



HUBUNGAN DUKUNGAN KELUARGA DENGAN POLA DIET PASIEN HIPERTENSI

Nisfil Mufidah¹, Rahmad Wahyudi², Khodaifi³

^{1,2,3} STIKes Ngudia Husada Madura

SUBMISSION TRACK

Received: May 05, 2023
Final Revision: May 28, 2023
Available Online: May 30, 2023

KEYWORDS

Family support, Dietary patterns, Hypertension

CORRESPONDENCE

Phone: 081332030606
E-mail: nisfil_nhm@yahoo.com

ABSTRACT

Hypertension is a global public health problem that triggers heart disease, kidney failure, stroke is a disease characterized by an increase in blood pressure, premature death and disability. The problem that occurs in hypertensive patients in the Batulenger Puskesmas Work Area is the high number of hypertension sufferers. This study aims to analyze the relationship between Family Support and Dietary Patterns of Hypertensive Patients.

The research design uses descriptive analytics with a correlational design that examines the relationship between variables. Using a cross sectional approach The independent variables of this study are family support and dietary pattern depeden variables. The population of 55 hypertensive patients in the working area of the Pakong Health Center with a sample of 48 with sampling techniques using Non Probability with purposive sampling techniques. Data collection techniques using questionnaires. Statistical test using spearman rank test with ($\alpha=0.05$).

The results showed that the value of the results of fassic activity showed that half of the family support showed enough for 17 (35%) respondents. The diet pattern mostly showed enough 25 respondents (52%). Based on the statistical spearman rank test with the value ($p=0.034$) < ($\alpha=0.05$). So it can be concluded that there is a relationship between Family Support and Dietary Patterns of Hypertensive Patients

It is recommended for the elderly to provide support from the family to prevent hypertension and strive to manage the diet properly and correctly.

I. INTRODUCTION

Hipertensi merupakan masalah kesehatan masyarakat global yang

memicu penyakit jantung, gagal ginjal, stroke merupakan penyakit yang ditandai dengan peningkatan tekanan darah,

kematian premature dan cacat (WHO, 2021). Hipertensi disebut penyakit *silent killer* karena datang secara tiba-tiba tanpa gejala dan dapat menyebabkan kematian (Suryani et al., 2020). Asupan makanan berkaitan dengan status gizi dan penyakit yang diderita seseorang (Adinda, 2020).

World Health Organization (WHO) diperkirakan 1,13 miliar orang di seluruh dunia menderita hipertensi, sebagian besar tinggal di negara berpenghasilan rendah dan menengah. Riskesdas 2018, kejadian hipertensi di Indonesia merupakan masalah kesehatan dengan prevalensi yang tinggi yaitu sebesar 34,1%. Hipertensi juga menempati peringkat ke-2 dari 10 penyakit terbanyak pada pasien rawat jalan di rumah sakit di Indonesia dengan prevalensi sebesar 4,67%. Kecenderungan prevalensi hipertensi berdasarkan wawancara pada usia ≥ 18 tahun menurut provinsi di Indonesia tahun 2013, Jawa Timur berada pada urutan ke-6. Jumlah pasien hipertensi terbanyak di Jawa Timur berada di Kota Surabaya yaitu sebanyak 313.960 penduduk. Adapun prevalensi hipertensi dengan diagnosis dokter sebanyak 62,63% berusia 55-75 tahun ke atas (Kemenkes RI, 2018).

Jumlah penderita hipertensi di lingkungan wilayah kerja Puskesmas Batulenger di tahun 2022 dari bulan januari sampai bulan juli terdapat 427 penderita hipertensi, hasil dari studi pendahuluan terhadap 10 pasien hipertensi didapatkan 8 pasien pola dietnya kurang dan 2 pasien pola dietnya cukup, dari data tersebut dapat disimpulkan banyaknya penderita hipertensi di Puskesmas Batulenger dengan pola diet yang kurang.

Penyebab terjadinya diet rendah pada pasien hipertensi karena kurangnya pengetahuan, sikap, motivasi diri dan dukungan keluarga. Dukungan keluarga itu sendiri diartikan dengan kesediaan anggota keluarga untuk memberikan bantuan kepada anggota keluarga yang

menderita hipertensi. Dukungan keluarga dalam perawatan hipertensi antara lain meliputi beberapa aspek yaitu dukungan emosional, dukungan instrumental, dukungan informatif, dukungan penghargaan (Friedman, 1998 dalam Lis Nurhayati, Nino Fibriana 2019).

Kurangnya dukungan dari keluarga menjadi salah satu pemicu terhadap kejadian hipertensi pada lansia dengan pola diet rendah. Pengetahuan merupakan kemampuan seseorang untuk memutuskan tindakan apa yang akan dilakukan. Pengetahuan penderita hipertensi sangat berpengaruh pada sikap untuk pola diet hipertensi. Semakin tinggi pengetahuan maka keinginan untuk diet juga semakin meningkat (Sari Hanum et al., 2019).

Motivasi merupakan suatu dorongan kehendak yang menyebabkan seseorang akan melakukan suatu perbuatan untuk mencapai tujuan tertentu. Motivasi individu ingin tetap mempertahankan kesehatannya sangat berpengaruh terhadap faktor-faktor yang berhubungan dengan perilaku penderita dalam kontrol penyakitnya (Niven N 2012 dalam Sari Hanum et al., 2019).

Dampak dari Dukungan keluarga merupakan sikap, tindakan dan penerimaan keluarga terhadap anggotanya. Anggota keluarga yang bersifat mendukung selalu siap memberikan pertolongan dan bantuan jika diperlukan. Dukungan keluarga dapat menjadi faktor yang berpengaruh dalam menentukan keyakinan dan nilai kesehatan individu serta menentukan program pengobatan yang diterima (Sari Hanum et al., 2019).

Solusi diet hipertensi bertujuan untuk membantu menurunkan tekanan darah dan mempertahankannya menuju normal. Disamping itu, diet juga ditujukan untuk menurunkan faktor risiko lain seperti berat badan yang berlebih, tingginya kadar lemak kolesterol dan asam urat dalam darah. Mengatur menu makanan sangat dianjurkan bagi

penderita hipertensi untuk menghindari dan membatasi makanan yang dapat meningkatkan kadar kolesterol darah serta meningkatkan tekanan darah (Palupi, 2014 dalam Yureya Nita et al., 2018). Dengan dukungan keluarga dalam diet hipertensi membantu menurunkan hipertensi pada penderita. Dukungan keluarga yang diberikan pada penderita hipertensi meliputi dukungan informasi, finansial, dukungan emosional dan dukungan penilaian atau penghargaan (Nilam Sari, 2020).

II. METHODS

Desain penelitian menggunakan deskriptif analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Variabel bebas dukungan keluarga dan variabel terikat pola diet. Populasi 55 responden hipertensi di Poli Puskesmas Batulenger Sokobanah Sampang dengan jumlah sampel yang diambil yaitu 10. Teknik pengambilan sampel menggunakan *Non Probability – Purposive Sampling*. Teknik pengumpulan data menggunakan kuesioner dukungan keluarga dan pola diet. Uji statistik menggunakan uji *Spearman Rank* dengan ($\alpha=0.05$).

III. RESULT

Tabel 1. Distribusi frekuensi responden berdasarkan usia di wilayah kerja Puskesmas Batulenger.

No	Usia	Frekuensi	Persentase
1	26-35	2	4%
2	36-45	24	50%
3	46-55	22	46%
Total		48	100%

Sumber: Data Primer, Januari 2023

Berdasarkan tabel 1 diatas didapatkan data usia setengah berusia 36-45 sejumlah 24 responden (50%). Berdasarkan tabel.

Tabel 2 Distribusi frekuensi berdasarkan jenis kelamin responden di wilayah kerja Puskesmas Batulenger.

NO	Jenis Kelamin	Frekuensi	Persentase
1	Laki-Laki	25	52%
2	Prempuan	23	48%
Total		48	100%

Berdasarkan tabel 2 diatas menunjukkan jenis kelamin responden sebagian besar berjenis kelamin laki - laki sejumlah 25 responden (52%).

Tabel 3 Distribusi frekuensi berdasarkan pekerjaan responden di wilayah kerja

No	Pekerjaan	Frekuensi	Persentase
1	Petani	23	48%
2	Pedagang	6	13%
3	Wiraswasta	17	35%
4	PNS	2	4%
Total		48	100%

Puskemas Batulenger

Sumber: Data primer, Januari 2023

Berdasarkan tabel 3 diatas menunjukkan pekerjaan responden hampir dari setengahnya bekerja sebagai petani sejumlah 23 responden (48%).

Tabel 4 Distribusi frekuensi berdasarkan jenis kelamin keluarga responden di wilayah kerja Puskesmas Batulenger

NO	Jenis Kelamin	Frekuensi	Persentase
1	Laki-Laki	26	54%
2	Prempuan	22	46%
Total		48	100%

Sumber: Data primer, Januari 2023

Berdasarkan tabel 4 diatas menunjukkan jenis kelamin keluarga sebagian besar berjenis kelamin laki-laki sejumlah 26 respondent (54%).

Tabel 5 Distribusi frekuensi berdasarkan usia keluarga di Wilayah kerja Puskesmas Batulenger

No	Usia	Frekuensi	Persentase
1	26-35	4	8%
2	36-45	22	46%
3	46-55	21	44%
4	56-65	1	2%
5	>66	0	0%
Total		48	100%

Sumber: Data Primer, Januari 2023

Berdasarkan tabel 5 diatas menunjukkan usia keluarga hampir dari

setengahnya berusia 22 respondent (46%).

Tabel 6 Distribusi frekuensi berdasarkan pekerjaan keluarga di Wilayah kerja Puskesmas Batulenger

No	Pekerjaan	Frekuensi	Persentase
1	Petani	18	38%
2	Pedagan	13	27%
3	Wiraswasta	13	27%
4	PNS	4	8%
Total		48	100%

Sumber: Data Primer, Januari 2023

Berdasarkan tabel 6 diatas menunjukkan pekerjaan keluarga hampir dari setengahnya bekerja sebagai petani sejumlah 18 (38%).

Tabel 7 Distribusi frekuensi berdasarkan dukungan keluarga di wilayah kerja Puskesmas Batulenger

No	Dukungan keluarga	Frekuensi	Persentase
1	Baik	16	33%
2	Cukup	17	35%
3	Kurang	15	31%
Total		48	100%

Sumber: Data Primer, Januari 2023

Berdasarkan tabel 7 diatas menunjukkan dukungan keluarga hampir setengahnya menunjukkan cukup sejumlah 17 (35%)

Tabel 8 Distribusi frekuensi berdasarkan Pola diet di wilayah kerja Puskesmas Batulenger

No	pola diet	Frekuensi	persentase
1	Baik	8	17%
2	Cukup	25	52%
3	Kurang	15	31%
Total		48	100%

Sumber: Data Primer, Januari 2023

Berdasarkan tabel 8 diatas menunjukkan pola diet sebagian besar menunjukkan cukup sejumlah 25 (52%).
Tabel 9 Tabulasi silang hubungan antara pola diet dengan dukungan keluarga pasien hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Batulenger

Berdasarkan tabel 9 dapat dijelaskan bahwa di wilayah kerja Puskesmas batulenger yang memiliki pola diet cukup dengan dukungan keluarga cukup sejumlah 25 (52,10%).

Dari hasil uji statistic *spearman rank* diperoleh nilai $p = 0,034$ berarti nilai $p = >\alpha (0,05)$. Berdasarkan hasil output SPSS terdapat koefisien korelasi didapatkan hasil $r = 0.307$ termasuk kedalam nilai koefisien kolerasi (0.200-0.399) menunjukkan bahwa niali korelasi lemah. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima yang berarti ada hubungan antara pola diet dengan dukungan keluarga pasien hipertensi di Wilayah kerja Puskesmas Batulenger.

		Dukungan keluarga			Total	
		Baik	cukup	Kurang		
Pola diet	baik	Count	4	4	0	8
		% of Total	8.30%	8.30%	0.00%	16.70%
	cukup	Count	9	8	8	25
		% of Total	18.80%	16.70%	16.70%	52.10%
	kruang	Count	3	5	7	15
		% of Total	6.30%	10.40%	14.60%	31.30%
Total		Count	16	17	15	48
		% of Total	33.30%	35.40%	31.30%	100.00%
$p = 0,034$			$>\alpha (0,05)$	$r = 0.307$		

IV. DISCUSSION

Gambaran dukungan keluarga di Wilayah kerja Puskesmas Batulenger

Berdasarkan hasil penelitian diatas menunjukkan dukungan keluarga hampir setengahnya menunjukkan cukup sejumlah 17 pasien hipertensi (35%).

Dari hasil koesioner saat wawancara pada responden menunjukkan keluarga cukup mendukung, karena mengetahui hal-hal terkait diet hipertensi yang harus dilakukan oleh responden dengan hipertensi, sebagian besar keluarga mengetahui tentang diet hipertensi tetapi masih ada ada keluarga yang belum mengetahui tentang diet hipertensi dan tinggal bersama responden sehingga pengetahuan keluarga tentang perawatan pada respondent dengan hipertensi di kategorikan cukup.

Hasil ini sesuai dengan teori (Friedman, 2013 dalam zakia fitri radiani 2018). Dukungan keluarga adalah proses yang terjadi terus menerus disepanjang masa kehidupan manusia. Dukungan keluarga berfokus pada interaksi yang berlangsung dalam berbagai hubungan sosial sebagaimana yang dievaluasi oleh individu. Dukungan keluarga adalah sikap, tindakan dan penerimaan keluarga terhadap anggotanya. Anggota keluarga memandang bahwa orang yang bersifat mendukung selalu siap memberikan pertolongan dan bantuan jika diperlukan.

Berdasarkan data umum diatas menunjukkan pekerjaan keluarga hampir dari setengahnya bekerja sebagai petani sejumlah 18 pasien hipertensi (38%).

Pekerjaan keluarga merupakan salah satu faktor rendahnya dukungan keluarga terhadap penderita hipertensi dikarenakan status ekonomi yang rendah pada keluarga dan kesibukan

keluarga yang waktunya dihabiskan untuk mencukupi kebutuhan keluarga yang berada di tempat kerja mengakibatkan kurangnya perhatian keluarga kepada penderita hipertensi (Hardi, 2020)

Gambaran pola diet pasien hipertensi di Wilayah kerja Puskesmas Batulenger

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan pola diet sebagian besar menunjukkan cukup sejumlah 25 pasien hipertensi (52%).

Diet merupakan pola makan dan minum yang mengutamakan ketepatan asupan gizi melalui berbagai makanan dan minuman. Pola makan yang sering disebut sebagai diet sehat meliputi zat-zat gizi yaitu protein, karbohidrat, serat, air, vitamin dan mineral (Irawati dan Husni, 2019).

Diet hipertensi adalah diet bagi penderita hipertensi yang ditujukan untuk membantu menurunkan tekanan darah dan mempertahankan tekanan darah menuju normal. Selain itu diet hipertensi juga ditujukan untuk menurunkan faktor risiko hipertensi lainnya seperti berat badan yang berlebih, tingginya kadar lemak (kolesterol) dan asam urat dalam darah. Penderita hipertensi yang memiliki tekanan darah lebih dari 160/gram mmHg, selain memerlukan pemberian obat-obatan anti hipertensi juga memerlukan terapi dietetik dan perubahan gaya hidup (Taslim et al., 2020).

Hubungan dukungan keluarga dengan pola diet di Wilayah kerja Puskemas Batulenger.

Hasil uji statistic *spearman rank* diperoleh nilai $p = 0,034$ berarti nilai $p = >\alpha$ (0,05). Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa H_0 diterima dan H_a ditolak yang berarti tidak ada hubungan antara pola diet dengan dukungan keluarga pasien hipertensi di wilayah kerja Puskemas Batulenger.

Dengan nilai koefisien korelasi didapatkan hasil $r = 0.307$ termasuk kedalam nilai koefisien korelasi (0.200-0.399) menunjukkan bahwa nilai korelasi lemah.

Dukungan keluarga inti (ayah, ibu, dan anak) juga sangat diperlukan pada penderita hipertensi dalam upaya meningkatkan kepatuhan diet pada penderita hipertensi (Pranata, 2018 dalam Rose amalia et al., 2020).

Dukungan dari keluarga sangat dibutuhkan dalam melakukan perawatan hipertensi dirumah karena untuk menambah rasa percaya diri dan motivasi untuk menghadapi masalah dalam melaksanakan kepatuhan diet hipertensi. Peran keluarga harus dilibatkan dalam mengatur menu makanan, karena sangat dianjurkan untuk pasien hipertensi dalam menghindari dan membatasi makanan yang dapat meningkatkan kadar kolesterol darah serta meningkatkan tekanan darah (Nita, 2018).

Penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh (Muh. Jumidi Sapwal et al., 2021). Berdasarkan hasil Perhitungan uji statistik dengan menggunakan *Uji Spearman Rank* didapatkan nilai signifikan $P\text{-value} = 0,001$ 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 Dusun Ladon Wilayah kerja Puskesmas Wanasaba.

V. CONCLUSION

Berdasarkan pembahasan dengan judul hubungan dukungan keluarga dengan pola diet pasien hipertensi dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Dukungan keluarga di Wilayah kerja Puskesmas Batulenger hampir setengahnya menunjukkan cukup

2. Pola diet pasien hipertensi di Wilayah kerja Puskesmas Batulenger sebagian besar menunjukkan cukup
3. Ada hubungan antara dukungan keluarga dengan pola diet di Wilayah kerja Puskesmas Batulenger.

REFERENCES

- Kemenkes, R. I. "Laporan nasional riskesdas 2018." Jakarta: Kemenkes RI (2018): 154-66.
- Nita, Yureya. "Hubungan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet pasien hipertensi di Puskesmas Payung Sekaki Pekanbaru Tahun 2017." *Jurnal Ilmu Kesehatan* 6.1 (2018): 90-97.
- Rihiantoro, T., & Widodo, M. (2018). Hubungan pola makan dan aktivitas fisik dengan kejadian hipertensi di kabupaten tulang bawang. Jurnal Ilmiah Keperawatan Sai Betik, 13(2), 159-167.*
- Risal, Muhammad., 2020. Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Self Care Studi Pada Pasien Stroke Non-Hemoragik Di Poliklinik Syaraf Rsud I Lagaligo Wotu Kabupaten Luwu Timur. Pp :189-201.*
- Suryani, Nany, Noviana Noviana, and Oklivia Libri. "Hubungan status gizi, aktivitas fisik, konsumsi buah dan sayur dengan kejadian hipertensi di Poliklinik Penyakit Dalam RSD Idaman Kota Banjarbaru." *Jurnal Kesehatan Indonesia* 10.2 (2020): 100-107.
- Syifa ayu pradani (2021) *hubungan dukungan keluarga dengan pengaturan pola makan pada penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Walantaka.* Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Tasalim, Rian, and Ardhia Redina Cahyani. "Dukungan keluarga terhadap diet rendah garam pada lansia yang menderita hipertensi: narative review." *cnj: Caring Nursing Journal* 4.1 (2020): 1-8.
- Tiara, Ulfa Intan. "Hubungan Obesitas Dengan Kejadian Hipertensi." Journal of Health Science and Physiotherapy 2.2 (2020): 167-171.*

RESEARCHER BIOGRAPHY

Researcher 1

NAME : Nisfil Mufidah, S.Kep., Ns., M.Kep
Institution : STIKes Ngudia Husada Madura
Research experience : Cerebro Vascular Accident and Medical Surgical Nursing
Email : nisfil_nhm@yahoo.com

Researcher 2

NAME : Rahmad Wahyudi S.Kep., Ns., M.Kep
Institution : STIKes Ngudia Husada Madura
Research experience : Medical Surgical Nursing
Email : rahmadwahyudinhm@gmail.com

Researcher 3

NAME : Khodaifi
Institution : STIKes Ngudia Husada Madura
Research experience : -
Email : -