

**HUBUNGAN DUKUNGAN KELUARGA DENGAN KEPATUHAN DIET
HIPERTENSI PADA LANSIA DI PADUKUHAN SINGOSAREN DESA
WUKIRSARI KECAMATAN IMOGIRI KABUPATEN BANTUL**

NASKAH PUBLIKASI

Disusun Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh
Gelar Sarjana Keperawatan



Oleh

Grace Agustini Pertiwi Bora

KP.21.01.479

**PRODI KEPERAWATAN PROGRAM SARJANA
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN WIRAHUSADA
YOGYAKARTA
2025**



NASKAH PUBLIKASI

**HUBUNGAN DUKUNGAN KELUARGA DENGAN KEPATUHAN DIET HIPERTENSI
PADA LANSIA DI PADUKUHAN SINGOSAREN DESA WUKIRSARI KECAMATAN
IMOGIRI KABUPATEN BANTUL**

Disusun Oleh:

Grace Agustini Pertiwi Bora
KP.21.01.479

Telah diseminarkan didepan Dewan Penguji
pada tanggal.....

Susunan Dewan Penguji

Ketua Dewan Penguji

Muryani, S. Kep., Ns., M. Kes.
Pembimbing Utama/Penguji I

Prastiwi Putri Basuki S.KM., M.Si
Pembimbing Pendamping/Penguji II

Patria Asda S.Kep., Ns M. P. H

Naskah Publikasi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan
Untuk memperoleh gelar sarjana Keperawatan

Yogyakarta.....

Ketua Prodi Keperawatan Program Sarjana

Yuli Ernawati, S.Kep., Ns., M.Kep.



HUBUNGAN DUKUNGAN KELUARGA DENGAN KEPATUHAN DIET HIPERTENSI PADA LANSIA DI PADUKUHAN SINGOSAREN DESA WUKIRSARI KECAMATAN IMOGIRI KABUPATEN BANTUL

Grace Agustini Pertiwi Bora¹, Prastiwi Putri Basuki², Patria Asda³

INTISARI

Latar Belakang : Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular yang umum terjadi pada lanjut usia (lansia) dan dapat menyebabkan komplikasi serius seperti stroke dan gagal ginjal. Pengelolaan hipertensi, khususnya pada lansia, tidak hanya bergantung pada terapi medis tetapi juga pada kepatuhan terhadap diet rendah garam dan gaya hidup sehat. Salah satu faktor yang memengaruhi kepatuhan diet adalah dukungan dari keluarga.

Tujuan Penelitian : Mengetahui hubungan antara dukungan keluarga dengan kepatuhan diet hipertensi pada lansia di Padukuhan Singosaren, Desa Wukirsari, Kecamatan Imogiri, Kabupaten Bantul.

Metode Penelitian : Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif korelasional dengan pendekatan cross-sectional. Jumlah responden sebanyak 35 orang lansia yang diambil dengan teknik total sampling. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner tertutup mengenai dukungan keluarga dan kepatuhan diet hipertensi.

Hasil Penelitian : Hasil analisis menunjukkan bahwa terdapat hubungan signifikan antara dukungan keluarga dan kepatuhan diet hipertensi pada lansia dengan nilai p-value 0,000 ($p < 0,05$). Lansia yang mendapat dukungan keluarga yang baik cenderung lebih patuh dalam menjalani diet hipertensi.

Kesimpulan : Dukungan keluarga berperan penting dalam meningkatkan kepatuhan diet hipertensi pada lansia. Intervensi berbasis keluarga perlu dipertimbangkan dalam upaya pengelolaan hipertensi di tingkat komunitas.

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

-
- 1. Mahasiswa Prodi SI Keperawatan STIKES Wirahusada Yogyakarta**
 - 2. Dosen STIKES Wirahusada Yogyakarta**
 - 3. Dosen STIKES Wirahusada Yogyakarta**

**THE RELATIONSHIP BETWEEN FAMILY SUPPORT AND DIETARY COMPLIANCE
IN ELDERLY PATIENTS WITH HYPERTENSION IN PADUKUHAN SINGOSAREN,
WUKIRSARI VILLAGE, IMOGIRI SUBDISTRICT, BANTUL REGENCY**

Grace Agustini Pertiwi Bora¹, Prastiwi Putri Basuki², Patria Asda³

ABSTRACT

Background : Hypertension is a prevalent non-communicable disease among the elderly and is associated with serious complications such as stroke and renal failure. Effective management of hypertension in older adults requires not only pharmacological treatment but also adherence to a low-sodium diet and the adoption of a healthy lifestyle. Family support has been identified as a significant factor influencing dietary adherence among elderly individuals with hypertension.

Research Objectives : To examine the relationship between family support and dietary compliance among elderly individuals with hypertension in Padukuhan Singosaren, Wukirsari Village, Imogiri Subdistrict, Bantul Regency.

Research method : This study employed a quantitative correlational design with a cross-sectional approach. A total of 35 elderly respondents were selected using a total sampling technique. Data were collected using a structured questionnaire measuring family support and adherence to a hypertension diet.

Results : The analysis results showed a significant relationship between family support and dietary compliance among elderly individuals with hypertension, with a p-value of 0.000 ($p < 0.05$). Elderly individuals who received strong family support tended to demonstrate greater adherence to a hypertension diet.

Conclusion : Family support plays a crucial role in improving dietary compliance among elderly individuals with hypertension. Family-based interventions should be considered as part of community-level strategies for hypertension management.

Keywords : Hypertension, Elderly, Family Support, Dietary Compliance, Padukuhan Singosaren.

-
1. Nursing Science Program Student, STIKES Wirahusada Yogyakarta
 2. Lecturer, STIKES Wirahusada Yogyakarta
 3. Lecturer, STIKES Wirahusada Yogyakarta

A. PENDAHULUAN

Hipertensi adalah kondisi saat tekanan darah sistolik lebih dari 140 mmHg dan diastolik di atas 90 mmHg. Ini juga dikenal sebagai tekanan darah tinggi dan bisa menyebabkan masalah serius seperti serangan jantung dan stroke dan gagal ginjal. Istilah “*silent killer*” sering digunakan untuk penyakit ini karena kejadiannya sering luput dari perhatian dan tidak menunjukkan gejala yang spesifik (Sari et al., 2017)

Hipertensi sering menjadi penyebab utama dan paling umum dari sindrom koroner akut, seperti serangan jantung. Tingkat keparahan hipertensi atau tekanan darah tinggi dipengaruhi oleh beberapa faktor. Faktor-faktor ini termasuk riwayat keluarga, ras, umur, jenis kelamin, dan adanya diabetes, stres, obesitas, pola makan, serta penyalahgunaan obat-obatan (Black et al., 2014). Menurut NIR Janah et al. (2021), risiko hipertensi meningkat seiring bertambahnya usia, karena secara fisiologis terjadi penebalan dinding arteri pada usia lanjut. Gejala umum hipertensi meliputi nyeri kepala, pusing, lemas, keletihan, kesulitan bernapas, kegelisahan, mual, muntah, pendarahan hidung, dan penurunan kesadaran.

Menurut WHO (2023) permasalahan hipertensi perlu diwaspadai, hal ini dikarenakan prevalensi hipertensi mengalami peningkatan setiap tahunnya. Penderita hipertensi di dunia diperkirakan sekitar 1,28 miliar orang mengalami hipertensi. Pada tahun 2022, Sekitar 972 juta orang di dunia, atau 26,4% dari populasi lansia, mengalami hipertensi. Angka ini diperkirakan akan naik menjadi 29,2% pada tahun 2025. Dari jumlah tersebut, 333 juta ada di negara maju dan 639 juta di negara berkembang, termasuk Indonesia. Pada tahun 2021, (WHO) mencatat sekitar 1,28 miliar orang dewasa di seluruh dunia mengalami hipertensi, terutama di negara-negara berpenghasilan menengah ke bawah. Di Asia Tenggara, tingkat hipertensi mencapai 39,9% pada tahun 2020.

Pengendalian/Mengelola tekanan darah tinggi pada lansia memerlukan berbagai pendekatan, termasuk perubahan gaya hidup, dalam pola hidup sehat, dengan menjalankan diet rendah sodium, aktivitas fisik, berhenti merokok dan alkohol. Pengobatan, dan pemeriksaan kesehatan rutin, nasehat dan edukasi tentang risiko tekanan darah tinggi dan pengobatan penyakit kronis bisa sangat efektif. Kegiatan ini biasanya melibatkan orang lanjut usia, petugas kesehatan, dan anggota keluarga (Muhammadiyah Mataram 2024).

Banyak keluarga mengabaikan pola makan lansia dengan hipertensi karena menganggap kondisi ini biasa. Dukungan keluarga sangat penting untuk membantu lansia mengikuti diet yang tepat, seperti mengonsumsi buah, sayur, dan kacang, serta menghindari garam. (Shidqi, 2023).

Dukungan keluarga sangat berperan penting dalam membantu lansia mengatasi masalah dan menjalankan kepatuhan diet hipertensi dengan baik. Bentuk dukungan keluarga seperti memberikan dorongan yaitu dukungan instrumental, memberikan dukungan dan semangat kepada keluarga termasuk kedalam dukungan penilaian/penghargaan, antusiasme, menawarkan bimbingan atau memberikan informasi mengenai penyakit yang sedang dialami termasuk kedalam dukungan informasional, kepercayaan diri, memberikan perhatian termasuk kedalam dukungan instrumental, membantu lansia dalam mengingatkan minum obat atau menyediakan makanan sesuai diet hipertensi, dan menemani ke dokter, dan dengan dukungan sosial, keluarga tetap terlibat dalam aktivitas sosial yang bermanfaat untuk kesejahteraan psikologis lansia (Agustina, 2023), (Nurhikmah, UIN Alauddin Makassar 2023).

Provinsi DIY memiliki 5 kabupaten yaitu: Kabupaten Kota Yogyakarta, Kabupaten Gunung Kidul, Kabupaten Kulon Progo, Kabupaten Bantul dan Kabupaten Sleman, kabupaten Bantul menempati urutan pertama jumlah kasus hipertensi paling banyak yaitu dengan jumlah kasus hipertensi sebanyak 49.306 kasus, diikuti kabupaten sleman dengan jumlah kasus hipertensi sebanyak 47.084 kasus, Kabupaten Kulon Progo menduduki peringkat ketiga dengan kasus hipertensi sebanyak 33.985 kasus, kota Yogyakarta menempati urutan keempat dengan jumlah kasus hipertensi sebanyak 32.972 kasus dan di urutan kelima kabupaten Gunung Kidul menempati urutan paling rendah kasus hipertensi dengan jumlah kasus sebanyak 28.226 kasus (Dinkes DIY, 2022).

Berdasarkan data jumlah lansia yang diduga mengalami hipertensi di Kabupaten Bantul meningkat dari tahun 2022 ke tahun 2023. Kenaikan paling besar terjadi pada wanita, dengan total mencapai 21%. atau 7.042 orang dan laki-laki sebanyak 20% atau 3.211 Oleh karena peneliti akan melakukan penelitian di kabupaten Bantul. Di Puskesmas Imogiri I Bantul, ada 3.312 lansia yang mengalami hipertensi (Dinkes Kabupaten Bantul 2023).

Bedasarkan Wawancara dengan tiga lansia di Padukuhan Singosaren menunjukkan bahwa dua keluarga belum paham tentang makanan yang harus dihindari bagi lansia atau

penderita hipertensi. Selain itu, minimnya informasi tentang perilaku yang seharusnya dihindari, seperti merokok, turut menjadi masalah. Dalam hal pola makan, lansia yang menderita hipertensi masih belum mengikuti pedoman diet yang dianjurkan dan cenderung mengonsumsi sembarang makanan yang disediakan oleh keluarga. Dua orang tua mengonsumsi bumbu penyedap seperti masako dan ajinomoto, serta garam, makanan manis, daging, dan makanan berlemak, yang bisa merugikan kesehatan mereka. Mereka juga jarang memeriksa tekanan darah di rumah sakit atau puskesmas karena kesibukan anggota keluarga. Dan 1 lansia mengatakan bahwa setiap bulan keluarganya selalu mengantarkan saya untuk melakukan cek kesehatan rutin di posyandu lansia atau di puskesmas, lansia tersebut mengatakan juga bahwa pola makan selalu teratur dan selalu di perhatikan keluarga dalam mengonsumsi makanan yaitu penyedap rasa sedikit-sedikit seperti garam, masako, ajinomoto, serta daging, makanan berminyak, dan selalu konsumsi buah: pisang, jeruk, dan sayur: bayam, wortel, brokoli, serta seledri karena kaya akan kalium dan serat yang membantu mengontrol tekanan darah.

B. METODE

Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif korelasional dengan pendekatan cross-sectional. Variabel independen adalah dukungan keluarga, sedangkan variabel dependen adalah kepatuhan diet hipertensi. Sampel berjumlah 35 lansia di Padukuhan Singosaren, diambil dengan teknik total sampling. Instrumen penelitian berupa kuesioner tertutup: Dukungan keluarga: 26 item dan kepatuhan diet hipertensi: 14 item pertanyaan. Instrumen pada kuesioner ini sudah dilakukan uji validitas dan reliabilitas oleh peneliti Fridolin Duru Manna (2023). Uji validitas menggunakan korelasi product moment Pearson menunjukkan seluruh item memiliki r hitung $> r$ tabel sehingga dinyatakan valid. Uji reliabilitas menggunakan Cronbach's Alpha menghasilkan nilai $> 0,7$ sehingga dinyatakan reliabel.

Pengumpulan data dilakukan melalui kunjungan rumah ke rumah dalam satu hari. Sebelum wawancara, peneliti memberikan surat persetujuan (informed consent) dan menjelaskan tujuan, prosedur, manfaat, serta kerahasiaan data penelitian kepada responden. Wawancara dilakukan secara terstruktur dengan mengisi kuesioner sesuai jawaban responden.

Analisis data dilakukan secara univariat (distribusi frekuensi) dan bivariat menggunakan uji Chi-Square dengan taraf signifikansi $p < 0,05$. Hasil uji Chi-Square menunjukkan nilai

$p = 0,000 (< 0,05)$, yang berarti terdapat hubungan signifikan antara dukungan keluarga dan kepatuhan diet hipertensi pada lansia.

C. HASIL

1. Karakteristik Responden

Berdasarkan hasil penelitian pada 35 responden pada lansia penderita hipertensi di Padukuhan Singosaren Desa Wukirsari Kecamatan Imogiri Kabupaten Bantul dapat dideskripsikan karakteristik responden berdasarkan umur, tekanan darah, jenis kelamin, pekerjaan, pendidikan, dan lama menderita hipertensi seperti pada tabel berikut:

Karakteristik Responden

Tabel 9

Distribusi Frekuensi Umur, Jenis Kelamin, Pendidikan, Pekerjaan, dan Lama Menderita Hipertensi

Karakteristik		Frekuensi	Persentase %
Usia (Tahun)	60-74	26	74,3
	75-90	9	25,7
Jenis Kelamin	Laki-Laki	4	11,4
	Perempuan	31	88,6
Pendidikan	SD	20	57,1
	SMP	4	11,4
	SMA	3	8,6
	Akademik/Perguruan Tinggi	2	5,7
	Tidak Sekolah	6	17,1
Pekerjaan	Petani	5	14,3
	Buruh	19	54,3
	Wirausaha	2	5,7
	PNS	-	-
	Lain-Lain Ibu Rumah Tangga	9	25,7
Lama Menderita HT	<5 Tahun	35	100.0
	≥5 Tahun	-	
Total		35	100.

Sumber: Data dari Padukuhan Singosaren (2025)

Berdasarkan Tabel 9 karakteristik usia menunjukkan bahwa sebagian besar responden berusia 60-74 tahun dengan persentase 74,3%, dan rata-rata umur 76 Tahun, karakteristik jenis kelamin menunjukkan bahwa separuh lebih responden berjenis kelamin perempuan dengan persentase 88,6%, karakteristik pendidikan menunjukkan bahwa sebagian besar responden berpendidikan SD dengan persentase 57,1%, karakteristik pekerjaan menunjukkan bahwa sebagian besar responden pekerjaan buruh dengan persentase 54,3%, dan karakteristik lama menderita menunjukkan bahwa sebagian responden menderita hipertensi kurang dari 5 tahun dengan persentase 100.%.

2. Analisa Univariat

Analisis univariat pada penelitian ini yaitu distribusi frekuensi pada dukungan keluarga dan kepatuhan diet hipertensi pada lansia di Padukuhan Singosaren Desa Wukirsari Kecamatan Imogiri Kabupaten Bantul yang dibuat dalam tabel berikut in:

a. Distribusi Frekuensi Dukungan Keluarga

Tabel 10

Distribusi Frekuensi Dukungan Keluarga

No	Dukungan Keluarga	Frekuensi	Persentase %
1	Dukungan Kurang	21	60.0
2	Dukungan Baik	14	40.0
Total		35	100.0

Sumber: Data dari Padukuhan Singosaren (2025)

Berdasarkan tabel 10 menunjukkan bahwa dari 35 responden di padukuhan singosaren terdapat 21 responden yang dukungan kurang dengan persentase 60.0% dan 14 responden yang dukungan baik dengan persentase 40.0% dukungan keluarga.

b. Distribusi Frekuensi Kepatuhan Diet

Tabel 11

Distribusi Frekuensi Kepatuhan Diet

Noss	Kepatuhan Diet	Frekuensi	Persentase %
1	Kurang Patuh	24	68,6
2	Patuh	11	31,4
Total		35	100.0

Sumber: Data dari Padukuhan Singosaren (2025)

Berdasarkan tabel 11 menunjukkan bahwa dari 35 responden di padukuhan singosaren terdapat 24 responden yang kurang patuh dengan persentase 68,6% dan 11 responden yang patuh dengan persentase 31,4% diet hipertensi.

3. Analisis Bivariat

Analisis bivariat pada penelitian ini untuk mengetahui hubungan antara dua variabel apakah signifikan atau tidak dengan menggunakan uji chi square yang dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 12

Tabulasi Silang Antara Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Diet Hipertensi Pada Lansia

	Kepatuhan Diet				Total		Nilai p
	Kurang Patuh		Patuh				
Dukungan Keluarga	N	%	n	%	n	%	
Dukungan Kurang	21	60,0	0	0,0	21	60	0,000
Dukungan Baik	3	8,6	11	31,4	14	40	
Total	24	68.6	11	31.4	35	100	

Sumber: Data dari Padukuhan Singosaren (2025)

Berdasarkan tabel 12 menunjukkan bahwa diperoleh 21 lansia (60.0%), dikategorikan dukungan kurang dan kurang patuh akan diet hipertensi, sedangkan 11 lansia (31,4%) dikategorikan dukungan baik dan patuh akan diet hipertensi.

Berdasarkan hasil uji statistik chi square, didapatkan nilai p value sebesar 0,000 ($<0,05$) maka H_a diterima dan H_o ditolak yang berarti ada hubungan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet hipertensi pada lansia di Padukuhan Singosaren Desa Wukirsari Kecamatan Imogiri Kabupaten Bantul.

D. PEMBAHASAN

1. Dukungan Keluarga

Berdasarkan hasil penelitian, diketahui bahwa hampir sebagian responden, yaitu sebanyak 21 orang (60%), mendapatkan dukungan keluarga yang masih kurang. Dimana keluarga lansia mengatakan bahwa masih kurang memahami bagaimana cara memberikan perhatian, atau bantuan kepada lansia hipertensi, dan juga tidak terlalu paham tentang kondisi kesehatannya. Bahkan keluarga sendiri tidak tahu pentingnya minum obat teratur, menjaga pola makan yang baik, atau memeriksakan tekanan darah secara rutin ke posyandu atau puskesmas terdekat. Sayangnya karena minimnya pendidikan dan kurangnya pengetahuan karena anggota keluarga hanya lulusan SD, dimana juga keluarga tidak mempunyai waktu sedikitpun untuk menjaga atau membantu lansia di rumah, karena keluarga sibuk bekerja demi mencukupi kebutuhan sehari-hari dengan keterbatasan ekonomi juga. Karena penghasilan keluarga pas-pasan, untuk membeli obat sering tertunda. Mereka juga jarang berbicara dari hati ke hati dengan lansia. Komunikasi seadanya, sekadar menanyakan apakah sudah makan atau belum. Maka dari itu lansia pun sering merasa kesepian dan tidak dianggap. Lansia ingin didengarkan, ditemani ke puskesmas, atau setidaknya diajak bicara. Tapi keluarganya, karena keterbatasan pendidikan, pengetahuan, dan ekonomi, tidak menyadari betapa pentingnya dukungan itu bagi kesehatannya.

Kurangnya dukungan keluarga sering terjadi bukan karena tidak peduli, tetapi karena keterbatasan dalam pengetahuan, pendidikan, dan komunikasi. Keluarga yang kurang pengetahuan tidak tahu cara mendukung dengan benar karena tidak memahami kebutuhan anggota keluarganya. Pendidikan yang rendah membuat mereka sulit menyerap informasi dan enggan terlibat aktif. Sementara itu, komunikasi yang terbatas menyebabkan kesalahpahaman, jarak emosional, dan anggota keluarga merasa diabaikan. Ketiganya saling berhubungan dan membuat keluarga sulit memberikan dukungan yang utuh, baik secara fisik maupun emosional (Puspitasari, & Ardianto 2021).

Berdasarkan hasil data kuesioner tentang informasi yang diberikan peneliti masih ada 30 (85,71%) keluarga yang tidak melarang lansia untuk makan makanan

yang sama dengan keluarga dimana makanan tersebut mengandung garam dan micin, masako yang jika dikonsumsi setiap harinya akan mengakibatkan naiknya tekanan darah. Adapun 5 (14,29%) keluarga yang masih memperhatikan lansia untuk selalu mengecek atau mengontrol lansia pada tenaga kesehatan setempat. Hasil penelitian ini sejalan dengan temuan Yulianti (2020) yang menyatakan bahwa dukungan keluarga yang kurang, terutama dalam pemberian informasi diet, berdampak pada rendahnya kepatuhan lansia dalam menjalani diet hipertensi. Hal ini menunjukkan pentingnya edukasi bagi keluarga sebagai bagian dari upaya meningkatkan kualitas hidup lansia.

Adapun hasil kuesioner tentang dukungan penilaian dan penghargaan bahwa menunjukkan ada 27 (77,14%) keluarga lansia yang masih jarang memberikan motivasi, serta menceritakan terkait penyakit hipertensi yang di derita lansia, jika lansia bertanya keluarga cuman diam saja bahkan tidak merespon sama sekali, karena beberapa keluarga masih merasa sungkan, itu menjadi kebiasaan lama yang sulit dihilangkan, serta kurangnya pemahaman keluarga tentang pentingnya peran mereka dalam merawat lansia hipertensi juga menjadi salah satu penyebabnya, banyak lansia merasa kurang diperhatikan, bahkan bisa berdampak pada kondisi kesehatan mereka yang semakin menurun. Membuktikan bahwa kombinasi dukungan keluarga termasuk penghargaan secara statistik sangat berpengaruh terhadap derajat hipertensi ($p = 0,000$). Hasil ini konsisten mendukung temuan bahwa minimnya penilaian dan penghargaan terhadap peran keluarga bisa menjadi salah satu faktor penghambat keterlibatan dalam perawatan lansia hipertensi (Ruqiah et al. 2025).

Hasil data kuesioner tentang dukungan instrumental ada 23 (76,67%) yang menunjukkan dukungan keluarga masih kurang seperti kurangnya penyediaan transportasi bagi lansia untuk beraktivitas di luar rumah. Hal ini juga menjadi alasan lansia menjadi stress karena monoton pada lingkungan yang ditempati. Akibat dari stress ini dapat berpengaruh bagi tekanan darah dan berpengaruh pada penyakit yang diderita lansia, dimana lansia akan menjadi jenuh, tidak bersemangat melakukan aktivitas dan pola makan, serta dapat berdampak pada diet hipertensi yang dilakukan. Namun hal ini juga menjadi pro dan kontra bagi keluarga

dikarenakan jika lansia terlalu melakukan aktivitas di luar rumah dapat berpengaruh pada kesehatan yang tidak di kendalikan atau dipantau oleh keluarga. Aspek instrumental (seperti bantuan transportasi, belanja, dan aktivitas harian) merupakan bentuk dukungan yang paling sering kurang diberikan, menyebabkan ketergantungan dan perasaan tidak berguna pada lansia (Lestari, R. et al.2018).

Hasil dari data kuesioner tentang Dukungan emosional yang menunjukkan ada 20 (57,14%) keluarga diperoleh data bahwa sebagian keluarga lansia belum memberikan dukungan emosional secara optimal dalam proses mendampingi lansia menjalani diet khusus, seperti diet rendah garam untuk penderita hipertensi. Hal ini terlihat masih banyak lansia yang menunjukkan kurangnya dorongan emosional yang mereka terima dari anggota keluarga terdekat. Dukungan emosional bentuk dukungan sosial yang meliputi kasih sayang, empati, perhatian, dan penerimaan terhadap individu. Bagi lansia, dukungan ini penting untuk menumbuhkan rasa dihargai dan diperhatikan, yang berperan dalam meningkatkan motivasi untuk mematuhi anjuran diet yang diberikan oleh tenaga kesehatan. Lansia yang tidak mendapat dukungan emosional seperti perhatian, semangat, dan motivasi dari keluarga memiliki tingkat stres lebih tinggi dan kualitas hidup lebih rendah. Meskipun makanan tersedia (dukungan instrumental), tanpa dukungan emosional lansia tidak termotivasi menjalani gaya hidup sehat (Sari, Y. et al. 2020).

Dari semua dukungan terdapat 2 dukungan yang termasuk dukungan paling tinggi dan paling rendah, dukungan paling tinggi adalah dukungan informasional, dan paling rendah adalah dukungan emosional. Dimana dukungan informasi ini sangat penting dilakukan pada lansia, Karena keluarga sering memberikan informasi terkait kesehatan. Contohnya memberitahukan jadwal minum obat, pemeriksaan rutin, dan pola makan lansia. Hal ini perlu dingatkan kepada lansia, agar dapat meningkatkan pengetahuan, dan kesejahteraan lansia. Adapun dukungan emosional, dukungan ini termasuk dukungan paling rendah karena banyak anggota keluarga yang sibuk dengan pekerjaan atau aktivitas lainnya sehingga tidak memiliki waktu untuk memberikan perhatian emosional kepada lansia seperti mendengarkan cerita mereka, kurang kasih sayang, kurangnya komunikasi yang mendalam antara lansia dan anggota keluarga lainnya dapat

menghambat pemberian dukungan emosional, beberapa keluarga mungkin tidak menyadari pentingnya dukungan emosional bagi kesejahteraan lansia, sehingga aspek ini kurang diperhatikan.

Berdasarkan wawancara dengan Ibu Kader lansia mengatakan bahwa banyak lansia memiliki pendidikan rendah, yang membuat mereka kurang peduli pada kesehatan. Beberapa dari mereka perlu dikunjungi di rumah untuk mendapatkan pemeriksaan rutin terkait hipertensi.

Berdasarkan hasil wawancara dengan keluarga terlihat bahwa lansia masih sering makan sendiri tanpa pengawasan, masih mengonsumsi makanan seperti gorengan, santan, serta kopi dan tidak mendapat motivasi emosional dari anggota keluarga, bahkan keluarga sendiri tidak mengerti atau tidak paham makanan yang sehat dan sebaiknya yang diberikan kepada lansia.

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh “Widia Cahyani Hia, Maria Astrid” (2023) yang menuliskan bahwa ada hubungan signifikan antara pengetahuan tentang hipertensi dengan kepatuhan diet pasien hipertensi dengan p value 0,000. Dengan adanya dukungan keluarga pasien mampu melakukan diet hipertensi. Hal tersebut sesuai dengan teori mengenai dukungan keluarga yaitu tentang Dukungan keluarga memainkan peran penting dalam manajemen hipertensi pada lansia, baik secara fisiologis maupun psikologis. Tanpa dukungan yang memadai, stres dan ketidakpatuhan terhadap pengobatan dapat memperburuk kondisi hipertensi.

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh “Asda, Sasmita Jati, Angelo, Freitas” (2019) yang menuliskan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara Hubungan dukungan keluarga dengan tingkat stres pada lansia di Balai pelayanan sosial tresna werdha unit budi luhur kasongan bantul yogyakarta dengan p value 0,03. Hal tersebut sesuai dengan teori mengenai dukungan keluarga yang sangat kuat dapat mengacu pada bentuk perhatian emosional, tindakan nyata, informasi, dan bantuan kehadiran yang diberikan oleh anggota keluarga kepada lansia dalam menghadapi tekanan hidup, dapat menurunkan stress yang muncul pada lansia.

2. Kepatuhan Diet Hipertensi Pada Lansia

Bedasarkan hasil penelitian di Padukuhan Singosaren Desa Wukirsari, dari 35 orang, ada 24 orang (68,6%) yang memberi tanggapan kurang patuh dalam menjalankan diet hipertensi. Dimana lansia sendiri mengatakan kalo masih mengkonsumsi sate, jeroam, makan makanan bersantan, konsumsi gorengan, kopi, makanan yang mengandung garam dan micin serta mengkonsumsi kembang kol, kacang polong, brokoli dan buncis. Makanan seperti ini adalah makanan yang biasa di konsumsi sejak dulu sehingga sulit untuk di tinggalkan, makanan tersebut di anggap lebih lesat dan mengugah selera. Sebagian lansia belum tau atau tidak paham bahwa makanan seperti itu bisa memicu tekanan darah tinggi, serta kurangnya perhatian dari keluarga untuk membatasi atau mengingatkan soal makanan tersebut bahkan ikut memberi.

Banyak lansia lebih patuh cek tekanan darah setiap bulan,. Tetapi mereka sulit menghindari makanan yang dilarang dan dapat memicu tekanan darah tinggi, karena sudah menjadi kebiasaan, sehingga kepatuhan diet sangat kurang dan sulit dilakukan oleh lansia. Kepatuhan pada kondisi kesehatan bisa dicapai dengan dukungan dari lingkungan, terutama keluarga. Peneliti melihat banyak orang tua tidak dapat menemani lansia saat dilakukan pemeriksaan kesehatan. Keluarga masih sangat kurang membantu lansia. Orang tua perlu didukung untuk mengikuti aturan di rumah, karena aktivitas mereka diketahui dan diatur oleh keluarga. Namun, penelitian menunjukkan masih ada ketidakpatuhan dari lansia dalam menjalankan pola makan untuk hipertensi. Ketidakpatuhan inilah yang memicu meningkatnya tekanan darah atau hipertensi pada lansia. Di Ethiopia melaporkan bahwa hanya 28,3% pasien hipertensi yang patuh terhadap diet DASH (Dietary Approaches to Stop Hypertension). Faktor-faktor seperti rendahnya pengetahuan gizi, minimnya edukasi kesehatan, dan kurangnya dukungan keluarga menjadi penyebab utama ketidakpatuhan. Temuan ini mendukung hasil penelitian di Padukuhan Singosaren, di mana banyak lansia yang tidak memahami jenis makanan yang sebaiknya dihindari atau dikonsumsi (Girma et al. 2023).

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh “Basuki, Sunaryo Sunaryo” (2024) yang menuliskan bahwa ada hubungan yang signifikan antara Tingkat

Pengetahuan Dengan Kepatuhan Berobat Pasien Penderita Hipertensi Lansia Di Puskesmas Sleman dengan p value 0.001. Pengetahuan yang memadai mendorong persepsi manfaat dan keseriusan penyakit sehingga meningkatkan kepatuhan pasien. Hal tersebut sesuai dengan teori kepatuhan menunjukkan bahwa pasien hipertensi lansia dengan pengetahuan tinggi memiliki kemungkinan kepatuhan berobat hingga 4 kali lebih besar dibandingkan pasien dengan pengetahuan rendah.

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Fridolin Duru Manna (2023) menunjukkan bahwa ada hubungan penting antara pemahaman hipertensi dan kepatuhan diet pada pasien hipertensi dengan nilai p 0,024. Dukungan keluarga membantu pasien dalam menjalani diet hipertensi. Di padukuhan Dengkeng Desa Wukirsari Kabupaten Bantul, banyak responden lansia, 50 orang, menunjukkan kepatuhan dalam diet hipertensi.

3. Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Diet Hipertensi Pada Lansia

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh nilai p value 0,000 ($<0,05$) menunjukkan bahwa adanya hubungan antara dukungan keluarga dengan kepatuhan diet hipertensi pada lansia, maka H_a di terima dan H_o di tolak.

Berdasarkan hasil observasi peneliti bahwa Keluarga di Padukuhan Singosaren memiliki dukungan yang kurang untuk kepatuhan pola makan lansia dengan hipertensi. Mereka tidak memenuhi kebutuhan pangan yang sesuai, serta kurang memberikan fasilitas dan waktu untuk kesehatan lansia. Selain itu, keluarga sebaiknya menghindari memberikan makanan yang sama dengan anggota keluarga lain, terutama yang mengandung garam dan bahan berisiko tinggi lainnya.

Dukungan keluarga sangat penting untuk membantu penderita hipertensi menjalani diet. Dukungan ini meningkatkan kepercayaan diri, memotivasi mereka dalam menghadapi tantangan, dan dapat meningkatkan kepuasan hidup. Tekanan darah tinggi yang tidak diobati dapat menyebabkan gejala muncul kembali, membuat penderita lebih sulit. Pengobatan yang lama bisa membuat penderita merasa bosan dan putus asa, sehingga proses penyembuhan terganggu. Dukungan keluarga sangat penting untuk kesehatan semua anggota keluarga, jadi hubungan antara pasien dan keluarga perlu diperhatikan. Kepatuhan diet pada pasien hipertensi masih rendah, dan sebagian besar disebabkan oleh rendahnya

pengetahuan dan kebiasaan makan yang sulit diubah. Penelitian tersebut juga menunjukkan bahwa dukungan keluarga dan tenaga kesehatan sangat berpengaruh terhadap peningkatan kepatuhan diet (Indrawati & Putri 2021).

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Tri Aji Kurniawan, Cahya Tribagus Hidayat, (2023) yang menuliskan bahwa terdapat hubungan signifikan antara dukungan keluarga dengan Kepatuhan diet hipertensi, atau dapat diartikan korelasi yang sangat kuat dan arah hubungannya positif dengan p value 0,000. Dengan adanya dukungan keluarga pasien mampu melakukan diet hipertensi. Hal tersebut sesuai dengan teori mengenai dukungan keluarga yaitu tentang dukungan dari keluarga sangat penting untuk mencapai dan menjaga kesehatan setiap orang dalam keluarga pada lansia, baik secara fisiologis maupun psikologis. Tanpa dukungan yang memadai, stres dan ketidakpatuhan terhadap pengobatan dapat memperburuk kondisi hipertensi.

E. KESIMPULAN

1. Dukungan keluarga di Padukuhan Singosaren Desa Wukirsari Kecamatan Imogiri Kabupaten Bantul sebagian besar dukungan kurang.
2. Kepatuhan diet hipertensi di Padukuhan Singosaren Desa Wukirsari Kecamatan Imogiri Kabupaten Bantul sebagian besar kurang patuh.
3. Ada hubungan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet hipertensi pada lansia di Padukuhan Singosaren Desa Wukirsari Kabupaten Bantul dengan nilai p value = 0.000 (p value <0,05).

F. SARAN

1. Bagi Puskesmas Imogiri 1

Puskesmas dapat meningkatkan pemahaman tentang pentingnya keluarga dalam mendukung lansia penderita hipertensi untuk menjalani diet yang tepat. Penelitian ini dapat menjadi dasar bagi puskesmas untuk mengembangkan program penyuluhan dan pendampingan keluarga yang lebih efektif, serta meningkatkan kualitas pelayanan kesehatan bagi lansia di Padukuhan Singosaren, Desa Wukirsari, Kecamatan Imogiri, Kabupaten Bantul.

2. Bagi Kader Lansia

Kader dapat memberikan edukasi yang lebih efektif kepada keluarga lansia tentang pentingnya dukungan dalam menjalankan diet hipertensi. Selain itu, kader juga dapat mengembangkan program atau kegiatan di posyandu yang melibatkan keluarga untuk mendukung lansia dalam menjaga pola makan sehat di Padukuhan Singosaren, Desa Wukirsari, Kecamatan Imogiri, Kabupaten Bantul.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini dapat menjadi sumber referensi dan informasi yang berharga bagi peneliti yang ingin melakukan penelitian serupa atau mengembangkan penelitian terkait dengan dukungan keluarga dan kepatuhan diet pada lansia dengan hipertensi.

DAFTAR PUSTAKA

- Aprillia, Y. (2020). Gaya Hidup dan Pola Makan Terhadap Kejadian Hipertensi. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 12(2), 1044–1050. <https://doi.org/10.35816/jiskh.v12i2.459>
- Arindari, D. R., & Puspita, R. (2022). *Hubungan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet hipertensi pada lansia di Puskesmas Ariodillah*. *Excellent Midwifery Journal*, 5(1), 94–103. <https://doi.org/10.55541/emj.v5i1.201> jurnal.mitrahusada.ac.id
- Akhirana, M. (2024). *Hubungan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet lansia pada penderita hipertensi di Puskesmas Pajang Surakarta*. *Ilmiah Keperawatan*, 12(2), 322–341. <https://doi.org/10.52236/ih.v12i2.649> akperinsada.ac.id
- Asda, P., Sasmita Jati, M. A., & Freitas, A. (2019). Hubungan dukungan keluarga dengan tingkat stres lansia di Balai Sosial Tresna Werdha. *Mikki: Majalah Ilmu Keperawatan dan Kesehatan Indonesia*. [tanpa volume atau halaman] journal.stikeswirahusada.ac.id
- Black, H. R., Elliott, W. J., & Neaton, J. D. (2014). *Hypertension and cardiovascular disease: Risks, mechanisms, and treatment*. *Journal of Clinical Hypertension*, 16(7), 494–500. <https://doi.org/10.1111/jch.12372>
- Basuki, P. P., & Sunaryo, S. (2024). Hubungan tingkat pengetahuan dengan kepatuhan berobat pasien penderita hipertensi lansia di Puskesmas Sleman. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 17(1), hlm. [harus]
- Dinas Kesehatan DIY. (2022). *Profil kesehatan Daerah Istimewa Yogyakarta tahun 2022*. Yogyakarta: Dinas Kesehatan DIY.
- Dinas Kesehatan Kabupaten Bantul. (2023). *Data jumlah lansia hipertensi di Kabupaten Bantul tahun 2023*. Bantul: Dinas Kesehatan Bantul.
- Girma, F., Emishaw, S., G/Kirstos, K., & Mulat, A. (2016). Level of adherence to hypertension treatment using Morisky Medication Adherence Scale, Mekelle, Ethiopia. *Research & Reviews: Journal of Neuroscience*, 6(2), 1–10. <https://doi.org/10.37591/rrjon.v6i2.987> medicaljournals.stmjournals.in
- Gede Abdurazak Rashid, Ejara, D., & Deybasso, H. A. (2024). Adherence to antihypertensive medications and associated factors in patients with hypertension, Oromia, Ethiopia: A multicenter study. *Scientific Reports*, 14, 30712. <https://doi.org/10.1038/s41598-024-80086-x> [PMC](https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/)
- Girma, W., Getnet, M., & Tadesse, M. (2023). *Dietary adherence and associated factors among hypertensive patients in Ethiopia*. *Journal of Hypertension and Public Health*, 12(1), 45–52.
- Gemeda, A. T., Regassa, L. D., Weldesenbet, A. B., Merga, B. T., Legesse, N., & Tusa, B. S.

- (2020). Adherence to antihypertensive medications and associated factors among hypertensive patients in Ethiopia: Systematic review and meta-analysis. *SAGE Open Medicine*, 8, Article 2050312120982459. <https://doi.org/10.1177/2050312120982459>
- Janah, N. I. R., Kartikawati, R., & Rahmah, F. (2021). Hubungan umur dengan kejadian hipertensi pada lansia di Puskesmas Pekuncen Kabupaten Banyumas. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 9(1), 55–62. <https://doi.org/10.xxxxxx/jik.v9i1.xxxx> (perlu disesuaikan jika ada DOI atau link jurnal asli)
- Meilinda, M., Pendit, S. A., & Dayuningsih, D. (2025). Hubungan dukungan keluarga dan kepatuhan diet hipertensi terhadap tekanan darah pada lansia. *Jurnal Kesehatan Amanah*, 9(1), 93–102. <https://doi.org/10.57214/jka.v9i1.725>
- Nurhikmah. (2023). *Dukungan keluarga terhadap kepatuhan diet hipertensi lansia di wilayah kerja Puskesmas Ujung Pandang*. Makassar: UIN Alauddin Makassar.
- Putri, I. D. (2022, Desember 1). Hubungan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet hipertensi pada lansia dalam mengontrol tekanan darah. *Health and Science Journal Muhammadiyah*, 1(2). lppmstikeslhokseumawe.com
- Sari, N. P., Widyawati, M. N., & Kurniawati, Y. (2017). Gambaran pengetahuan lansia tentang hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Cipaku. *Jurnal Kesehatan*, 8(2), 45–51. <https://doi.org/10.xxxxxx/jk.v8i2.xxxx> (perlu disesuaikan jika ada DOI atau link jurnal asli)
- Shidqi, A. (2023). *Pentingnya peran keluarga dalam pengelolaan hipertensi lansia*. [Tidak disebutkan jurnal atau instansi – lengkapi bila tersedia].
- World Health Organization (WHO). (2023). *Hypertension*. Retrieved from <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/hypertension>