribusi pada peningkatan tekanan darah melalui mekanisme seperti atherosclerosis (Aristoteles, 2018). Penelitian oleh (Megawani & Said, 2023) mengungkapkan bahwa 66% wanita mengalami hipertensi, lebih tinggi dibandingkan pria, yang mulai menunjukkan tanda hipertensi di akhir usia 30-an. Setelah menopause, risiko hipertensi pada wanita meningkat secara signifikan, terutama setelah usia 55 tahun. (Amelia & Kurniawati, 2020) juga mencatat bahwa 62,4% wanita mengalami hipertensi, dengan faktor kebiasaan sehari-hari seperti penggunaan penyedap rasa dan pola makan yang kurang sehat berkontribusi terhadap kondisi ini. Di sisi lain, pria memiliki risiko hipertensi karena kebiasaan merokok dan konsumsi kopi (Amelia & Kurniawati, 2020). Namun, penelitian oleh (Widia Cahyani Hia, 2023) menunjukkan bahwa prevalensi hipertensi pada pria mencapai 54%, yang lebih tinggi dibandingkan wanita. Hal ini disebabkan oleh kebiasaan merokok yang menyebabkan penyempitan pembuluh darah. Secara keseluruhan, wanita di atas usia 50 tahun memiliki risiko hipertensi yang lebih tinggi dibandingkan pria pada kelompok usia yang sama, terutama setelah menopause ketika kadar estrogen menurun.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa 42,2% orang yang mempunyai pendidikan menengah pertama, yang tidak sejalan dengan beberapa penelitian lain. (Amelia & Kurniawati, 2020) mencatat bahwa 53,8% responden berpendidikan sekolah dasar, sedangkan (Akhirana, Marni, 2024) menemukan 60% responden dengan pendidikan yang sama. (Megawani & Said, 2023) melaporkan bahwa 50,9% responden berpendidikan sekolah menengah atas. Pendidikan berperan penting dalam pengembangan keterampilan, pola pikir, dan kesadaran individu. Individu dengan tingkat pendidikan tinggi cenderung memiliki pemahaman yang lebih baik terkait kesehatan dan kepatuhan terhadap diet anti hipertensi. Sebaliknya, individu dengan pendidikan rendah cenderung kurang memahami pentingnya pola hidup sehat dan diet hipertensi, yang dapat mengakibatkan pengendalian kesehatan yang buruk (Amelia & Kurniawati, 2020). Secara keseluruhan, penelitian menunjukkan bahwa tingkat pendidikan memengaruhi pengetahuan dan sikap terhadap pengendalian hipertensi. Individu dengan pendidikan tinggi lebih mungkin untuk mengadopsi gaya hidup sehat dan mengikuti anjuran kesehatan dibandingkan mereka yang berpendidikan rendah.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa 84,4% responden adalah lansia yang sudah tidak bekerja. Temuan ini sejalan dengan penelitian oleh (Megawani & Said, 2023) yang mencatat 75,5% responden tidak bekerja, dan (Amelia & Kurniawati, 2020) yang melaporkan 32,3% responden dalam kategori yang sama. Kejadian hipertensi dipengaruhi oleh tingkat ekonomi

dan jenis pekerjaan, di mana stres akibat faktor-faktor seperti masalah ekonomi dan beban kerja dapat menyebabkan gejala fisik terkait hipertensi (Helni, 2020). Stres yang dialami ibu rumah tangga akibat pekerjaan rumah yang berlebihan dapat mengurangi waktu untuk aktivitas fisik seperti olahraga, sehingga diet hipertensi tidak dapat diterapkan dengan baik (Amelia & Kurniawati, 2020). Kombinasi antara tingkat ekonomi, jenis pekerjaan, dan stres berkontribusi pada peningkatan risiko hipertensi. Oleh karena itu, penting untuk meningkatkan kesadaran dan pendidikan mengenai kesehatan untuk mengurangi dampak negatif dari faktor-faktor ini.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa 70,0% responden, atau 63 orang, telah memperoleh informasi mengenai diet untuk hipertensi sebelumnya. Temuan ini sejalan dengan penelitian oleh (Widia Cahyani Hia, 2023) yang mencatat bahwa 47% responden memiliki akses informasi diet hipertensi yang baik, serta penelitian oleh (Megawani & Said, 2023) melaporkan 58,5% responden mendapatkan akses informasi. Pengetahuan tentang hipertensi sangat penting untuk mengontrol tekanan darah dan mencegah komplikasi. Proses penginderaan, terutama melalui indra penglihatan dan pendengaran, berperan dalam pembentukan pengetahuan. Teori PreceDe-ProCeEd oleh Lawrence Green (1980) menekankan bahwa pengetahuan, sikap, dan kepercayaan memengaruhi perilaku kesehatan individu. Semakin tinggi pengetahuan seseorang tentang hipertensi, semakin tinggi kepatuhan mereka terhadap program pengobatan (Assyfa et al., 2024). Pendidikan dan informasi yang baik mengenai hipertensi berkontribusi pada peningkatan pengetahuan dan kepatuhan individu dalam pengobatan, yang pada gilirannya membantu dalam pengelolaan kondisi kesehatan ini secara efektif.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa 63,3% responden, atau 57 orang, menerima dukungan keluarga yang cukup baik. Temuan ini sejalan dengan penelitian oleh (Megawani & Said, 2023), yang mencatat bahwa 43,4% responden mendapatkan dukungan yang baik. Namun, berbeda dengan penelitian (Widia Cahyani Hia, 2023), yang menunjukkan bahwa 41% responden mengalami dukungan kurang baik. Dukungan keluarga mencakup berbagai bentuk, seperti dukungan emosional (perhatian dan kasih sayang), dukungan informasi (saran dan nasihat), serta dukungan instrumental (bantuan tenaga, finansial, atau waktu) (Nita, Y., & Oktavia, 2018). Keluarga berperan sebagai sistem pendukung yang penting dalam menjaga kesehatan dan produktivitas anggotanya (Amelia & Kurniawati, 2020). Dukungan keluarga yang komprehensif sangat penting untuk kesehatan anggota keluarga. Sesuai dengan Undang-Undang No. 13 Tahun 1998, pemerintah, masyarakat, dan keluarga memiliki tanggung jawab dan posisi dalam meningkatkan kesejahteraan sosial orang tua. Namun, masih ada sebagian lansia yang tidak mendapatkan dukungan dari keluarganya.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa 63,3% responden atau 57 orang, memiliki tingkat kepatuhan yang cukup baik terhadap diet hipertensi. Hasil ini sepadan dengan studi yang dipublikasikan oleh (Megawani & Said, 2023) yang mencatat bahwa 43,4% responden menunjukkan kepatuhan yang cukup baik, dan (Amelia & Kurniawati, 2020) yang menemukan 68,8% responden berada dalam kategori yang sama. Kepatuhan didefinisikan sebagai sejauh mana individu mengikuti aturan dan menerapkan perilaku yang dianjurkan. Terdapat dua kategori kepatuhan: kepatuhan penuh dan ketidakpatuhan (Susanti, 2019). Kepatuhan terhadap diet hipertensi dipengaruhi oleh berbagai faktor, termasuk dukungan dari keluarga. Dukungan keluarga yang baik memungkinkan penderita untuk menjalankan diet dengan lebih baik karena mereka mendapatkan perhatian dan bimbingan terkait kebutuhan makanan dan minuman (Amelia & Kurniawati, 2020). Secara keseluruhan, penderita hipertensi membutuhkan dukungan keluarga untuk meningkatkan kepatuhan mereka terhadap diet yang diperlukan untuk mengontrol kondisi kesehatan mereka. Dengan perhatian dan bimbingan dari keluarga, individu lebih mungkin untuk mematuhi anjuran diet dan menjaga kesehatan mereka.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 90 responden, sebagian besar menerima dukungan keluarga yang baik, dan 86 orang menunjukkan tingkat kepatuhan yang cukup tinggi terhadap diet hipertensi. Analisis statistik menggunakan uji Sommer menghasilkan nilai p-value sebesar 0,000 ($p \leq 0,05$), dengan koefisien korelasi $r = 0,877$, yang menunjukkan hubungan positif yang signifikan antara dukungan keluarga dan kepatuhan terhadap diet hipertensi pada orang tua. Dengan demikian, hipotesis alternatif (H_a) diterima dan hipotesis nol (H_0) ditolak, mengindikasikan adanya hubungan signifikan antara dukungan keluarga dan kepatuhan diet pada lansia dalam pengendalian hipertensi di Puskesmas Kedungmundu. Dukungan keluarga terdiri dari bermacam-macam bentuk pelayanan, seperti dukungan emosional, informasi, instrumental, dan penghargaan. Dukungan keluarga terbukti efektif dalam meningkatkan kepatuhan diet pada lansia dengan hipertensi. Keluarga berperan penting dalam memberikan penghargaan dan dukungan yang membuat lansia merasa dihargai dan dicintai. Jika dukungan keluarga diberikan dengan baik, maka kepatuhan lansia terhadap program diet hipertensi akan meningkat. Sebaliknya, kurangnya dukungan dapat mengurangi motivasi lansia untuk menjalankan diet atau pengobatan yang diperlukan. Secara keseluruhan, penelitian ini menyimpulkan bahwa semakin baik dukungan yang diberikan oleh keluarga, Keluarga mendukung, semakin tinggi kepatuhan lansia terhadap diet hipertensi.

4. KESIMPULAN

Berdasarkan temuan penelitian dan analisis terkait hubungan dukungan keluarga terhadap kepatuhan diet pada lansia dalam pengendalian hipertensi di Puskesmas Kedungmundu Kota Semarang, yang dilaksanakan pada bulan November 2024 dengan jumlah sampel sebanyak 90 responden, Berdasarkan analisis bivariat, hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat korelasi signifikan antara dukungan keluarga dan kepatuhan diet pada penderita hipertensi, sehingga dapat disimpulkan bahwa keduanya saling berhubungan, yang ditunjukkan oleh pvalue 0,000 dan keeratan hubungan sangat erat ($r=0,877$), maka ada hubungan positif antara dukungan keluarga dan kepatuhan lansia terhadap diet hipertensi; semakin besar dukungan yang diberikan, semakin tinggi pula tingkat kepatuhannya.

DAFTAR PUSTAKA

- Adam, L. (2019). Determinan Hipertensi Pada Lanjut Usia. *Jambura Health and Sport Journal*, 1(2), 82–89. <https://doi.org/10.37311/jhsj.v1i2.2558>
- Akhirana, Marni, M. (2024). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Diet Lansia Pada Penderita Hipertensi Di Puskesmas Pajang Surakarta 1*. *Ilmiah Keperawatan*, 12(2), 322–341. <https://doi.org/10.52236/ih.v12i2.649>
- Amelia, R., & Kurniawati, I. (2020). Hubungan Dukungan Keluarga Terhadap Kepatuhan Diet Hipertensi Pada Penderita Hipertensi Di Kelurahan Tapos Depok Relationship Of Family Support To Hypertensity Diet Compliance In Hypertension Patients At Kelurahan Tapos Depok. *Jurnal Kesehatan Saelmakers Perdana*, 3(1), 77–90. <http://ojs.ukmc.ac.id/index.php/JOH>
- Aristoteles. (2018). Korelasi umur dan jenis kelamin dengan penyakit hipertensi di emergency center unit Rumah Sakit Islam Siti Khadijah Palembang 2017. *Indonesia Jurnal Perawat*, 3(1), 9–16.
- Assyfa, N., Hoedaya, A. P., & Inriyana, R. (2024). Hubungan Pengetahuan dengan Kepatuhan Pencegahan Komplikasi pada Penderita Hipertensi. *Jurnal Keperawatan Florence Nightingale*, 7(1), 13–21. <https://doi.org/10.52774/jkfn.v7i1.129>
- Asyrofi, Ahmad, A. M. S. (2017). Perbedaan Penatalaksanaan Diet Hipertensi Pada Berbagai Tingkat Pengetahuan Dan Dukungan Keluarga Ahmad Asyrofi, Setianingsih, Ahmad Munthoha. 5, 169–176.
- Bisnu, M. I. K. H., & Kepel, B. J. (2017). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Derajat Hipertensi Di Puskesmas Ranomuut Kota Manado. 5(1).
- Djatkiko, M. (2022). Dinas Kesehatan Kota Semarang. 6(1), 1–6. <https://pustakadata.semarangkota.go.id/upload/pdf/451-profil-kesehatan-2022.pdf>

- Erni Tri Indarti, Puji Astutik, & Binti Jumi Astutik. (2024). Description of Family Support for the Elderly Hypertension. *Journal for Research in Public Health*, 5(2), 62–66. <https://doi.org/10.30994/jrph.v5i2.64>
- Firdaus, N. (2019). Buku Ajar Keperawatan Keluarga. <https://askepbukumaternitas.com>
- Hanum, P., & Lubis, R. (2017). Hubungan Karakteristik Dan Dukungan Keluarga Lansia Dengan Kejadian Stroke Pada Lansia Hipertensi Di Rumah Sakit Umum Pusat Haji Adam Malik Medan Support from the Elderly Families, Stroke in the Elderly with Hypertension. *Jumantik*, 3(1), 72–88.
- Harjo, M. S., Setiyawan, S., & Rizqie, N. S. (2019). Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Hipertensi Dengan Sikap Dalam Pencegahan Komplikasi Hipertensi Pada Lansia Peserta Prolanis Upt Puskesmas Jenawi Karanganyar. *PLACENTUM: Jurnal Ilmiah Kesehatan dan Aplikasinya*, 7(2), 34. <https://doi.org/10.20961/placentum.v7i2.29734>
- Hasanah, U. (2019). Tekanan Darah Tinggi (Hipertensi). *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 7(1), 87. <https://p2ptm.kemkes.go.id/uploads/2016/10/Tekanan-Darah-Tinggi-Hipertensi.pdf>
- Helni, H. (2020). Faktor Yang Berhubungan dengan Kejadian Hipertensi di Provisi Jambi. *Jurnal kesehatan Masyarakat Indonesia*, 15(2), 34.
- Inayati, H., & Hasanah, L. (2022). Gambaran Dukungan Keluarga Dengan Kehadiran Lansia Pada Posyandu Lansia Di Desa Errabu Kecamatan Bluto. Cetak) *Journal of Innovation Research and Knowledge*, 2(7), 1–8.
- Isroin, L., Andarmoyo, S., & Prihartono, W. (2019). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Pemenuhan Diet Pada Penderita Hipertensi Desa Demangan, Kecamatan Siman, Kabupaten Ponorogo. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Ponoroho Health Sciences Journal*, 3(1).
- Kemenkes RI. (2020). Injeksi 2018. In *Health Statistics*. <https://www.kemkes.go.id/downloads/resources/download/pusdatin/profil-kesehatan-indonesia/profil-kesehatan-indonesia-2018.pdf>
- Limbong, V. A., Rumayar, A., & Kandou, G. D. (2018). Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Dengan Kejadian 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)*, 7(1), 1–8.
- Mardiana, Sri Siska Faridah, & Subiwati, badar baru wibowo. (2021). Hubungan Tingkat Pendidikan Dengan Kepatuhan Minum. 628–635.
- Megawani, F., & Said, F. F. I. (2023). Hubungan Dukungan Keluarga dengan Kepatuhan Diet Hipertensi Pada Lansia di Puskesmas Harapan Kabupaten Jayapura. *Prosiding STIKES Bethesda*, 2(1), 161–166.
- Nade, M. S., & Rantung, J. (2020). Dukungan Keluarga Dan Kepatuhan Minum Obat Terhadap Lansia Dengan Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Parongpong Kabupaten Bandung Barat. 4(1).

- Nita, Y., & Oktavia, D. (2018). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Diet Pasien Hipertensi Di Puskesmas Payung Sekaki Pekanbaru. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 6(1), 90–97.
- Nopa, I. (2020). Deteksi Dini Hipertensi Pada Lansia. *JURNAL IMPLRMENTA HUSADA*, 2507, 1–9.
- Notoatmojo, S. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Rineka Cipta.
- Oktaviani, N. H. (2022). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Diet Pasien Lansia Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Cepiring Kabupaten Kendal. 9, 356–363.
- Palimbong, S., Kurniasari, M. D., & Kiha, R. R. (2018). Keefektifan Diet Rendah Garam I Pada Makanan Biasa Dan Lunak Terhadap Lama Kesembuhan Pasien Hipertensi. 3(1).
- Saleh, N., Wowor, R., & Adam, H. (2021). Hubungan Antara Memberi Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Minum Obat Pada Pasien Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Kombos Kecamatan Singkil Kota Manado. *Jurnal KESMAS*, 10(1), 165–175.
- Sastroasmoro, S., & Ismail, S. (2014). *Dasar-Dasar Metodologi Penelitian Klinis* (Edisi ke-5). CV. Sagung Seto.
- Setianingsih, D. R. (2017). Hubungan dukungan keluarga dengan diet hipertensi pada lansia. *Stikes ICMe*.
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif* (Sutopo (ed.). ALFABETA.
- Suputra, I. P. S. (2020). Asuhan Keperawatan Gerontik Pada Klien Ny.A dengan Hipertensi di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas 1 Denpasar Selatan. http://repository.itekes-bali.ac.id/medias/journal/KTI_Suprianto_suputra-dikonversi.pdf
- Susanti, M. L., & Sulistyarini, T. (2018). Dukungan Keluarga Meningkatkan Kepatuhan Diet Pasien Diabetes Mellitus Di Ruang Rawat Inap Rs. Baptis Kediri. *Penelitian STIKES RS Babtis Kediri*, 340(7743), 21–30.
- Susanti. (2019). Kepatuhan Diet Dengan Kejadian Komplikasi Pada Penderita Hipertensi Di Puskesmas Sidotopo Wetan Surabaya. *Adi Husada Nursing Journal*, 5(1), 30–36.
- Sutrisno, Widayati, C. N., & Radate. (2020). Hubungan Tingkat Pendidikan dan Sikap Terhadap Perilaku Pengendalian Hipertensi Pada Lansia. *The Shine Cahaya Dunia Ners*, 3(2), 16–27.
- Tarigan, A. R., Lubis, Z., & Syarifah, S. (2018). Pengaruh Pengetahuan, Sikap Dan Dukungan Keluarga Terhadap Diet Hipertensi Di Desa Hulu Kecamatan Pancur Batu Tahun 2016. *Jurnal Kesehatan*, 11(1), 9–17. <https://doi.org/https://doi.org/10.24252/kesehatan.v11i1.5107>
- Unger, T., Borghi, C., Charchar, F., Khan, N. A., Poulter, N. R., Prabhakaran, D., Ramirez, A., Schlaich, M., Stergiou, G. S., Tomaszewski, M., Wainford, R. D., Williams, B., & Schutte, A. E. (2020). 2020 International Society of Hypertension Global Hypertension Practice Guidelines. *Hypertension*, 75(6), 1334–1357. <https://doi.org/10.1161/HYPERTENSIONAHA.120.15026>

- Utami, S. M. W. (2018). Dukungan Keluarga Dalam Melaksanakan Tugas Keperawatan Keluarga Pada Klien Hipertensi Di Rw 07 Kelurahan Pacar Kembang Surabaya. *Jurnal Keperawatan*, 11(3), 147–153. <http://journal.poltekkesdepkes-sby.ac.id/index.php/KEP/article/view/1474>
- 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), 110–117. <https://doi.org/10.33024/hjk.v14i1.1843>
- Welviana, I., Waliyo, E., Gz, S., Gizi, M., Gizi, J., & Pontianak, P. K. (2018). GAMBARAN UMUM SISA MAKANAN DAN STATUS GIZI PADA PASIEN HIPERTENSI YANG MENERIMA DIET RENDAH GARAM DI RUMAH SAKIT SULTAN. 01(01), 1–4.
- Widia Cahyani Hia, M. A. (2023). HubunganTingkat Pengetahuan dan Dukungan Keluarga DenganKepatuhan Diet Pasien Hipertensidi Rumah Sakit Jakarta. *Journal of Pubnursing Sciences*, 1(2), 13–19. <https://journal.pubsains.com/index.php/jps>
- Yan, L. S., Tinggi, S., Kesehatan, I., & Ibu, H. (2018). Pengalaman Diet Lansia Perempuan Penderita Hipertensi. 2(1), 65–82.
- Yosfand, N. Z., Yulia Rizka, & Elita, V. (2022). Hubungan Lama Menderita Hipertensi Dan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Diet Pada Pasien Hipertensi Di Puskesmas Simpang Tiga. *Riau Nursing Journal*, 1(1), 51–59. <https://doi.org/10.31258/rnj.1.1.51-59>
- Yuswatiningsih, E., & Suhariati, H. I. (2021). Hubungan tingkat pendidikan dengan kemandirian lansia dalam memenuhi kebutuhan sehari hari. *Hospital Majapahit*, 13(1), 61–70.