

HUBUNGAN DUKUNGAN KELUARGA DENGAN KEPATUHAN DIIT PADA KLIEN HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS PACITAN

RELATIONSHIP BETWEEN FAMILY SUPPORT WITH DIETARY ADHERENCE TO HYPERTENSIVE CLIENTS AT WORKING AREA OF PACITAN PUBLIC HEALTH CENTER

¹Safira Nahar Fitriana, ²Anita Joeliantina, ²Padoli Padoli

¹Klinik Orthoplus Bojonegoro

²Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Surabaya

Email Korespondensi: padolipdl@gmail.com

ABSTRAK

Hipertensi merupakan masalah kesehatan yang umum terjadi di negara berkembang dan negara maju. Perubahan gaya hidup modern dapat memicu peningkatan angka kejadian hipertensi. Penanganan pada klien hipertensi diantaranya adalah terapi pengobatan dan pengaturan diet. Dukungan keluarga diperlukan dalam kepatuhan klien hipertensi agar menerapkan program diet yang dianjurkan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet pada klien dengan hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Pacitan. Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif dengan desain penelitian analitik korelasional menggunakan pendekatan Cross sectional. Populasi pada penelitian ini adalah semua penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Pacitan dengan rata-rata jumlah 130 orang. Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik accidental sampling dan didapatkan 60 responden. Data yang didapatkan diolah menggunakan analisis korelasi Rank spearman. Hasil dari penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar (56.7%) memiliki dukungan keluarga baik, setengahnya (50%) patuh melakukan diet. Terdapat hubungan antara dukungan keluarga dengan kepatuhan diet ($p = 0.000$), yaitu dukungan keluarga yang baik meningkatkan kepatuhan diet hipertensi. Keluarga diharapkan mengoptimalkan dukungan yang diberikan kepada klien hipertensi, ditunjang dengan peran petugas kesehatan dalam memotivasi dan memberikan penyuluhan tentang pentingnya dukungan keluarga bagi klien hipertensi untuk menjalankan diet sesuai anjuran petugas kesehatan.

Kata Kunci : Dukungan Keluarga, Kepatuhan Diet, Hipertensi

ABSTRACT

Hypertension is a common health problem in developing and developed countries. Modern lifestyle changes can lead an increase the incidence of hypertension. Treatment of hypertensive clients includes medication therapy and dietary management. Family support is needed in hypertension client in order to implement the recommended dietary program. This study aims to determine the relationship between family support and dietary adherence to hypertensive clients at working area of Pacitan public health center. This research used quantitative research with correlational analytic design used cross sectional approach. The population in this study were all hypertension clients at working area of Pacitan public health center with an average of 130 people. Sample was carried out used accidental sampling technique and obtained 60 respondents. The data obtained were processed using Rank Spearman correlation analysis. The result of the study showed that most (56.7%) had good family support, half (50%) adherence to diet. There was a relationship between family support and dietary adherence ($p = 0.000$), namely good family support increase hypertensive dietary adherence. Families are expected to optimize the support provided to hypertensive clients, supported by the role of health workers in motivating and providing counseling about the importance of family support for hypertensive clients to carry out a dietary according to the recommendations of health workers.

Keywords : Family Support, Dietary Adherence, Hypertensive

PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan masalah kesehatan yang umum terjadi di negara berkembang dan negara maju.

Perubahan gaya hidup modern dapat memicu peningkatan angka kejadian hipertensi (Mardalena, 2017). Keefektifan penanganan berkelanjutan

ditentukan kepatuhan klien. Rendahnya angka kepatuhan diit menjadikan meningkatnya angka kekambuhan hipertensi, sehingga dukungan keluarga berperan penting dalam menajalankan kepatuhan diit hipertensi (Irawati, 2020).

Menurut WHO tahun 2015 sekitar 1,3 miliar orang di dunia menyandang hipertensi. Menurut Riskesdas 2018 prevalensi hipertensi di Indonesia berdasarkan hasil pengukuran pada penduduk usia diatas 18 tahun sebesar 34,1%. Prevalensi hipertensi di Jawa Timur menurut Riskesdas 2018 berdasarkan hasil pengukuran pada penduduk usia diatas 18 tahun sebesar 36,32% (Depkes RI, 2018). Menurut data dari Dinas Kesehatan Kabupaten Pacitan tahun 2018, jumlah penderita hipertensi pada tahun 2018 berjumlah 32.420 orang dan di Puskesmas Pacitan berjumlah 1.613 orang (Dinas Kesehatan Kabupaten Pacitan, 2018).

Menurut Kemenkes (2013), membagi dua kelompok faktor resiko pemicu timbulnya hipertensi yaitu faktor resiko yang dapat diubah (obesitas, merokok, kurang aktivitas fisik, mengkonsumsi garam dan alkohol berlebih, dan stress) dan tidak dapat diubah (ras, usia, riwayat keluarga dan jenis kelamin) (Amelia & Kurniawati, 2020). Salah satu masalah penatalaksanaan hipertensi adalah kepatuhan diit. Dukungan keluarga merupakan hal yang tidak dapat diabaikan karena mempengaruhi kepatuhan klien (Irawati, 2020). Dukungan keluarga dibutuhkan dalam melakukan perawatan hipertensi di rumah untuk menambah rasa percaya diri dan motivasi menghadapi masalah dalam melaksanakan kepatuhan diit (Amelia & Kurniawati, 2020). Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan dukungan keluarga dengan kepatuhan diit pada klien hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Pacitan.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah kuantitatif dengan pendekatan *Cross sectional*. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh klien yang terdiagnosis

hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Pacitan. Besar sampel adalah 60 orang pasien hipertensi yang dipilih dengan teknik *accidental sampling*. Variabel independen pada penelitian ini adalah dukungan keluarga dan Variabel dependen pada penelitian ini adalah kepatuhan diit.

Instrument penelitian merupakan alat-alat yang digunakan untuk pengumpulan data. Salah satu instrument pengumpulan data adalah kuesioner yang bertujuan untuk memperoleh suatu data sesuai dengan tujuan penelitian. Kuesioner berisi daftar pertanyaan sehingga responden tinggal mengisi pilihan jawaban yang sudah disediakan (Notoatmodjo, 2010). Dalam penelitian ini menggunakan instrument penelitian berupa kuesioner. Instrument penelitian terdiri atas 3 bagian, yaitu 1) Data demografi terdiri atas identitas klien hipertensi meliputi usia, jenis kelamin, pendidikan terakhir, agama, pekerjaan, status ekonomi, dan lama menderita hipertensi (Nursalam, 2017). 2) Kuesioner dukungan keluarga (Nursalam, 2013) yang telah dilakukan modifikasi. Kuesioner dukungan keluarga terdiri atas 12 pernyataan yang mencakup 3 indikator yaitu indikator dukungan emosional dan penghargaan, dukungan instrumental, dan dukungan informasi dengan hasil uji validitas nilai r tabel 0,444 (cukup valid). Setiap item pertanyaan tersedia pilihan jawaban yang terdiri dari : selalu, jarang, dan tidak pernah. Jawaban selalu diberi skor 4, sering diberi skor 3, jarang diberi skor 2, dan tidak pernah diberi skor 1. Skor yang tinggi menunjukkan dukungan keluarga yang baik. Selanjutnya nilai total skor kepatuhan dikelompokkan menjadi beberapa kriteria yaitu baik = 76%-100%, cukup = 56%-75%, dan kurang = <56%. 3) Kuesioner kepatuhan diit hipertensi diambil dari kuesioner Setianingsih (2017). Kuesioner ini terdiri atas 12 pernyataan mengenai kepatuhan diit hipertensi, mencakup kepatuhan klien dalam menjalani diit rendah garam, rendah kolesterol, serta diit tinggi serat dengan nilai reliabilitas *Cronbach Alpha* 0,872. Setiap item pertanyaan tersedia pilihan jawaban

yang terdiri dari : selalu, jarang, dan tidak pernah. Jawaban selalu diberi skor 4, sering diberi skor 3, jarang diberi skor 2, dan tidak pernah diberi skor 1. Skor yang tinggi menunjukkan kepatuhan diit hipertensi yang baik. Selanjutnya nilai total skor kepatuhan dikelompokkan menjadi beberapa kriteria yaitu Patuh = 76%-100%, cukup patuh = 56%-75%, dan tidak patuh = <56%.

Data yang sudah didapat selanjutnya disajikan dalam bentuk teks (*textual*) dan dalam bentuk tabel. Penyajian dalam bentuk teks merupakan penyajian dalam bentuk uraian kalimat. Analisis variable dilakukan sevcara diskriptif masing-masing variable. Untuk mengetahui hubungan antara dukungan keluarga dengan kepatuhan diit, maka dilakukan uji korelasi *Spearman Rho*, dengan nilai signifikasi $p < 0,05$ maka terdapat hubungan dukungan keluarga dengan kepatuhan diit pada klien

hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Pacitan. Sedangkan apabila $p > 0,05$ maka tidak terdapat hubungan dukungan keluarga dengan kepatuhan diit pada klien hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Pacitan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Karakteristik Klien Hipertensi

Berdasarkan hasil penelitian tentang karakteristik klien Hipertensi bahwa hampir setengahnya (41.7%) klien hipertensi berusia 61-65 tahun, sebagian besar (56.7%) berjenis kelamin perempuan, hampir setengahnya (40.0%) berpendidikan SD dan bekerja sebagai wiraswasta, hampir setengahnya (35.0%) berpenghasilan < Rp 1.000.000, dan sebagian besar (55.0%) menderita hipertensi ≥ 5 tahun (tabel 1).

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Klien Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Pacitan Mei 2021

Karakteristik	Kategori	Frekuensi	Presentase
Usia	40-45 tahun	4	6,7
	46-50 tahun	6	10,0
	51-55 tahun	6	10,0
	56-60 tahun	19	31,7
	61-65 tahun	25	41,7
Jumlah		60	100,0
Jenis Kelamin	Perempuan	34	56,7
	Laki-laki	26	43,3
Jumlah		60	100,0
Pendidikan	SD	24	40,0
	SMP	17	28,3
	SMA	10	16,7
	Perguruan Tinggi	9	15,0
Jumlah		60	100
Pekerjaan	Petani	11	18,3
	Wiraswasta	23	38,3
	PNS/Pegawai swasta	9	15,0
	Tidak bekerja	17	28,3
Jumlah		60	100
Penghasilan per bulan	< Rp 1.000.000	21	35,0
	Rp 1.000.000-2.500.000	18	30,0
	> Rp 2.500.000	21	35,0
Jumlah		60	100.0
Lama menderita hipertensi	≤ 1 tahun	8	13,3
	2-4 tahun	19	31,7
	≥ 5 tahun	33	55,0
Jumlah		60	100.0

2. Dukungan Keluarga

Berdasarkan tabel 2 sebagian besar (56.7%) klien hipertensi memiliki dukungan keluarga baik dan sebagian kecil (11.7%) memiliki dukungan keluarga kurang (tabel 2)

Tabel 2 Distribusi frekuensi dukungan keluarga pada klien hipertensi di Puskesmas Pacitan Mei 2021

Dukungan Keluarga	F	%
Baik	34	56.7
Cukup	19	31.7
Kurang	7	11.7
Jumlah	60	100.0

Berdasarkan hasil penelitian dukungan keluarga pada klien hipertensi sebagian besar baik, Hal ini sejalan dengan penelitian M. Isra (2017), dilakukan di Puskesmas Ranomuut Kota Manado bahwa sebagian besar klien hipertensi memiliki dukungan keluarga baik. Dukungan keluarga tertinggi yaitu dukungan emosional dan penghargaan. Dukungan emosional merupakan pemberian dukungan dimana keluarga sebagai tempat aman dan damai untuk istirahat serta membantu penguasaan terhadap emosi. Dukungan penghargaan merupakan bentuk penghargaan yang diberikan anggota keluarga sesuai kondisi yang dialami (Permana, 2013). Dukungan emosional dan penghargaan tertinggi yaitu keluarga mencintai dan memperhatikan keadaan klien selama sakit, mendampingi menjalani perawatan hipertensi, memberikan pujian ketika klien mematuhi diet hipertensi. Dukungan emosional dan penghargaan sangat penting karena dapat meningkatkan motivasi dan kemampuan klien menjalankan diet. Keluarga diharapkan memberikan perhatian lebih dan memberikan nasihat apabila klien tidak mematuhi diet hipertensi.

Dukungan instrumental merupakan pemberian bantuan secara langsung (Permana, 2013). Keluarga mampu menyediakan waktu dan fasilitas apabila klien membutuhkan pengobatan, berperan aktif mengantar klien kontrol

hipertensi, bersedia membiayai biaya perawatan dan pengobatan.

Berdasarkan hasil penelitian hampir setengahnya klien hipertensi tidak bekerja dan berpenghasilan < Rp 1.000.000. Menurut Friedman (2010) dalam Wahyudi & Nugraha (2020), salah satu faktor yang mempengaruhi dukungan keluarga adalah status ekonomi. Apabila memiliki pekerjaan yang baik maka akan mendapatkan upah yang tinggi sehingga mampu manajemen keuangan dan memberikan kesejahteraan terhadap anggota keluarga.

Dukungan informasi merupakan pemberian informasi atau ide melalui proses komunikasi (Permana, 2013). Dukungan informasi tertinggi yaitu keluarga memberitahukan hasil pemeriksaan dan pengobatan dari dokter, menjelaskan hal yang tidak dipahami berkaitan dengan diet hipertensi. Keluarga kurang mengingatkan klien untuk kontrol, minum obat, latihan, mematuhi diet hipertensi. menjelaskan setiap klien menanyakan mengenai diet hipertensi. Keluarga diharapkan berperan aktif mengingatkan klien kontrol hipertensi sehingga klien merasa diperhatikan, percaya diri dan memotivasi untuk mengontrol hipertensi.

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan sebagian kecil klien hipertensi memiliki dukungan keluarga kurang. Dukungan keluarga yang kurang disebabkan rendahnya tingkat pendidikan atau pengetahuan. Hasil penelitian menunjukkan hampir setengahnya klien berpendidikan SD. Menurut peneliti, tingkat pendidikan dapat mempengaruhi perilaku sehat keluarga, menyebabkan rendahnya tingkat kesadaran dalam menjaga kesehatan dan mempengaruhi menerima informasi.

3. Kepatuhan Diet

Hasil penelitian tentang kepatuhan diet menunjukkan setengahnya (50.0%) klien hipertensi patuh menjalankan diet dan sebagian

kecil (10.0%) tidak patuh menjalankan diit hipertensi (tabel 3)

Tabel 3. Distribusi frekuensi kepatuhan diit pada klien hipertensi di Puskesmas Pacitan Mei 2021

Kepatuhan Diit	F	%
Patuh	30	50,0
Cukup Patuh	24	40,0
Tidak patuh	6	10,0
Jumlah	60	100,0

Hasil penelitian menunjukkan setengahnya klien hipertensi patuh menjalani diit hipertensi. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Sapwal, M.J, dkk. (2021) yang dilaksanakan di Dusun Ladon Wilayah Kerja Puskesmas Wanasabas menunjukkan bahwa sebagian besar klien hipertensi patuh terhadap diit hipertensi. Menurut kamus umum bahasa Indonesia dalam Rahmatika (2019), patuh adalah suka dan taat pada ajaran atau perintah serta disiplin. Kepatuhan tertinggi yaitu kepatuhan menjalani diit tinggi serat, sedangkan kepatuhan terendah yaitu kepatuhan diit rendah garam dan rendah lemak. Kepatuhan klien hipertensi terhadap diit hipertensi dipengaruhi dukungan keluarga seperti peran keluarga dalam mendampingi

klien menjalani perawatan hipertensi, dan menyediakan makanan sesuai diit hipertensi yang dijalani. Disamping itu terdapat faktor lain yang mempengaruhi seperti pendidikan, pengetahuan, dan sikap. Lamanya proses pengobatan dapat mengakibatkan klien merasa jenuh sehingga berisiko mengalami putus asa yang dapat mengakibatkan pengobatan tidak tuntas dan sulit disembuhkan. Dukungan keluarga diperlukan agar kepatuhan klien menjalani diit hipertensi meningkat. Keluarga harus dilibatkan dalam pemenuhan kebutuhan, serta mendukung dalam kepatuhan diit hipertensi untuk mengurangi risiko kekambuhan dan komplikasi

4. Dukungan Keluarga Dan Kepatuhan Diit

Berdasarkan tabulasi silang antara dukungan keluarga dengan kepatuhan diet menunjukkan klien hipertensi yang memiliki dukungan keluarga baik hampir seluruhnya (82.4%) patuh menjalankan diit, klien hipertensi yang memiliki dukungan keluarga kurang hampir seluruhnya (85.7%) tidak patuh menjalankan diit hipertensi (tabel 4)

Tabel 4. Tabulasi silang hubungan dukungan keluarga dengan kepatuhan diit pada klien hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Pacitan Mei 2021

Dukungan Keluarga	Kepatuhan Diit						Presentase	
	Patuh		Cukup Patuh		Tidak Patuh		F	%
	f	%	f	%	f	%		
Baik	28	82,4	6	17,6	0	0,0	34	100,0
Cukup	2	10,5	17	89,5	0	0,0	19	100,0
Kurang	0	0,0	1	14,3	6	85,7	7	100,0
Jumlah	30	50,0	24	40,0	6	10,0	60	100,0

$$r = 0.890; p = 0.000; \alpha = 0.05$$

Hasil penelitian menunjukkan klien hipertensi yang memiliki dukungan keluarga baik hampir seluruhnya patuh menjalankan diit hipertensi. Semakin baik dukungan keluarga maka kepatuhan diit klien hipertensi akan semakin meningkat. Hasil uji statistik *Rank Spearman* diperoleh $p = 0,000$ ($<0,05$), keeratan hubungan ditunjukkan dengan nilai $r = 0,890$ yang berarti korelasi sangat kuat.

Hasil penelitian tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan Dewi, dkk. (2016) yang menyatakan terdapat hubungan dukungan sosial keluarga dengan kepatuhan diit klien hipertensi di lingkungan Kelurahan Tonja dengan hasil uji statistik *Rank Spearman* $p = 0.000$ ($p < 0.05$).

Dukungan keluarga terhadap klien hipertensi dapat menyebabkan ketenangan batin, perasaan senang, dan

mengurangi beban yang dirasakan karena saat menghadapi tekanan dan kesulitan hidup seseorang memerlukan orang lain untuk berbagi, mendengarkan atau mencari informasi yang relevan (Torar, et.al, 2020). Dukungan keluarga berdampak terhadap kepatuhan klien menjalankan diit hipertensi, karena keluarga mempunyai hubungan yang sangat erat dengan kehidupan tiap anggotanya. Oleh karena itu, diharapkan perlunya kesadaran bagi keluarga agar memberikan dukungan penuh terhadap anggota keluarganya yang menderita hipertensi

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh hasil bahwa sebagian besar dukungan keluarga pada klien hipertensi dalam kategori baik. Kepatuhan diit pada klien hipertensi setengahnya patuh menjalankan diit. Terdapat hubungan dukungan keluarga dengan kepatuhan diit, dimana semakin baik dukungan keluarga maka kepatuhan diit hipertensi akan meningkat.

SARAN

Klien diharapkan mampu mematuhi diit hipertensi terutama diit rendah garam dan rendah lemak agar tekanan darah tetap terkontrol dan menurunkan risiko komplikasi. Petugas kesehatan diharapkan mampu meningkatkan motivasi dan memberikan penyuluhan terkait pentingnya dukungan keluarga bagi klien hipertensi dalam menjalankan diit sesuai anjuran petugas kesehatan.

DAFTAR PUSTAKA

- Amelia, R., & Kurniawati, I. (2020). Hubungan Dukungan Keluarga Terhadap Kepatuhan Diet Hipertensi Pada Penderita Hipertensi di Kelurahan Tapos Depok. *Jurnal Kesehatan Saelmakers Perdana*, 3(1), 77-90.
- Depkes RI. (2018). *Hasil Utama Riskesdas 2018*. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.
- Dewi, K. C., dkk. (2016). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Tingkat Kepatuhan Penatalaksanaan Diet Lansia Dengan Hipertensi Di Lingkungan Kelurahan Tonja. *Jurnal Keperawatan Community of Publishing in Nursing*, 4(1), 60-67.
- Dinas Kesehatan Kabupaten Pacitan. (2018). *Profil Kesehatan Kabupaten Pacitan 2018*. Pacitan: Dinas Kesehatan Kabupaten Pacitan.
- Irawati. (2020). Hubungan Dukungan Keluarga Terhadap Kepatuhan Diet Rendah Garam Pada Penderita Hipertensi di Puskesmas Ulaweng. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Diagnosis*, 15(1), 36-40.
- Mardalena, I. (2017). *Dasar-dasar Ilmu Gizi Dalam Keperawatan Konsep dan Penerapan pada Asuhan Keperawatan*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.
- M. Isra, dkk. (2017). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Derajat Hipertensi Pada Pasien Hipertensi Di Puskesmas Ronomuut Kota Manado. *Jurnal keperawatan*, 5(1).
- Permana. (2013). *Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Tingkat Stress Pada Lansia Andraause di Gebang Wilayah Kerja Puskesmas Patrang Jember*. Jember : Universitas Jember.
- Rahmatika, D. (2019). Hubungan Antara Dukungan Emosional Dengan Kepatuhan Lansia Penderita Hipertensi. *The Indonesian Journal Public Health*, 14(2), 252-262.

- Sapwal, M. J., dkk. (2021). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Diet Hipertensi Pada Lansia di Dusun Ladon Wilayah Kerja Puskesmas Wanasaba. *Jurnal Medika Utama*, 2(2), 801-81.
- Setiadi. (2013). *Konsep & Proses Keperawatan Keluarga*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Torar, A. N., Tambuwun, S., Memah, H., & Pasambo, Y. (2020). Dukungan Keluarga dan Kepatuhan Diet Lansia Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Tumpaan. *Jurnal Ilmiah Perawat Manado*, 8(1), 127-143.
- Wahyudi, W. T., & Nugraha, F. A. (2020). Hubungan Dukungan Keluarga Pada Pasien Dengan Tekanan Darah Tinggi Dalam Pengendalian Hipertensi. *Malahayati Nursing Journal*, 2(3), 525-534.
- WHO. (2013). *A Global Brief on Hypertension*. Switzerland: WHO