



Hubungan antara Dukungan Keluarga dengan Kepatuhan Diet Hipertensi pada Lansia di Posbindu Lansia Al Fatima Puskesmas Cibeber Cianjur Tahun 2025

The Relationship between Family Support and Hypertension Diet Compliance in the Elderly at the Al Fatima Elderly Posbindu, Cibeber Community Health Center, Cianjur in 2025

Berlian Kaneshia Siregar¹, Lannasari², Nurul Ainul Shifa³

Universitas Indonesia Maju

Email Korespondensi : kaneshiasiregar@gmail.com

Article Info

Article history:

Received : 08-04-2026

Revised : 10-04-2026

Accepted : 12-04-2026

Published : 14-04-2026

Abstract

Hypertension is a chronic disease that is often experienced by the elderly and can cause serious complications if not controlled, one of which is through adherence to a hypertension diet. The success of diet implementation is greatly influenced by family support. This study aims to determine the relationship between family support and adherence to a hypertension diet in the elderly at the Al Fatima Elderly Posbindu, Cibeber Health Center, Cianjur in 2025. This study used a quantitative design with a cross-sectional approach to 30 respondents. Data collection was carried out using a questionnaire, then analyzed univariately and bivariately using the Spearman Rank test. The results showed that most respondents had good family support (93.8%) and compliant diet compliance (90.6%). The results of the statistical test showed a p value = 0.043 and a correlation coefficient $r = 0.360$, which means there is a positive relationship with moderate strength between family support and adherence to a hypertension diet. It can be concluded that the better the family support, the better the elderly's adherence to a hypertension diet.

Keywords: *family support, dietary compliance, hypertension, elderly*

Abstrak

Hipertensi merupakan salah satu penyakit kronis yang banyak dialami lansia dan dapat menimbulkan komplikasi serius apabila tidak dikendalikan, salah satunya melalui kepatuhan diet hipertensi. Keberhasilan pelaksanaan diet sangat dipengaruhi oleh dukungan keluarga. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan keluarga dengan kepatuhan diet hipertensi pada lansia di Posbindu Lansia Al Fatima Puskesmas Cibeber Cianjur Tahun 2025. Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif dengan pendekatan cross sectional terhadap 30 responden. Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner, kemudian dianalisis secara univariat dan bivariat menggunakan uji Rank Spearman. Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar responden memiliki dukungan keluarga baik (93,8%) dan kepatuhan diet yang patuh (90,6%). Hasil uji statistik menunjukkan nilai $p = 0,043$ dan koefisien korelasi $r = 0,360$, yang berarti terdapat hubungan positif dengan kekuatan sedang antara dukungan keluarga dan kepatuhan diet hipertensi. Dapat disimpulkan bahwa semakin baik dukungan keluarga, maka semakin baik pula kepatuhan lansia dalam menjalankan diet hipertensi.

Kata kunci: *dukungan keluarga, kepatuhan diet, hipertensi, lansia*

PENDAHULUAN

Lanjut usia (lansia) merupakan tahap akhir dalam siklus kehidupan manusia yang ditandai dengan proses menua secara alami. Menua bukanlah suatu penyakit, melainkan proses biologis



yang terjadi secara perlahan dan progresif. Pada tahap ini, terjadi penurunan kemampuan fisiologis tubuh serta meningkatnya kerentanan terhadap penyakit kronis, salah satunya adalah hipertensi (Nugroho, 2008). Hipertensi, atau tekanan darah tinggi, merupakan penyakit yang sering disebut sebagai silent killer karena tidak menunjukkan gejala yang jelas namun dapat menimbulkan komplikasi serius seperti stroke, gagal ginjal, dan serangan jantung jika tidak dikontrol dengan baik.

Menurut World Health Organization (2023), lebih dari 1 miliar orang di dunia menderita hipertensi, dan prevalensinya terus meningkat seiring bertambahnya populasi lansia. Di Indonesia, data Riskesdas tahun 2018 menunjukkan bahwa prevalensi hipertensi pada kelompok usia ≥ 60 tahun mencapai 63,9%. Hal ini menunjukkan bahwa hipertensi merupakan masalah kesehatan masyarakat yang sangat signifikan, khususnya di kalangan lansia.

Salah satu cara yang dapat dilakukan untuk mengendalikan hipertensi tanpa obat adalah melalui diet hipertensi., seperti membatasi konsumsi garam, makanan tinggi lemak jenuh, serta meningkatkan asupan sayur dan buah. Namun, keberhasilan pengendalian hipertensi melalui diet sangat ditentukan oleh kepatuhan lansia terhadap anjuran diet, yang dalam praktiknya tidak hanya bergantung pada pengetahuan lansia itu sendiri, tetapi juga pada dukungan keluarga.

Berdasarkan hasil wawancara dengan perawat yang bertugas di Posyandu Lansia Al-Fatima Cibeber, yaitu ibu Eva Nuraida, A.Md.Kep diperoleh gambaran bahwa kegiatan penyuluhan dan pemeriksaan tekanan darah bagi lansia hipertensi telah dilakukan secara rutin setiap bulan. Materi edukasi tentang diet hipertensi juga sudah disampaikan berulang kali, baik melalui sesi penyuluhan maupun saat pemeriksaan berlangsung. Namun demikian, pemantauan terhadap kepatuhan diet lansia secara menyeluruh belum dapat dilakukan secara optimal, mengingat keterbatasan waktu dan sumber daya untuk memantau secara langsung konsumsi makanan dan minuman para lansia di rumah masing-masing. Oleh karena itu, perawat menyampaikan bahwa keberhasilan program diet hipertensi sangat bergantung pada dukungan keluarga terdekat. Sayangnya, biasanya tidak semua keluarga terlibat aktif dalam mendampingi lansia untuk menerapkan pola makan yang sehat.

Sebagai tenaga kesehatan Perawat sudah berupaya memberikan edukasi dan pemeriksaan secara rutin kepada lansia, tapi untuk keberhasilan jangka panjang terutama dalam hal kepatuhan terhadap diet hipertensi kami sangat mengandalkan peran serta Dukungan keluarga, karena mereka yang berada paling dekat dan bisa membantu mengawasi asupan makanan lansia setiap hari. (Eva Nuraida, A.Md.Kep)

Dukungan keluarga merupakan salah satu bentuk dukungan sosial yang sangat berperan dalam meningkatkan kepatuhan lansia terhadap perawatan dan pengelolaan penyakit kronis, seperti hipertensi. Menurut House (1981), dukungan sosial, termasuk dari keluarga, terdiri dari empat jenis dukungan utama, yaitu: Dukungan Emosional, Dukungan Instrumental, Dukungan Informasional, Dukungan Penghargaan.

Fenomena yang terjadi di wilayah kerja Puskesmas Cibeber, Cianjur, khususnya di Posyandu Lansia Al-Fatima Desa Cikondang, menyajikan sebuah ironi yang menarik untuk diteliti. Posyandu ini dikenal sebagai salah satu posyandu lansia paling aktif dan bahkan pernah menjadi percontohan Sekolah Lansia se-Jawa Barat. Kegiatan yang dilakukan meliputi senam lansia, pemeriksaan tekanan darah secara berkala, penyuluhan kesehatan, serta kegiatan produktif seperti



pelatihan keterampilan. Para lansia di wilayah ini dikenal aktif, semangat, dan partisipatif, baik secara fisik maupun sosial.

Namun, berdasarkan data studi pendahuluan pada 04 Juli 2025, ditemukan fakta yang cukup mengkhawatirkan. Dari total 75 orang lansia yang aktif mengikuti kegiatan pada tahun 2024, sebanyak 54 orang terdiagnosis hipertensi, dan 27 orang di antaranya meninggal dunia akibat komplikasi hipertensi. Pada tahun 2025, jumlah lansia yang rutin datang ke posyandu menurun menjadi 45 orang, dan 30 orang di antaranya masih mengalami hipertensi.

Lebih jauh, hasil wawancara dengan perawat menunjukkan bahwa, meskipun mereka telah didiagnosis dan dianjurkan untuk menjalani pengobatan rutin di Puskesmas Cibeber, kenyataannya sebagian besar lansia tersebut tidak mengikuti anjuran tersebut. Mereka hanya datang saat kegiatan posyandu lansia yang diadakan dua kali dalam sebulan, dan tidak melakukan kunjungan ke Puskesmas untuk kontrol lanjutan atau pengambilan obat secara rutin. Padahal, pengelolaan hipertensi membutuhkan pemantauan dan perawatan yang berkelanjutan agar tidak menimbulkan komplikasi serius. (Eva Nuraida, A.Md.Kep)

Berdasarkan studi pendahuluan pada 1 Juli 2025 di Posyandu Lansia RT 01/RW 02 Desa Cikondang, diketahui bahwa dukungan keluarga terhadap pelaksanaan diet hipertensi pada 10 lansia masih sangat rendah. Sebagian besar lansia tidak mendapatkan dukungan emosional (9 orang), dukungan instrumental seperti bantuan menyiapkan makanan sehat (8 orang), maupun dukungan informasional terkait diet hipertensi (9 orang). Selain itu, seluruh responden (10 orang) tidak pernah menerima umpan balik atau evaluasi dari keluarga mengenai pola makan mereka. Temuan ini menunjukkan bahwa dukungan keluarga dalam membantu lansia menjalankan diet hipertensi masih sangat minim.

Rendahnya dukungan keluarga ini berkorelasi dengan temuan mengenai kepatuhan lansia terhadap diet hipertensi. Dari data hasil studi pendahuluan yang diwawancarai terhadap 10 orang responden lansia di RT 01/RW 02, Desa Cikondang, Kecamatan Cibeber, 9 orang responden tidak patuh dalam menghindari makanan asin (seperti ikan asin). Pola serupa juga terlihat dalam pengurangan konsumsi garam, di mana 9 orang responden tidak patuh. Untuk indikator makan sayur dan buah, 6 orang responden yang masih belum memenuhi anjuran tersebut. Dalam hal kepatuhan terhadap anjuran dokter, 8 orang responden dinyatakan tidak patuh, artinya mereka tidak secara aktif mengikuti saran atau pengobatan yang diberikan oleh tenaga kesehatan. Terakhir, 10 orang lansia diketahui masih mengonsumsi gorengan, yang merupakan jenis makanan yang seharusnya dihindari oleh penderita hipertensi karena tinggi lemak jenuh dan garam.

Temuan ini memperlihatkan bahwa rendahnya dukungan keluarga dalam aspek emosional, instrumental, informasional, dan penilaian berkaitan erat dengan rendahnya kepatuhan lansia terhadap berbagai komponen penting dalam diet hipertensi. Oleh karena itu, penting untuk meneliti lebih lanjut hubungan antara dukungan keluarga dan kepatuhan diet hipertensi agar dapat dirancang intervensi yang efektif untuk meningkatkan kesehatan lansia.

Berdasarkan uraian diatas, hal ini menjadi alasan kuat bagi peneliti untuk mengkaji lebih dalam Hubungan Antara Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Diet Hipertensi Pada Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Cibeber Cianjur. Penelitian ini penting untuk dilakukan sebagai upaya memahami faktor penyakit yang mungkin selama ini luput dari perhatian, serta memberikan



masukannya konkret bagi upaya promotif dan preventif dalam penanganan hipertensi pada lansia. Terutama dalam konteks bahwa hipertensi bukan hanya masalah medis, melainkan juga erat kaitannya dengan lingkungan sosial terdekat lansia, yaitu keluarganya.

METODE

Jenis penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif yang bersifat deskriptif analitik yaitu menganalisa sejauh mana dukungan keluarga dengan kepatuhan diet hipertensi di Wilayah kerja Puskesmas Cibeber, Cianjur, khususnya di Posyandu Lansia Al-Fatima Desa Cikondang, seperti kebiasaan makan. Populasi dalam penelitian ini adalah semua warga lansia yang berpotensi menderita hipertensi di Posyandu Lansia Al-Fatima Desa Cikondang, sebanyak 30 lansia. Untuk pengambilan besaran sampel dari populasi, menggunakan teknik total sampling yaitu teknik pengambilan sampel dimana jumlah sampel sama dengan populasi (Sugiyono, 2011).

Instrument penelitian ini menggunakan dua Kuesione, Kuesioner Dukungan Keluarga dan Kuesioner Kepatuhan Diet Hipertensi. Kuesioner tersebut tidak dilakukan uji validitas dan reliabilitas oleh peneliti karena kuesioner tersebut sudah baku dan valid.

HASIL PENELITIAN

1. Analisa Data Univariat

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Dukungan Keluarga Lansia Di Rw 02 Desa Cikondang Agustus 2025

Dukungan Keluarga	n=30 Frekuensi (n)	Persentase (%)
Baik	28	93,8
Cukup	2	6,2
Kurang	0	0
Total	30	100,0

Berdasarkan tabel 1. menunjukkan bahwa dukungan keluarga lansia dalam kategori baik sebanyak 28 responden (93,8%).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Kepatuhan Diet Hipertensi Lansia Di RW 02 Desa Cikondang Agustus 2025 n=30

Kepatuhan Diet Hipertensi	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Patuh	28	90,6
Tidak patuh	2	9,4
Total	30	100,0

Berdasarkan tabel 2. menunjukkan bahwa Sebagian besar responden patuh terhadap diet hipertensi sebanyak (28) responden (90,6%).



2. Analisa data Bivariat

Tabel 3. Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Diet Hipertensi Pada Lansia di RW 02 Desa Cikondang Agustus 2025 (n = 30)

Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Diet Hipertensi Pada Lansia Di Rw 02 Desa Cikondang Agustus 2025 n=30								
Dukungan Keluarga	kepatuhan						P value	Rho
	Patuh		Tidak Patuh		Total			
	N	%	N	%	N	%		
Baik	28	87,5	2	6,2	30	93,8	0,043	0,360
Cukup	1	3,1	1	3,1	2	6,2		
Kurang	0	00,0	0	00,0	0	00,0		
Total	29	90,6	3	9,4	32	100,0		

Dari tabel 3. Hasil uji Rank Spearman diperoleh nilai p-value sebesar 0,043 dan nilai koefisien korelasi (rho) sebesar 0,360. Karena nilai p-value < 0,05 maka Ho ditolak dan Ha diterima, yang berarti terdapat hubungan antara dukungan keluarga dengan kepatuhan diet hipertensi pada lansia. Nilai koefisien korelasi menunjukkan hubungan sedang dengan arah hubungan positif, artinya semakin baik dukungan keluarga maka semakin baik pula kepatuhan diet hipertensi.

PEMBAHASAN

1. Gambaran Dukungan Keluarga

Hasil penelitian pada data dukungan keluarga paling banyak dengan dukungan keluarga baik yaitu sebanyak 30 orang (93,8%). Dan dukungan keluarga cukup sebanyak 2 orang (6,2%). Menurut teori dukungan keluarga berhubungan dengan kepatuhan diet hipertensi pada lansia. Dalam penelitian ini terdapat 12 kuesioner terdiri dari beberapa bentuk dukungan keluarga. Kuesioner 1-2 bentuk dukungan emosional, kuesioner 3-4 bentuk dukungan penghargaan, kuesioner 5-8 bentuk dukungan instrumental, kuesioner 9-12 bentuk dukungan informasional. Hal ini menunjukkan hampir seluruh lansia mempunyai dukungan keluarga yang baik. Berdasarkan hasil penelitian kuesioner dukungan keluarga dukungan emosional yang dirasakan pasien hipertensi ditunjukkan dengan keluarga tetap mencintai dan memperhatikan keadaan lansia selama sakit, dukungan penghargaan yang dirasakan pasien hipertensi ditunjukkan dengan keluarga memaklumi bahwa sakit yang dialami lansia sebagai suatu musibah, dukungan instrumental yang dirasakan pasien hipertensi ditunjukkan dengan keluarga bersedia membiayai perawatan dan pengobatan lansia dan dukungan informasional yang dirasakan pasien hipertensi ditunjukkan dengan keluarga selalu mengingatkan lansia untuk kontrol, minum obat, olahraga dan makan.

Keluarga adalah sumber utama konsep sehat sakit dan perilaku sehat serta memiliki peran penting dalam mempromosikan dan memperkuat perilaku pasien (Sumami et al., 2021). Teori tersebut juga didukung oleh jurnal yang telah ditelaah dan memperoleh hasil bahwa ada hubungan yang adekuat atau arah yang positif antara dukungan keluarga dengan kepatuhan diet hipertensi pada lansia. Sehingga, dukungan keluarga merupakan faktor yang tidak dapat



diabaikan karena dukungan dari keluarga sangat berperan penting dalam memberikan dukungan pada lansia yang melakukan diet hipertensi.

Dukungan keluarga adalah kemampuan keluarga untuk memberikan waktu, perhatian dan bantuan dalam memenuhi kebutuhan baik fisik, mental maupun sosial (Has et al., 2020). Diperkuat dengan penelitian yang dilakukan oleh (Wahyudi dan Nugraha, 2020) dengan judul "Hubungan dukungan keluarga pada pasien dengan tekanan darah tinggi dalam pengendalian hipertensi" yang mengemukakan bahwa seseorang tidak akan memenuhi kebutuhan fisik maupun psikologis secara sendirian maka kita membutuhkan orang terdekat dahulu yaitu dukungan dari keluarga. Dukungan yang diberikan oleh keluarga sangat dipengaruhi oleh pendidikan karena semakin tinggi pendidikan maka semakin mudah berperilaku baik dalam mendukung anggota keluarga yang sedang sakit.

Penelitian terdahulu oleh Prihattiny (2020), menyatakan bahwa dukungan keluarga dengan kepatuhan diet hipertensi pada lansia di Puskesmas Tomohon Utara menunjukkan dari 30 responden lansia yang mendapatkan dukungan keluarga baik adalah sebanyak 20 responden (66,6%). Hal ini sejalan dengan hasil Nita (2018), yang menyatakan bahwa dari 81 responden mayoritas mendapatkan dukungan dari keluarga yaitu sebanyak 49 orang (60,5%).

Keluarga adalah support system utama bagi lansia dalam mempertahankan kesehatannya. Peran keluarga dalam merawat lansia untuk menjaga dan merawat kondisi fisik lansia, meningkatkan status mental lansia, mengantisipasi adanya perubahan social dan ekonomi serta memberikan motivasi dan memfasilitasi lansia untuk memenuhi kebutuhan spiritualnya.

Hasil ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Amelia dan Kurniawati (2020) tentang hubungan dukungan keluarga terhadap kepatuhan diet hipertensi pada penderita hipertensi di Kelurahan Tapos Depok yang menunjukkan bahwa responden yang ada mendapatkan dukungan keluarga sebanyak (75,3%), diperoleh nilai p-value 0,001, yang berarti ada hubungan antara dukungan keluarga dengan kepatuhan diet hipertensi di Kelurahan Tapos Depok.

Dapat disimpulkan bahwa dukungan keluarga pada lansia hipertensi di Puskesmas Cibeber Posbindu Al-Fata Kecamatan Cibeber Kabupaten Cianjur berada pada kategori baik, dari hasil kuesioner dukungan keluarga dukungan yang paling banyak didapatkan lansia yaitu dukungan instrumental hal ini ditunjukkan dengan keluarga selalu menyediakan waktu dan fasilitas untuk keperluan pengobatan, keluarga sangat berperan aktif dalam setiap pengobatan, keluarga membiayai pengobatan dan keluarga selalu berusaha untuk mencari sarana peralatan yang diperlukan saat pengobatan.

2. Kepatuhan Diet Hipertensi

Hasil penelitian pada data menunjukkan bahwa paling banyak dengan perilaku patuh yaitu sebanyak 29 orang (90,6%) dan tidak patuh sebanyak 3 orang (9,4%). Hal ini menunjukkan bahwa hampir seluruh lansia sudah patuh dalam menjalankan diet hipertensinya. Dalam penelitian ini terdapat 8 kuesioner dengan pilihan jawaban ya dan tidak. Hal ini menunjukkan hampir seluruh lansia mempunyai kepatuhan diet hipertensi dalam kategori yang patuh.

Berdasarkan hasil penelitian kepatuhan diet hipertensi yang paling banyak didapatkan dengan pilihan jawaban ya ditunjukkan dengan lansia selalu mengkonsumsi buah-buahan setiap



hari, lansia selalu menjalankan instruksi dan nasehat tenaga kesehatan mengenai pola makan yang harus dijalani, lansia yang tidak keberatan mengenai tindakan pembatasan jumlah garam atau bumbu dapur yang menyebabkan makanan tidak enak, dan lansia yang menjalani diet hipertensi yang disarankan oleh dokter/perawat. Sedangkan hasil penelitian kepatuhan diet hipertensi yang paling banyak didapatkan dengan pilihan jawaban tidak ditunjukkan dengan lansia yang masih mengkonsumsi gorengan.

Hal ini sejalan dengan penelitian Nita dan Oktavia (2018), bahwa dari 73 responden mayoritas responden yang patuh melaksanakan diet hipertensinya sebanyak 47 responden (64,4%) diperoleh nilai p-value 0,016 berarti terdapat hubungan yang signifikan antara motivasi diri terhadap kepatuhan melaksanakan diet pada penderita hipertensi. Hasil analisis diperoleh nilai OR 4,179 yang artinya memiliki motivasi tinggi berpeluang 4,179 kali memenuhi diet dibandingkan dengan responden yang mempunyai motivasi rendah.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Sapwal, Taufandas dan Hermawati (2021) menunjukkan bahwa hampir dari setengahnya responden patuh terhadap diet hipertensi sebanyak (40,0%), dan responden yang tidak patuh terhadap diet hipertensi sebanyak (25,7%) diperoleh nilai signifikan p -value = 0,001 atau lebih rendah dari standar signifikan yaitu $\alpha = 0,05$ yang berarti H_0 ditolak dan H_1 diterima. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa ada hubungan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet hipertensi pada lansia di Posbindu al fatma.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Agusthia dan Noer (2020), bahwa responden dengan Kriteria kepatuhan tinggi sebanyak 30 orang (58,18%), kepatuhan menengah sebanyak 12 orang (21,82%) dan kepatuhan rendah sebanyak 11 orang (20%). Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian Iceu Amira DA (2017), didapatkan pengetahuan dengan kepatuhan diet hipertensi pada lansia 79 orang (79,8%).

Kepatuhan adalah tingkat instruksi atau petunjuk yang diberikan dalam bentuk terapi apapun yang ditentukan, baik itu diet, latihan, pengobatan atau pertemuan dengan dokter. Kepatuhan diet hipertensi dipengaruhi oleh beberapa faktor salah satunya adalah dukungan keluarga. Menurut Khoirin (2018), menyatakan bahwa faktor-faktor yang berhubungan dengan kepatuhan diet pada pasien hipertensi yaitu usia, pendidikan, pengetahuan dan dukungan keluarga. Menurut Sri dkk (2022), kepatuhan diet hipertensi pada lansia lebih besar dipengaruhi karena adanya dukungan keluarga, khususnya pada lansia hipertensi yang sangat memerlukan perhatian, kasih sayang dan dukungan dari anggota keluarganya.

Dapat disimpulkan bahwa dukungan keluarga pada lansia hipertensi di Posbindu Al Fatma berada pada kategori patuh, hal ini ditunjukkan dengan lansia selalu mengkonsumsi buah-buahan setiap hari, lansia selalu menjalankan instruksi dan nasehat tenaga kesehatan mengenai pola makan yang harus dijalani, lansia yang tidak keberatan mengenai tindakan pembatasan jumlah garam atau bumbu dapur yang menyebabkan makanan tidak enak, dan lansia yang menjalani diet hipertensi yang disarankan oleh dokter/perawat.

3. Hubungan Dukungan Keluarga dengan Kepatuhan Diet Hipertensi

Analisis hubungan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet hipertensi pada lansia di Puskesmas Cibeber Kecamatan Cibeber Kabupaten Cianjur, menggunakan uji analisis Rank Spearman, dimana data penelitian berskala ordinal menunjukkan bahwa responden yang



memiliki dukungan keluarga baik dengan kepatuhan dalam kategori patuh sebanyak 28 responden (87,5%), dukungan keluarga baik dengan kepatuhan dalam kategori tidak patuh sebanyak 2 responden (6,2%). Dan responden yang memiliki dukungan keluarga cukup dengan kepatuhan dalam kategori patuh sebanyak 1 responden (3,1%), dukungan keluarga cukup dengan kepatuhan dalam kategori tidak patuh sebanyak 1 responden (3,1%).

Berdasarkan hasil penelitian hubungan dukungan keluarga baik dengan kepatuhan dalam kategori patuh ditunjukkan dengan lansia paling banyak mendapatkan dukungan instrumental berupa keluarga selalu menyediakan waktu dan fasilitas untuk keperluan pengobatan, keluarga sangat berperan aktif dalam setiap pengobatan, keluarga membiayai pengobatan dan keluarga selalu berusaha untuk mencari sarana peralatan yang diperlukan saat pengobatan. Dan dukungan keluarga baik dengan kepatuhan dalam kategori tidak patuh disebabkan tidak semua lansia menghindari konsumsi gorengan. Sedangkan hasil penelitian hubungan dukungan keluarga cukup disebabkan tidak semua keluarga selalu memberi dukungan penghargaan ditunjukkan dengan keluarga jarang memberi pujian atas usaha yang lansia lakukan.

Berdasarkan Uji Rank Spearman yang dilakukan mengenai hubungan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet hipertensi pada lansia di posbindu Lansia Al Fatima Puskesmas Cibeber Kecamatan Cibeber Kabupaten Cianjur di dapatkan hasil pvalue sebesar 0,043 dengan keamatan hubungan sebesar 0,360, berarti jika pvalue 0,043 lebih kecil dari α ($0,043 < 0,05$) H_0 ditolak H_a diterima. Sehingga, dapat ditarik Kesimpulan H_0 ditolak dan H_a diterima, bahwa ada dukungan keluarga dengan kepatuhan diet hipertensi pada lansia di posbindu Lansia Al Fatima Puskesmas Cibeber Kecamatan Cibeber Kabupaten Cianjur. Dan didapatkan nilai Rho sebesar 0,360 jika dilihat dari tabel kategori koefisien korelasi keeratannya sedang dan arah hubungan perilaku dukungan keluarga dengan kepatuhan diet hipertensi searah dan bersifat positif sehingga dapat disimpulkan jika dukungan keluarga semakin baik maka kepatuhan juga semakin baik.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sapwal, Taufandas dan Hermawati (2021) berjudul hubungan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet hipertensi pada lansia di Dusun Ladon Wilayah Kerja Puskesmas Wanasaba yang menunjukkan hasil uji statistik dengan menggunakan uji Spearman Rank didapatkan nilai signifikan p-value $0,001 < \alpha = 0,05$ yang berarti H_0 ditolak dan H_a diterima. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa ada hubungan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet hipertensi pada lansia di Dusun Ladon Wilayah kerja a Puskesmas Wanasaba.

Hasil Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Agusthia dan Noer (2020). Menunjukkan bahwa Terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga dengan kepatuhan diet hipertensi dengan derajat kemaknaan $\alpha = 0,00$, diperoleh hasil $p = 0,000$ dimana ($p = 0,05$), dengan kekuatan ($r = 0,851$) yaitu sangat kuat dan arah hubungan positif artinya koefisien korelasi adalah signifikan, ada Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Diet Pada Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Pancur Kabupaten Lingga Tahun 2020.

Menurut hasil penelitian yang dilakukan oleh Setianingsih (2017) tentang hubungan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet hipertensi pada lansia di Dusun Mojongapit Desa Mojongapit Kecamatan Jombang Kabupaten Jombang tahun 2017 didapatkan hasil uji statistik rank spearman diperoleh angka signifikan atau nilai probabilitas (0,000) jauh lebih rendah



standart signifikan dari 0,05 atau ($p < 0$), maka H_0 ditolak dan H_1 diterima yang berarti ada hubungan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet hipertensi pada lansia di Dusun Mojongapit Desa Mojongapit Kecamatan Jombang Kabupaten Jombang.

Dapat disimpulkan bahwa terdapatnya hubungan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet hipertensi pada lansia hipertensi Posbindu Lansia Al Fatima Kecamatan Cibeber Cianjur. Hal ini ditunjukkan dengan dukungan keluarga yang paling banyak berupa dukungan instrumental. Sehingga lansia patuh menjalankan diet hipertensi yang ditunjukkan dengan lansia selalu mengkonsumsi buah-buahan setiap hari, lansia selalu menjalankan instruksi dan nasehat tenaga kesehatan mengenai pola makan yang harus dijalani, lansia yang tidak keberatan mengenai tindakan pembatasan jumlah garam atau bumbu dapur yang menyebabkan makanan tidak enak, dan lansia yang menjalani diet hipertensi yang disarankan oleh dokter/perawat.

KESIMPULAN

Setelah dilakukan penelitian, pengolahan data, serta pembahasan mengenai hubungan antara dukungan keluarga dengan kepatuhan diet hipertensi pada lansia di Posbindu Lansia Al Fatima wilayah kerja Puskesmas Cibeber Kabupaten Cianjur Tahun 2025, maka dapat ditarik beberapa kesimpulan sebagai berikut:

1. Dukungan keluarga terhadap lansia yang mengalami hipertensi pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Cibeber Cianjur sebagian besar baik
2. Tingkat kepatuhan diet hipertensi pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Cibeber Cianjur Sebagian besar patuh.
3. Terdapat hubungan antara dukungan keluarga dengan kepatuhan diet hipertensi pada lansia pada lansia di Posbindu lansia Al Fatima Cibeber Cianjur p-value

SARAN

1. Bagi Lansia

Lansia diharapkan dapat mempertahankan dan meningkatkan kepatuhan terhadap diet hipertensi dengan cara menerapkan pola makan sehat secara konsisten dalam kehidupan sehari-hari. Lansia diharapkan mampu membatasi konsumsi garam, makanan asin, makanan instan, serta makanan yang mengandung tinggi lemak dan natrium. Selain itu, lansia dianjurkan untuk meningkatkan konsumsi buah dan sayuran sebagai bagian dari pola makan seimbang.

Lansia juga diharapkan lebih aktif mengikuti kegiatan Posbindu Lansia sebagai sarana untuk memperoleh edukasi kesehatan, pemantauan tekanan darah, serta konseling gizi sederhana. Dengan aktif mengikuti kegiatan tersebut, lansia dapat meningkatkan pemahaman tentang pentingnya diet hipertensi dan termotivasi untuk menjaga kesehatannya. Lansia juga diharapkan dapat mengomunikasikan kesulitan yang dialami dalam menjalankan diet hipertensi kepada keluarga maupun tenaga kesehatan agar dapat memperoleh bantuan dan solusi yang sesuai.

2. Bagi Keluarga

Keluarga diharapkan dapat meningkatkan peran aktif dalam mendukung lansia dengan hipertensi, terutama dalam hal pemenuhan kebutuhan makan sesuai dengan diet hipertensi.



Keluarga diharapkan dapat membantu menyiapkan menu makanan rendah garam, mengingatkan lansia mengenai pantangan makanan, serta memberikan contoh pola makan sehat di lingkungan keluarga. Dukungan emosional berupa perhatian, kesabaran, dan motivasi juga sangat diperlukan agar lansia tidak merasa terbebani dalam menjw42dalani perubahan pola makan. Selain itu, keluarga disarankan untuk meningkatkan pengetahuan mengenai hipertensi dan pengelolaannya melalui edukasi dari tenaga kesehatan, penyuluhan di Posbindu, maupun sumber informasi yang terpercaya. Dengan meningkatnya pengetahuan keluarga, diharapkan keluarga dapat menjadi sumber dukungan yang optimal bagi lansia dalam menjalankan diet hipertensi secara berkelanjutan.

3. Bagi Bagi Pelayanan Kesehatan (Puskesmas dan Posbindu Lansia)

Tenaga kesehatan diharapkan dapat meningkatkan program promosi dan edukasi kesehatan yang tidak hanya ditujukan kepada lansia, tetapi juga melibatkan keluarga sebagai pendamping utama lansia. Edukasi mengenai diet hipertensi sebaiknya dilakukan secara berkelanjutan dan disesuaikan dengan kondisi sosial budaya masyarakat setempat. Puskesmas dan Posbindu Lansia disarankan untuk mengembangkan program pendampingan keluarga, seperti kelas edukasi keluarga atau konseling gizi sederhana yang melibatkan anggota keluarga lansia. Selain itu, tenaga kesehatan diharapkan dapat melakukan pemantauan secara rutin terhadap kepatuhan diet hipertensi lansia serta memberikan umpan balik dan motivasi yang bersifat membangun. Penyediaan media edukasi yang mudah dipahami, seperti leaflet atau poster tentang diet hipertensi, juga diharapkan dapat membantu meningkatkan pemahaman lansia dan keluarga.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya disarankan untuk mengembangkan penelitian dengan desain yang berbeda, seperti penelitian longitudinal atau penelitian intervensi, untuk melihat pengaruh dukungan keluarga terhadap kepatuhan diet hipertensi dalam jangka waktu yang lebih panjang. Peneliti selanjutnya juga disarankan untuk menambahkan variabel lain yang dapat memengaruhi kepatuhan diet hipertensi pada lansia, seperti tingkat pengetahuan, tingkat pendidikan, status ekonomi, lama menderita hipertensi, serta dukungan tenaga kesehatan. Selain itu, penggunaan jumlah sampel yang lebih besar dan cakupan wilayah penelitian yang lebih luas diharapkan dapat meningkatkan generalisasi hasil penelitian. Peneliti selanjutnya juga dapat mengembangkan model intervensi berbasis keluarga untuk meningkatkan kepatuhan diet hipertensi pada lansia

5. Bagi Institusi Pendidikan

Institusi pendidikan diharapkan dapat memanfaatkan hasil penelitian ini sebagai bahan referensi dalam pembelajaran keperawatan gerontik dan keperawatan keluarga. Hasil penelitian ini dapat dijadikan contoh penerapan pendekatan family centered care dalam pengelolaan penyakit kronis pada lansia, khususnya hipertensi. Institusi pendidikan juga diharapkan dapat mendorong mahasiswa untuk melakukan penelitian lanjutan yang berkaitan dengan peran keluarga dalam meningkatkan perilaku hidup sehat pada lansia. Selain itu, institusi pendidikan diharapkan dapat menjalin kerja sama dengan Puskesmas atau Posbindu Lansia dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat, seperti penyuluhan kesehatan dan pendampingan keluarga lansia dengan hipertensi, sehingga hasil penelitian dapat diaplikasikan secara nyata di masyarakat.



6. Bagi peneliti

Penulis diharapkan dapat menjadikan hasil penelitian ini sebagai pengalaman dan pembelajaran dalam meningkatkan kemampuan akademik, khususnya dalam bidang penelitian keperawatan gerontik dan keperawatan keluarga. Proses penelitian ini dapat menjadi sarana untuk melatih kemampuan berpikir kritis, analisis data, serta penerapan metode penelitian ilmiah dalam mengkaji permasalahan kesehatan di masyarakat, khususnya pada kelompok lanjut usia dengan hipertensi.

Penulis diharapkan dapat mengembangkan penelitian ini pada kesempatan berikutnya dengan menggunakan desain penelitian yang berbeda, seperti penelitian longitudinal atau quasi-eksperimental, sehingga dapat memberikan gambaran yang lebih mendalam mengenai pengaruh dukungan keluarga terhadap kepatuhan diet hipertensi pada lansia dalam jangka waktu tertentu. Selain itu, penulis juga disarankan untuk memperluas cakupan wilayah penelitian serta meningkatkan jumlah sampel agar hasil penelitian memiliki daya generalisasi yang lebih baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Amelia, R., & Kurniawati, I. (2020). Hubungan Dukungan Keluarga Terhadap Kepatuhan Hipertensi Pada Penderita Hipertensi Di Kelurahan Tapos Depok. *Jurnal Kesehatan Sae/makers Perdana*, 3(1), 77-90.
- American Heart Association. (2018). High blood pressure. Retrieved from American Heart Association. Diambil kembali dari <https://www.heart.org/en/health-topics/high-blood-pressure>
- Ammara Batool, M.Sultana, P. Gilani, Tariq. (2018). Risk Factors, Pathophysiology and Management of Hypertension.
- Astuti, AP., Damayanti, D dan Ngadiarti, I. (2021). Penerapan Anjuran Diet DASH Dibandingkan Diet Rendah Garam berdasarkan Konseling Gizi terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi di Puskesmas Larangan Utara. *Jurnal Gizi Indonesia*, 44(1), 109-120.
- Cahyanti, L. (2020). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Tingkat Kecemasan Pasien Pre Operasi General Anestesi Di RS PKU Muhammadiyah Gamping. *Poltekkes Kemenkes Yogyakarta*.
- Dewi, AR. (2018). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Berobat Pada Pasien Penderita Hipertensi Di Puskesmas Dan Kabupaten Malang. *Nursing news*, 3, 1.
- Dewi, K.C.C, Prapti, N.K.G, & Saputra, I.K. (2016). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Tingkat Kepatuhan Penatalaksanaan Diet Lansia Dengan Hipertensi Di Lingkungan Kelurahan Tonja 8. Dinkes (Dinas Kesehatan). (2018). Profil Kesehatan Provinsi Jawa Tengah tahun 2011. Diakses: 30 November 2012. Diambil kembali dari [https://www.dinkesjatengprov.go.id/dokumen/profi1/profi12011/BAB%201-VI%202011.pdf](https://www.dinkesjatengprov.go.id/dokumen/profil1/profi12011/BAB%201-VI%202011.pdf)
- Duha, R. K. (2021). Literature Review: Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kualitas Hidup Lanjut Usia Pada Penderita Hipertensi. *Politeknik Kesehatan KEMENKES Medan Prodi Sarjana Terapan Jurusan Keperawatan*.
- Fandinata, S., S., & Ernawati, I. (2020). Management terapi pada penyakit degeneratif (diabetes mellitus dan hipertensi): mengenal, mencegah dan mengatasi penyakit degeneratif (diabetes mellitus dan hipertensi) (N.Reny H (ed.): 1st ed.). Penerbit Graniti. Diambil kembali dari <https://doi.org/602581175X.9786025811753>
- Friedman. (2013). *Aspek-Aspek Dalam Dukungan Informasi Adalah Pemberian Informasi, Saran, Dan Nasehat Yang Diberikan Oleh Keluarga Terhadap Anggota Keluarga Terhadap Anggota Keluarga Lainnya*.



- Hardiningsih, I. (2021). Identifikasi Faktor Kemandirian Lansia Dal am Pemenuhan Activities Of Daily Living (ADL). *Universitas Muhammadiyah Surabaya*.
- Heilongjiang Using EQ-5D-3L. *Int.J.Environmental Research and Public Health*. Diambil kembali dari <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/artcles/PMC5369060/>
- Huang dkk. (2017). Assessing Health Related Quality of Life of Chinese Adults in
- Ikhsan, M., & Boy, E. (2020). Cardiovascular Changes Among Healthy Elderly . *Magna Medika*, 70-82. *International Journal ofPharma Sciences and Scientific Research*, 4(5). Diambil kembali dari <https://www.biocoreopen.org/ijpsr/Risk%20factors- pathophysiology-and- management-of- hypertension. php>
- Irma Rostiana, Wilodati, Mirna Nur Aulia A (2019). Hubungan Pola Asuh Orang Tua Dengan Motivasi Anak Untuk Bersekolah. *Jurnal Sosietas*, 5(2), 1. Dipetik Juli 24, 2019
- Kartini, T. D., Amir, A, & Sabir, M. (2018). Kepatuhan Diet Pasien DM Berdasarkan Tingkat Pengetahuan Dan Dukungan Keluarga Di Wilayah Puskesmas Sudiang Raya. *Media Gizi Pangan* 25, 1, 55-63.
- Kemendes RI. (2018). Laporan Nasional Riskesdas 2018. Dipetik October 19, 2021, dari https://labdata.litbang.kemkes.go.id/images/download/laporan/RKD/2018/Lapora_n_Nasional_RKD2018_FINAL.pdf
- Kii, M. I. (2021). Skripsi hubungan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet rendah garam pada penderita hipertensi sistolik di puskesmas dinoyo kota malang maria ina kii 1709.14201.573. *Perpustakaan Stikes Widyagama Husada*.
- Kiki, M. N. (2020). Dukungan Keluarga Dengan Pola Diet Pada Pasien Hipertensi: A Literature Review. *Nursing Sciences Journal*, 402), 51-57.
- Mahadhika, M. A (2019). Pola Asuh Orang Tua Terhadap Kedisiplinan Sholat Lima Waktu Remaja Di Griya Talang Kelapa RT 36 Kec.Alang-Alang Lebar Kel.Talang Kelapa Palembang. *UIN Raden Fatah Palembang*.
- Mahayuni, & Swamita, K. (2021). Gambaran Tingkat Pengetahuan Tentang Hipertensi Pada Pasien Hipertensi Di RSUD Kabupaten Klungkung Tahun 2021. *Poltekkes Denpasar*.
- Maulina, R. D., & Amalia, S. (2019). Keberfungsian Keluarga Bagi Penyesuaian Sosial Mahasiswa Baru. *Jurnal Psikologi*, 15(1), 57-67. doi: 10.24014/jp.v14i2.6886
- Mayo Clinic. (2018). High Blood Pressure. Retrieved from. Diambil kembali dari <https://www.mayoclinic.org/diseases-conditions/high-bloodpressure/symptoms-causes/syc-20373410>
- Nita, Y., & Oktavia, D. (2018). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Diet Pasien Hipertensi Di Puskesmas Payung Sekaki Pekanbaru Tahun 2017. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 6(1), 90-97.
- Notoadmojo, S. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta:
- Nursalam. (2013). Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis Edisi 3. *Salemba Medika*.
- PK, W.et al. (2018). 2017 ACC/AHA/AAPA/ABC/ACPM/AGS/AphA/ASH/ASPC/NMA/PCNA Guideline for the Prevention, Detection, Evaluation, and Management of High Blood Pressure in Adults: Executive Summary: A Report ofthe American Collage of CardiologyAmerican Heart Association ask Force on Clinical Practice Guidelines', Hypertension (Dallas, Tex.: 1979). Hypertension, 71(6),pp. 1269- 1324. doi: 10. 1161 /HYP. 0000000000000066
- Prihartono, Widi, dkk. (2019). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Pemenuhan Diet Pada Penderita Hipertensi Desa Demangan, Kecamatan Siman, Kabupaten Ponorogo. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Ponorogo Health Sciences Journal*, 13(1).
- Purnamaningsih, & Diah, N. P. (2021). Gambaran Kepatuhan Diet Pada Pasien Hipertensi Di Puskesmas Mengwi I Tahun 2021. *Poltekkes Denpasar*.



- Pusdatin Kemenkes RI. (2019). Hipertensi Si Pembunuh Senyap. Dipetik October 18, 2021, dari <https://pusdatin.kemkes.go.id/folder/view/01/structurepublikasi-pusdatin-info-datin.html>
- Rineka Cipta. Nurapianim, T. (2020). Studi Deskriptif Dukungan Keluarga Mahasiswa Akper Muhammadiyah Cirebon. *Universitas Muhammadiyah Semarang*.
- Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas). (2018). Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian RI tahun 2018. Di petik Agustus 2021, dari https://www.depkes.go.id/resources/download/infoterkini/materi_rakorpop_2018/Hasi%20Riskesdas%202018.pdf
- Riyanto. (2017). *International Seminar On Chemical Education*.
- Romadhon, R., Saibi, Y., & Nasir, N. M. (2020). Kepatuhan Terhadap Pengobatan Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di Puskesmas Jakarta Timur. *Jurnal Farmasi Galenika*, 6(1), 94-103.
- Sagita, Haryati, and Lucia Ani Kristanti. (2018). The Effect Of Ergonomic Gymnastic On Blood Pressure Change In Elderly Hypertension Patients In Gunungsari Village, Kecamatan Madiun, Madiun Regency. *Journal of Nursing Care & Biomolecular*, 5(1), 49-55. doi:<http://www.dx.doi.org/10.32700/jnc.v5i1.147>
- Sapwal, M. J., Taufandas, M., & Hermawati, N. (2021). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Diet Hipertensi Pada Lansia Di Dusun Ladon Wilayah Kera Puskesmas Wanasaba. *Jurnal Medika Utama*, 801-815.
- Sari, M. M., Desi, D. D., & Dese, D. C. (2021). Dukungan Keluarga Terhadap Peningkatan Kualitas Hidup Lansia Melalui Pendekatan "Bahaum Bapakat". *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah* 6, 2.
- Sari, Ni Kadek Pratiwi Indah. (2021). Hubungan Dukungan Keluarga Pada Thu Yang Memiliki Anak Usia 24-36 Bulan Dengan Pemberian Imunisasi Campak Rubella Lanjutan. *Diploma thesis, Poltekkes Kemenkes Denpasar*.
- Soesanto, E. (2021). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Upaya Perawatan Kesehatan Lanjut Usia Hipertensi Dimasa Pandemi Covid-19. *Jurnal Keperawatan & Kesehatan Masyarakat Cendekia Utama*, 10(2), 170-179.
- Susriwenti, F. (2019). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kepatuhan Diet Pasien Hipertensi Di Rawat Inap Penyakit Dalam RSUD Sultan Thaha Saifuddin Kabupaten Tebo Tahun 2018. *Stikes Perintis Padang*.
- Tasalim, Rian, and Ardhia Redina Cahyani. (2020). Dukungan Keluarga Terhadap Diet Rendah Garam Pada Lansia Yang Menderita Hipertensi : Narative Review (Family Support to a Diet Low Salt on Elderly People Suffering from Hypertension. 4(1).
- Thomas, J., Stonebrook, E., & Kallash, M. (2020). Pediatric Hypertension: Review Of The Definition, Diagnosis, And Initial Management. *International Journal Of Pediatrics And Adolescent Medicine*. Diambil kembali dari <https://doi.org/10.1016/j.ijpam.2020.09.005>
- Uliatiningsih, R dan Fayasari, A (2019). *Pengaruh Edukasi Diet DASH (Dietary Approaches to Stop Hypertension) terhadap Kepatuhan Diet dan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi di Runkital Marinir Cilandak*. Jurnal Gipas. 3(2); 120- 132.
- World Health Organization. (2018). *Global Health Observatory (GHO) data Raised Blood Pressure*