



HUBUNGAN DUKUNGAN KELUARGA DENGAN PERILAKU PENGENDALIAN TEKANAN DARAH PADA PASIEN HIPERTENSI DI PUSKESMAS SIMPANG IV SIPIN KOTA JAMBI

Helni Yusriya Safitri¹, Kamariyah², Luri Mekeama³

^{1,2,3}Program Studi Keperawatan, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Universitas Jambi
yusriyahelni@gmail.com¹, cocomzfahri@gmail.com², luri_mekeama@unja.ac.id³

Abstrak

Hipertensi merupakan penyakit kardiovaskular yang disebut sebagai *the silent killer* karena umumnya terjadi tanpa adanya tanda dan gejala. Oleh karena itu, diperlukan perilaku pengendalian tekanan darah yang berperan dalam pengubahan derajat kesehatan. Dukungan keluarga menjadi salah satu faktor penguat yang mendukung terbentuknya perilaku tersebut. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan dukungan keluarga dengan perilaku pengendalian tekanan darah pada pasien hipertensi di Puskesmas Simpang IV Sipin Kota Jambi. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain penelitian deskriptif korelasional dan menggunakan pendekatan *cross sectional*. Teknik pengambilan sampel yang digunakan yaitu *non probability sampling* jenis *accidental sampling*. Berdasarkan analisis data, responden yang mendapatkan dukungan keluarga dengan kriteria baik sebanyak 71,3%, responden yang memiliki perilaku pengendalian tekanan darah dengan kriteria baik sebanyak 75%, dan berdasarkan uji statistik *Spearman's Rho* didapatkan nilai *sig. (2-tailed)* yaitu 0,000 dan angka koefisien korelasi 0,723**. Dari 108 responden, dukungan keluarga dan perilaku pengendalian tekanan darah yang paling banyak yaitu dalam kriteria baik dan terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga dengan perilaku pengendalian tekanan darah pada pasien hipertensi di Puskesmas Simpang IV Sipin Kota Jambi tahun 2023.

Kata Kunci: Dukungan Keluarga, Perilaku, Hipertensi

Abstract

*Hypertension is a cardiovascular disease which is referred to as the silent killer because it generally occurs without any signs and symptoms. Therefore, blood pressure control behavior is needed which plays a role in changing health status. Family support is one of the reinforcing factors that support the formation of this behavior. The purpose of this study was to determine the relationship between family support and blood pressure control behavior in hypertensive patients at the Simpang IV Sipin Health Center, Jambi City. This research is a quantitative research with a correlational descriptive research design and uses a cross sectional approach. The sampling technique used is non-probability sampling, accidental sampling. Based on data analysis, respondents who received family support with good criteria were 71.3%, respondents who had blood pressure control behavior with good criteria were 75%, and based on the Spearman's Rho statistical test, the sig. (2-tailed) is 0.000 and the correlation coefficient is 0.723**. Of the 108 respondents, the most family support and blood pressure control behavior were in good criteria and there was a significant relationship between family support and blood pressure control behavior in hypertensive patients at the Simpang IV Sipin Health Center, Jambi City in 2023.*

Keywords: Family Support, Behavior, Hypertension

✉Corresponding author :

Address : Kota Jambi

Email : yusriyahelni@gmail.com

Phone : 085374680892

PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan penyakit kardiovaskular yang disebut sebagai *the silent killer* karena umumnya terjadi tanpa adanya tanda dan gejala. Kondisi ini harus diwaspadai karena hipertensi merupakan salah satu faktor risiko yang mempengaruhi mortalitas dan morbiditas di masyarakat. Menurut *World Health Organization* (WHO), hipertensi atau yang lebih dikenal dengan penyakit darah tinggi merupakan peningkatan tekanan darah secara abnormal, dimana tekanan darah sistolik yaitu lebih dari 140 mmHg dan tekanan darah diastolik lebih dari 90 mmHg. Jika hipertensi tidak dideteksi dan diobati dengan tepat waktu, penyakit ini dapat menyebabkan berbagai komplikasi seperti stroke, penyakit jantung, gagal ginjal, dan dapat berujung pada kematian. (American Heart Association, 2022)

Berdasarkan data dari WHO tahun 2019, jumlah penderita hipertensi di dunia sebesar 1,28 miliar. Sekitar 580 juta penderita hipertensi tidak menyadari bahwa dirinya telah menderita hipertensi dikarenakan tanda dan gejala yang tidak dirasakan. (World Health Organization, 2021) Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) pada tahun 2018 menunjukkan bahwa jumlah penderita hipertensi di Indonesia mencapai 34,11%. Menurut data dari Profil Kesehatan Provinsi Jambi, persentase penyakit hipertensi di Provinsi Jambi pada tahun 2018 sebesar 13,50%. Pada tahun 2019, penyakit ini mengalami peningkatan menjadi 18,50%. Pada tahun 2020, persentase tersebut semakin meningkat menjadi 23,63% atau sekitar 1.687.675. Tingginya persentase tersebut menunjukkan bahwa Provinsi Jambi menjadi salah satu provinsi yang mengalami peningkatan prevalensi kasus hipertensi dalam beberapa tahun terakhir. (Dinas Kesehatan Provinsi Jambi, 2019)

Jumlah penderita penyakit hipertensi berdasarkan data yang diperoleh dari Dinas Kesehatan Kota Jambi tahun 2021 mencapai 25.966. Jika dilihat dari jumlah kasus hipertensi di Kota Jambi tahun 2021, Puskesmas Simpang IV Sipin menempati posisi tertinggi dari seluruh puskesmas yang berada di Kota Jambi dengan jumlah kasus sebanyak 5511. Pada tahun 2022, terhitung dari bulan Januari sampai bulan Maret, jumlah kasus hipertensi di Puskesmas Simpang IV Sipin sebanyak 589 kasus. (Dinas Kesehatan Kota Jambi, 2021)

Melihat dari tingginya prevalensi kejadian hipertensi, penyakit ini dapat berkembang menjadi masalah yang lebih besar jika tidak dideteksi sejak dini. Dampak yang timbul sebagai komplikasi hipertensi apabila tekanan darahnya tidak terkontrol yaitu dapat menyerang berbagai bagian organ tubuh seperti jantung, otak, ginjal, mata, dan dapat berakibat kepada pembuluh darah arteri perifer. (Kementerian

Kesehatan Republik Indonesia, 2019).

Jika dilihat dari komplikasi yang mungkin ditimbulkan dari hipertensi, maka diperlukan penatalaksanaan hipertensi sebagai upaya dalam pengurangan kasus tersebut. Dalam penatalaksanaan hipertensi, perilaku seseorang menjadi salah satu hal yang berperan dalam perubahan derajat kesehatan seperti pengendalian penyakit. Agar terbentuknya perilaku yang baik dalam pengendalian tekanan darah, dukungan keluarga menjadi salah satu faktor penguat yang mendukung terjadinya perilaku pengendalian tekanan darah. Pernyataan tersebut didukung dengan penelitian yang dilakukan oleh Wahyudi dkk pada tahun 2019 yang menyatakan bahwa semakin baik dukungan keluarga yang diberikan, maka penderita hipertensi akan semakin baik dalam mengendalikan tekanan darahnya karena keluarga menjadi faktor pendukung bagi pasien. (Wahyudi & Nugraha, 2020)

Keluarga merupakan *support system* utama bagi pasien hipertensi dalam mengendalikan kesehatannya. Dukungan yang diberikan keluarga secara konsisten dapat mempengaruhi perilaku kesehatan pasien, sehingga keluarga memiliki peran penting dalam mengendalikan tekanan darah pasien. Bentuk dukungan yang dapat diberikan kepada pasien hipertensi untuk membantu dalam mengendalikan tekanan darahnya yaitu seperti dukungan informasional, dukungan penilaian, dukungan instrumental, dan dukungan emosional. (Susanti, 2021)

Dukungan keluarga yang baik memiliki pengaruh yang besar pada anggota keluarga yang menderita hipertensi. Bagi penderita hipertensi, perilaku pengendalian tekanan darah merupakan hal yang berpengaruh terhadap keberhasilan pengontrolan tekanan darah. Agar terwujudnya perilaku pengendalian tekanan darah yang baik, diperlukan dukungan dari keluarga untuk meningkatkan semangat pasien dalam menerapkan perilaku pengendalian tekanan darah. Pernyataan tersebut didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Triono dan Hikmawati pada tahun 2020 yang menunjukkan bahwa terdapat pengaruh dukungan keluarga terhadap perilaku pengendalian tekanan darah pada penderita hipertensi lansia. (Triono & Hikmawati, 2020)

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan peneliti pada tanggal 26 dan 28 November 2022 terhadap 10 responden yang menderita hipertensi di Puskesmas Simpang IV Sipin yang dilakukan dengan wawancara, didapatkan bahwa dari 10 responden yang diwawancarai, 6 responden mengatakan bahwa dirinya mendapatkan dukungan yang baik dari keluarga sehingga memotivasi individu untuk selalu menerapkan perilaku pengendalian tekanan darah. Selain itu, 4 dari 10 responden mengatakan bahwa dukungan keluarga yang didapatkan dari pihak keluarga sangat kurang karena keluarga sibuk dengan pekerjaannya dan

menganggap bahwa pasien mampu memenuhi kebutuhan sendiri.

Berdasarkan uraian di atas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul “Hubungan Dukungan Keluarga dengan Perilaku Pengendalian Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi di Puskesmas Simpang IV Sipin Kota Jambi”. Adapun rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu “bagaimana hubungan dukungan keluarga dengan perilaku pengendalian tekanan darah pada pasien hipertensi di Puskesmas Simpang IV Sipin Kota Jambi?”. Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui hubungan dukungan keluarga dengan perilaku pengendalian tekanan darah pada pasien hipertensi di Puskesmas Simpang IV Sipin Kota Jambi.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan menggunakan rancangan penelitian *cross sectional*. Desain penelitian yang digunakan pada penelitian ini yaitu deskriptif korelasional. Penelitian ini dilakukan di Puskesmas Simpang IV Sipin Kota Jambi dan waktu penelitian ini dimulai pada bulan Januari hingga Juni 2023. Populasi dalam penelitian ini ialah pasien hipertensi di Puskesmas Simpang IV Sipin Kota Jambi dengan jumlah sampel yang diperoleh adalah 108 responden.

Adapun kriteria sampel dalam penelitian ini yaitu pasien hipertensi yang menjalani pengobatan di poli umum dan poli usaha di Puskesmas Simpang IV Sipin, pasien yang tinggal serumah dengan keluarga, pasien hipertensi yang kooperatif dan bersedia menjadi responden, serta tidak memiliki hambatan dalam berkomunikasi. Teknik pengambilan sampel yang digunakan yaitu *accidental sampling* serta alat ukur dalam penelitian ini menggunakan kuesioner dukungan keluarga yang bersumber dari Nurwulan tahun 2017 dan kuesioner perilaku pengendalian tekanan darah yang bersumber dari Aly tahun 2022. Pengolahan data dilakukan dengan sistem komputerisasi dan dianalisis dengan analisis univariat yaitu deskriptif statistik dalam bentuk distribusi frekuensi dan analisis bivariat dengan menggunakan uji korelasi *Spearman's Rho*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Gambaran Karakteristik Pasien Hipertensi di Puskesmas Simpang IV Sipin Kota Jambi

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Pasien Hipertensi di Puskesmas Simpang IV Sipin Kota Jambi Tahun 2023

Karakteristik Responden		F	%
Jenis Kelamin	Laki-Laki	35	34,4
	Perempuan	73	67,6
	Total	108	100
Usia	Dewasa Awal (26-35)	2	1,9
	Dewasa Akhir (36-45)	10	9,3
	Lansia Awal (46-55)	9	8,3
	Lansia Akhir (56-65)	48	44,4
	Manula (>65)	39	36,1
	Total	108	100
Status Perkawinan	Belum menikah	0	0
	Menikah	108	100
	Total	108	100
Pendidikan Terakhir	Tidak Sekolah	1	0,9
	SD	14	13
	SMP	12	11,1
	SMA	41	38
	Perguruan Tinggi	40	37
	Total	108	100
Pekerjaan	Tidak Bekerja	58	53,7
	Wiraswasta	14	13
	Wirausaha	4	3,7
	PNS/TNI/POLRI	6	5,6
	Pensiunan	26	24,1
	Total	108	100

Berdasarkan tabel 1, dapat diketahui bahwa karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin terbanyak yaitu jenis kelamin perempuan dengan jumlah 73 responden (67,6%). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Soesanto pada tahun 2021 dimana distribusi responden pasien hipertensi terbanyak yaitu berjenis kelamin perempuan dengan jumlah sebanyak 56 responden (58,3%). Jenis kelamin merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi tekanan darah yang tidak dapat diubah. (Soesanto, 2021) Laki-laki lebih sering mengalami tanda dan gejala hipertensi pada usia akhir tiga puluhan, sedangkan perempuan lebih sering mengalami hipertensi setelah menopause. Setelah memasuki usia 55 tahun, wanita mempunyai risiko lebih tinggi untuk menderita hipertensi karena perempuan yang memasuki masa menopause akan mengalami penurunan hormon estrogen yang selama ini melindungi pembuluh darah dari kerusakan. (Aristoteles, 2018)

Berdasarkan karakteristik usia, dapat diketahui bahwa jumlah responden pasien hipertensi di Puskesmas Simpang IV Sipin Kota Jambi paling banyak berada pada rentang usia 56-65 tahun dengan jumlah sebanyak 48 responden (44,4%). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Fajarini dan Tonasih pada tahun 2019 yang menunjukkan bahwa prevalensi hipertensi terbanyak yaitu berada pada usia 56-65 dengan jumlah sebanyak 26 responden (35,6%). menunjukkan bahwa prevalensi hipertensi terbanyak yaitu berada pada usia 56-65 dengan jumlah sebanyak 26 responden (35,6%). (Tonasih & Fajarini, 2019)

Usia merupakan salah satu faktor yang dapat

mempengaruhi terjadinya hipertensi. Penderita hipertensi lebih banyak diderita oleh pasien usia lanjut (56-65 tahun) karena pada usia ini terjadi proses menua yang secara struktur anatomi maupun fungsional mengalami kemunduran, yaitu terjadi proses degenerasi. Hipertensi jarang terjadi pada wanita muda dibandingkan dengan pria, tetapi angka kejadiannya meningkat lebih pesat pada wanita setelah usia 50 tahun dan pada usia 60 tahun dapat menyamai atau bahkan lebih tinggi dari pria. (Sari, 2017)

Berdasarkan karakteristik status perkawinan, jumlah responden pasien hipertensi di Puskesmas Simpang IV Sipin Kota Jambi mayoritas memiliki status perkawinan menikah dengan jumlah sebanyak 108 responden (100%). Pada penelitian ini, seluruh responden dalam penelitian ini dapat memiliki status perkawinan menikah dikarenakan sudah berada dalam usia yang cukup untuk menikah.

Status perkawinan memiliki pengaruh terhadap kondisi kejiwaan seseorang. Tidak adanya pasangan untuk mengatasi ataupun menghadapi masalah diduga dapat meningkatkan tekanan psikis (stress) sehingga berimbas pada meningkatnya tekanan darah seseorang.

Berdasarkan karakteristik pendidikan terakhir, mayoritas responden memiliki pendidikan terakhir SMA dengan jumlah responden sebanyak 41 orang (38%). Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Wahyudi pada tahun 2020 dimana distribusi responden pasien hipertensi berdasarkan pendidikan terakhir yang terbanyak yaitu SMA dengan jumlah responden sebanyak 53 orang (50%). (Wahyudi & Nugraha, 2020)

Tingkat pendidikan seseorang akan mempengaruhi kemampuan seseorang dalam menerima informasi dan mengolahnya sebelum menjadi perilaku yang baik atau buruk, sehingga akan berdampak pada status kesehatannya. Semakin tinggi pendidikan seseorang, maka semakin mudah pula seseorang menerima informasi dan pada akhirnya akan mempengaruhi kesadaran individu terhadap perilaku kesehatan. (Ashari et al., 2021)

Berdasarkan karakteristik pekerjaan, mayoritas responden tidak bekerja dengan jumlah responden sebanyak 58 responden (53,7%). Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Alini tahun 2017 dimana sebagian besar responden memiliki status pekerjaan tidak bekerja dengan jumlah responden sebanyak 30 responden (51,7%). (Alini, 2017)

Pekerjaan merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi terjadinya hipertensi. Jenis pekerjaan berhubungan dengan aktifitas tubuh dalam melakukan aktifitas fisik. Seseorang yang tidak bekerja memiliki kemungkinan untuk

menderita hipertensi dikarenakan kurangnya aktifitas fisik yang kurang aktif atau aktifitas fisik ringan, sedangkan orang yang aktif secara fisik cenderung tidak banyak mengalami gangguan pada kesehatan tubuhnya. (Maulidina et al., 2019)

Gambaran Dukungan Keluarga pada Pasien Hipertensi di Puskesmas Simpang IV Sipin Kota Jambi Tahun 2023

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Gambaran Dukungan Keluarga pada Responden Pasien Hipertensi di Puskesmas Simpang IV Sipin Kota Jambi Tahun 2023

Dukungan Keluarga	F	%
Kurang	1	0.9
Cukup	30	27.8
Baik	77	71.3
Jumlah	108	100%

Berdasarkan tabel 2, dapat diketahui bahwa distribusi responden terbanyak berdasarkan dukungan keluarga yaitu sebanyak 77 responden (71,3%) mendapatkan dukungan keluarga dengan kriteria baik. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sembiring dkk. pada tahun 2022 yang menunjukkan bahwa sebagian besar responden mendapatkan dukungan keluarga dengan kriteria baik (98,4%). (Sembiring et al., 2022)

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Dukungan Emosional, Instrumental, Informasi, dan Penghargaan pada Responden Pasien Hipertensi di Puskesmas Simpang IV Sipin Kota Jambi Tahun 2023

Dukungan Keluarga		f	%
Dukungan Emosional	Kurang	1	0.9
	Cukup	39	36.1
	Baik	68	63
	Total	108	100
Dukungan Instrumental	Kurang	2	1.9
	Cukup	18	16.7
	Baik	88	81.5
	Total	108	100
Dukungan Informasi	Kurang	1	0.9
	Cukup	41	38
	Baik	66	61.1
	Total	108	100
Dukungan Penghargaan	Kurang	6	5.6
	Cukup	37	34.3
	Baik	65	60.2
	Total	108	100

Berdasarkan tabel 3, dijelaskan bahwa dukungan emosional pada responden hipertensi sebagian besar berada dalam kriteria baik dengan jumlah sebanyak 68 responden (63%), dukungan instrumental pada responden hipertensi sebagian besar berada dalam kriteria baik dengan jumlah sebanyak 88 responden (81,5%), dukungan informasi pada responden hipertensi sebagian besar berada dalam kriteria baik dengan jumlah sebanyak

66 responden (61,1%), dan dukungan penghargaan pada pasien hipertensi sebagian besar berada dalam kriteria baik dengan jumlah sebanyak 65 responden (60,2%). Keluarga sebagai suatu kelompok individu dapat menimbulkan, mencegah, mengabaikan, atau memperbaiki masalah kesehatan dalam kelompoknya sendiri.

Dukungan keluarga merupakan sikap dan tindakan sebagai respon keluarga kepada anggota keluarganya dalam bentuk dukungan informasi, penilaian, instrumental, dan emosional. Dukungan emosional akan membuat individu merasa lebih nyaman dan diterima oleh anggota keluarga dengan adanya ungkapan kepedulian, empati, perhatian, perasaan dihargai, dicintai, serta adanya rasa kepercayaan. Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa dukungan emosional yang paling banyak didapatkan responden yaitu keluarga tetap memperhatikan keadaan pasien selama pasien sakit dengan jumlah 74 responden (68,5%) untuk jawaban “selalu”. Pada penelitian ini juga ditemukan hal yang kurang didapatkan pasien dari dukungan emosional dimana 45 responden (41,7%) memberikan jawaban “kadang-kadang” pada pernyataan “keluarga mendampingi pasien dalam perawatan”.

Selanjutnya, dukungan instrumental merupakan dukungan yang bersifat nyata dan diberikan dalam bentuk materi. Berdasarkan jawaban yang diberikan responden, dapat disimpulkan bahwa dukungan instrumental yang paling banyak didapatkan responden yaitu keluarga bersedia membiayai perawatan dan pengobatan pasien dengan jumlah sebanyak 96 responden (88,9%) untuk jawaban “selalu”. Pada penelitian ini juga ditemukan hal yang kurang didapatkan pasien dari dukungan instrumental, dimana 12 responden (11,1%) memberikan jawaban “kadang-kadang” pada pernyataan “keluarga berperan aktif dalam setiap pengobatan”.

Selanjutnya terdapat dukungan informasi yang mencakup pemberian nasihat, petunjuk, saran, serta umpan balik kepada individu. Keluarga dapat memberikan dukungan informasi dengan memberikan saran mengenai apa yang harus dilakukan untuk menghadapi masalah. Dukungan keluarga dalam bentuk pemberian informasi merupakan salah satu bentuk strategi yang dapat keluarga berikan untuk membantu pasien dalam mengendalikan kondisi kesehatannya. Dengan adanya dukungan keluarga dalam bentuk mengingatkan jadwal kontrol, minum obat, latihan, dan makan, tentunya hal tersebut dapat membentuk perilaku kesehatan yang memberikan dampak positif bagi pasien.

Penelitian ini juga membahas terkait dukungan penghargaan yang merupakan

dukungan yang terjadi apabila terdapat ekspresi penilaian positif terhadap individu. Dukungan ini dapat berupa pemberian informasi kepada seseorang bahwa ia dihargai dan diterima, di mana harga diri seseorang dapat ditingkatkan dengan mengkomunikasikan kepadanya bahwa individu tersebut bernilai dan diterima dalam keluarga.

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, bentuk dukungan penghargaan yang paling banyak didapatkan oleh pasien dari keluarga yaitu keluarga berusaha *mensupport* pasien dalam pengobatan dengan jumlah sebanyak 80 responden (74,1%) untuk jawaban “selalu”. Namun, pada penelitian ini juga ditemukan hal yang kurang didapatkan pasien dari dukungan penghargaan dimana 34 responden (31,5%) memberikan jawaban “kadang-kadang” pada pernyataan keluarga memberikan pujian ketika pasien melakukan sesuai yang dikatakan dokter.

Berdasarkan hal tersebut, seluruh aspek dalam dukungan keluarga perlu keluarga perhatikan agar pasien merasa bahwa dirinya memiliki orang terdekat yang selalu mendukung dalam pembentukan perilaku kesehatannya.

Gambaran Perilaku Pengendalian Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi di Puskesmas Simpang IV Sipin Kota Jambi Tahun 2023

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Perilaku Pengendalian Tekanan Darah pada Responden Pasien Hipertensi di Puskesmas Simpang IV Sipin Kota Jambi Tahun 2023

Perilaku Pengendalian Tekanan Darah	F	%
Kurang	0	0
Cukup	27	25,5
Baik	81	75
Jumlah	108	100%

Berdasarkan tabel 4, dapat diketahui bahwa sebagian besar pasien hipertensi memiliki perilaku pengendalian tekanan darah yang baik dengan jumlah sebanyak 81 responden (75%). Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Sutini pada tahun 2022 yang didapatkan hasil bahwa perilaku pengendalian tekanan darah pada pasien hipertensi sebagian besar berada dalam kategori baik. (Sutini et al., 2022)

Perilaku pengendalian tekanan darah pada pasien hipertensi merupakan hal utama untuk mencegah terjadinya komplikasi. Perilaku pengendalian tekanan darah merupakan suatu perilaku yang mampu memberikan manfaat bagi penderita hipertensi untuk mengurangi dan mencegah kekambuhan hipertensi serta mengurangi komplikasi yang mungkin timbul.

Perilaku pengendalian tekanan darah dalam hipertensi terdiri dari indikator PATUH sesuai dengan Kementerian Kesehatan RI. Adapun indikator PATUH tersebut yaitu periksa kesehatan secara rutin dan ikuti anjuran dokter, atasi penyakit dengan pengobatan yang tepat dan teratur, tetap diet dengan gizi seimbang, upayakan aktivitas fisik

dengan aman, hindari asap rokok, alkohol, dan zat karsinogenik lainnya. (Kementrian Kesehatan Republik Indonesia, 2022)

Pasien hipertensi perlu menjalani pemeriksaan kesehatan secara rutin serta mengikuti anjuran dokter karena bertujuan untuk memantau tekanan darah pasien dan mencegah terjadinya komplikasi yang mungkin timbul dari hipertensi. Kepatuhan pengobatan hipertensi juga merupakan hal penting karena hipertensi merupakan penyakit yang tidak dapat disembuhkan, tetapi harus selalu dikontrol atau dikendalikan agar tidak terjadi komplikasi yang dapat berujung pada kematian.

Selanjutnya, diet dengan gizi seimbang merupakan salah satu bentuk perilaku pengendalian tekanan darah pada pasien hipertensi. Pengaturan menu makanan seperti rutin mengonsumsi buah, sayur, ikan, membatasi konsumsi garam, makanan berminyak, maupun makanan berlemak merupakan bentuk perilaku yang dapat mengendalikan kesehatan terutama bagi seseorang yang menderita hipertensi.

Pada penelitian ini, masih banyak pasien hipertensi yang tidak membatasi pengonsumsi garam. Sebanyak 30 responden (27,8%) selalu membatasi pengonsumsi garam kurang dari ½ sdt per hari, sedangkan responden yang lain masih kurang dalam membatasi pengonsumsi garam. Pengonsumsi garam yang berlebihan pada pasien hipertensi dapat meningkatkan volume darah di dalam tubuh. sehingga tekanan darah seseorang akan meningkat.

Selain itu, masih banyak responden dalam penelitian ini yang tidak mengonsumsi buah-buahan secara rutin, yaitu hanya 32 responden (29,6%) yang selalu mengonsumsi 150 gram

buah-buahan per hari. Pembatasan dalam pengonsumsi minyak goreng juga menjadi hal yang perlu diperhatikan. Pada penelitian ini, hanya 19 responden (17,6%) yang selalu membatasi pengonsumsi minyak goreng setiap harinya. Pengonsumsi makanan yang menggunakan banyak minyak dapat menyebabkan peningkatan tekanan darah.

Di samping melakukan diet dengan gizi seimbang, melakukan aktivitas fisik seperti berolahraga juga perlu diperhatikan. Pada penelitian ini, jumlah responden yang rutin melakukan aktivitas fisik yaitu 20 responden (18,5%). Lebih dari setengah responden tidak melakukan aktivitas fisik secara rutin. Seseorang yang kurang melakukan aktivitas fisik cenderung mempunyai frekuensi denyut jantung yang lebih tinggi, sehingga otot jantung harus bekerja lebih keras pada saat kontraksi.

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, dapat diketahui bahwa masih banyak responden yang tidak rutin dalam melakukan perilaku pengendalian tekanan darah. Pengonsumsi obat-obatan secara rutin perlu diiringi dengan perilaku pengendalian tekanan darah. Masih terdapat pasien hipertensi yang rutin mengonsumsi obat-obatan namun masih tetap melakukan gaya hidup yang tidak sehat seperti tidak membatasi asupan makanan dan tidak rutin berolahraga. Oleh karena itu, perilaku pengendalian hipertensi dari setiap indikator perlu dilakukan secara rutin agar tekanan darah pasien hipertensi menjadi terkendali.

Hubungan Dukungan Keluarga dengan Perilaku Pengendalian Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi di Puskesmas Simpang IV Sipin Kota Jambi Tahun 2023

Tabel 5. Hubungan Dukungan Keluarga dengan Perilaku Pengendalian Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi di Puskesmas Simpang IV Sipin Kota Jambi Tahun 2023

		<i>Correlation</i>			
		<i>Perilaku Pengendalian Tekanan Darah</i>	<i>P-Value</i>	<i>Correlation Coefficient</i>	
<i>Spearman's Rho</i>	Dukungan Emosional	<i>Correlation Coefficient</i>	0,466**	0,000	0,723**
		<i>Sig. (2-tailed)</i>	0,000		
		N	108		
	Dukungan Instrumental	<i>Correlation Coefficient</i>	0,506**		
		<i>Sig. (2-tailed)</i>	0,000		
		N	108		
	Dukungan Informasi	<i>Correlation Coefficient</i>	0,499**		
		<i>Sig. (2-tailed)</i>	0,000		
		N	108		
	Dukungan Penghargaan	<i>Correlation Coefficient</i>	0,600**		
		<i>Sig. (2-tailed)</i>	0,000		
		N	108		

Berdasarkan tabel 5, dapat diketahui bahwa dari hasil uji statistik dengan menggunakan uji korelasi *Spearman's Rho*, terdapat hubungan antara dukungan emosional, dukungan instrumental, dukungan informasi, dan dukungan penghargaan dengan perilaku pengendalian tekanan darah pada pasien hipertensi di Puskesmas Simpang IV Sipin Kota Jambi dengan nilai signifikan atau *sig. (2-tailed)* yaitu $0,000 < 0,05$.

Berdasarkan hasil uji statistik *Spearman's Rho* diperoleh nilai signifikan atau *sig. (2-tailed)* yaitu 0,000 dan angka koefisien korelasi 0,723**. Nilai *sig. (2-tailed)* $0,000 < 0,05$ menunjukkan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima, artinya terdapat hubungan antara dukungan keluarga dengan perilaku pengendalian tekanan darah pada pasien hipertensi di Puskesmas Simpang IV Sipin Kota Jambi. Selanjutnya, angka koefisien korelasi 0,723** menunjukkan bahwa tingkat kekuatan hubungan antara variabel dukungan keluarga dengan perilaku pengendalian tekanan darah memiliki hubungan kuat karena berada pada nilai 0,51-0,75.

Dukungan keluarga memiliki pengaruh yang positif pada penyesuaian kehidupan sehingga hal ini akan meningkatkan kesehatan dan adaptasi keluarga. Keluarga berfungsi dalam mempertahankan keadaan kesehatan anggota keluarganya. Adanya dukungan keluarga juga akan berdampak pada peningkatan rasa percaya diri pada penderita dalam menghadapi proses pengobatan dan pengendalian penyakitnya.

Pada penelitian yang dilakukan oleh Wahyudi pada tahun 2020 menunjukkan bahwa terdapat hubungan dukungan keluarga pada pasien dengan tekanan darah tinggi dalam pengendalian hipertensi. Pada penelitian ini, dijelaskan bahwa responden dengan dukungan keluarga kategori baik berpeluang 4,9 kali lebih besar untuk pengendalian hipertensi dengan baik dibandingkan dengan responden yang mendapatkan dukungan keluarga dengan kategori cukup. (Wahyudi & Nugraha, 2020)

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Maulidah tahun 2022 yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara dukungan keluarga dengan upaya pengendalian hipertensi pada responden penelitian di Puskesmas Cikampek Kabupaten Karawang. Hal ini menunjukkan bahwa dukungan keluarga yang diberikan berpengaruh dengan perilaku pengendalian hipertensi pada pasien dimana dukungan tersebut terdiri dari dukungan emosional, penghargaan atau penilaian, informasi, dan instrumental. (Maulidah et al., 2022)

Dukungan emosional merupakan bentuk dukungan atau bantuan yang diberikan keluarga dalam bentuk perhatian, kasih sayang, dan simpati. Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian Sutini dkk pada tahun 2022 yang

menjelaskan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara dukungan emosional dengan perilaku pengendalian hipertensi. Hal ini mengindikasikan bahwa semakin baik dukungan emosional yang didapatkan, semakin baik pula perilaku pengendalian hipertensi. (Sutini et al., 2022)

Dukungan penghargaan merupakan dukungan yang diberikan melalui ekspresi berupa sambutan yang positif dari orang-orang disekitarnya. Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sutini dkk pada tahun 2022 yang menjelaskan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara dukungan penghargaan dengan perilaku pengendalian hipertensi. Hal ini mengindikasikan bahwa semakin baik dukungan penghargaan yang didapatkan, semakin baik pula perilaku pengendalian hipertensi. (Sutini et al., 2022)

Selanjutnya, dukungan informasi merupakan dukungan yang diberikan dalam bentuk pemberian saran, pengarahan, ataupun umpan balik tentang bagaimana cara seseorang melakukan sesuatu. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Daziah pada tahun 2020 yang menjelaskan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan informasi dengan perilaku perawatan hipertensi. Hal ini merefleksikan bahwa dukungan informasi sangat bermanfaat bagi pasien dalam manajemen perawatan hipertensi. (Daziah & Rahayu, 2020)

Dukungan instrumental merupakan bentuk dukungan yang mengacu pada penyediaan peralatan maupun layanan untuk meningkatkan kondisi kesehatan seseorang. Hasil penelitian ini selaras dengan penelitian yang dilakukan oleh Triana pada tahun 2021 yang menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara dukungan instrumental dengan perilaku lansia dalam pengendalian hipertensi. Semakin baik dukungan penghargaan yang didapatkan, semakin baik pula perilaku pengendalian hipertensi responden. (Triana & Sidabutar, 2021)

Menurut teori yang dikemukakan oleh Green dan Kreuter pada tahun 1991, dukungan keluarga termasuk ke dalam salah satu faktor penguat (*enabling factor*) yang dapat mempengaruhi perilaku dan gaya hidup seseorang. (Darmawan, 2016) Individu yang mempunyai dukungan keluarga yang kuat untuk mengubah perilaku kesehatannya akan jauh lebih cenderung untuk mempertahankan perilaku kesehatan yang baru dari pada individu yang tidak memiliki dukungan keluarga untuk mengubah perilaku kesehatannya.

Keluarga memiliki kekuatan atau dampak positif yang mampu mengubah perilaku kesehatan anggota keluarganya agar dapat berperilaku dengan baik dalam pengendalian hipertensi yang akan akan memberikan manfaat bagi pasien hipertensi seperti tercegahnya dari komplikasi

yang mungkin timbul dari penyakit yang dideritanya. (Hutagalung, 2019)

Berdasarkan pembahasan di atas, dapat diketahui bahwa mayoritas pasien hipertensi di Puskesmas Simpang IV Sipin yang memiliki perilaku pengendalian tekanan darah yang baik juga mendapatkan dukungan keluarga yang baik. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan dukungan keluarga dengan perilaku pengendalian tekanan darah pada pasien hipertensi di Puskesmas Simpang IV Sipin Kota Jambi dengan angka koefisien korelasi 0,723** dan nilai sig. (2-tailed) 0,000<0,05.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa mayoritas dukungan keluarga yang didapatkan responden berada dalam kriteria baik (71,3%), mayoritas responden memiliki perilaku pengendalian tekanan darah dengan kriteria baik (75%), dan terdapat hubungan yang bermakna antara dukungan keluarga dengan perilaku pengendalian tekanan darah pada pasien hipertensi di Puskesmas Simpang IV Sipin Kota Jambi dengan nilai signifikan atau sig. (2-tailed) yaitu 0,000<0,05 dan angka koefisien korelasi 0,723**. Selanjutnya, juga terdapat hubungan yang bermakna antara dukungan emosional, instrumental, informasi, dan penghargaan dengan perilaku pengendalian tekanan darah di Puskesmas Simpang IV Sipin dengan nilai signifikan atau sig. (2-tailed) yaitu 0,000<0,05.

DAFTAR PUSTAKA

Alini. (2017). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Depresi Pada Lansia Di Posyandu Lansia Desa Jake Wilayah Kerja Uptd Kesehatan Kari Kabupaten Kuantan Singingi Tahun 2016. *Jurnal Ners*, 1(1), 1–9. <https://doi.org/10.31004/jn.v1i1.82>

American Heart Association. (2022). *Health Threats from High Blood Pressure*. <https://www.heart.org/en/health-topics/high-blood-pressure/health-threats-from-high-blood-pressure>

Aristoteles. (2018). Korelasi Umur dan Jenis Kelamin dengan Penyakit Hipertensi di Emergency Center Unit Rumah Sakit Islam Siti Khadijah Palembang. *Indonesia Jurnal Perawat*, 3(1), 9–16.

Ashari, Y., Nuriyah, & Maria, I. (2021). Hubungan Tingkat Pengetahuan, Sikap, dan Dukungan Keluarga Terhadap Perilaku Pengendalian Hipertensi di Puskesmas Kebun Handil Kota Jambi. *Joms*, 1(2), 58–67.

Darmawan, A. A. K. N. (2016). Faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku kunjungan masyarakat terhadap pemanfaatan pelayanan posyandu di Desa Pemecutan Kelod

kecamatan Denpasar Barat. *Jurnal Dunia Kesehatan*, 5(2), 30.

Daziah, E., & Rahayu, S. (2020). Hubungan antara Dukungan Keluarga dengan Perilaku Perawatan Hipertensi yang Dilakukan oleh Keluarga di Rumah. *Dinamika Kesehatan: Jurnal Kebidanan Dan Keperawatan*, 11(1), 79–88. <https://doi.org/10.33859/dksm.v11i1.477>

Dinas Kesehatan Kota Jambi. (2021). *Laporan Kasus Penyakit Tidak Menular di Kota Jambi*.

Dinas Kesehatan Provinsi Jambi. (2019). Profil Kesehatan Jambi. *Dk*, 53(9), 1689–1699.

Hutagalung, M. S. (2019). *Panduan Lengkap Stroke: Mencegah, Mengobati, dan Menyembuhkan* (Q. 'Aina Abata (ed.); 1st ed.). Nusa Media. https://www.google.co.id/books/edition/Panduan_Lengkap_Stroke/UmVcEAAAQBAJ?hl=en&gbpv=0

Kementrian Kesehatan Republik Indonesia. (2019). *Hipertensi Penyakit Paling Banyak Diidap Masyarakat*. <https://www.kemkes.go.id/article/view/19051700002/hipertensi-penyakit-paling-banyak-diidap-masyarakat.html>

Kementrian Kesehatan Republik Indonesia. (2022). *Kendalikan Hipertensi dengan gerakan PATUH*. <https://promkes.kemkes.go.id/kendalikan-hipertensi-dengan-gerakan-patuh>

Maulidah, K., Neni, N., & Maywati, S. (2022). Hubungan Pengetahuan, Sikap dan Dukungan Keluarga dengan Upaya Pengendalian Hipertensi Pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Cikampek Kabupaten Karawang. *Jurnal Kesehatan Komunitas Indonesia*, 18(2), 484–494.

Maulidina, F., Harmani, N., Suraya, I., Studi, P., Masyarakat, K., Bekasi, P. J., & Gizi, S. (2019). *Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Jati Luhur Bekasi Tahun 2018*. 4(July), 149–155.

Sari, Y. N. I. (2017). *BERDAMAI DENGAN HIPERTENSI* (Y. N. I. Sari (ed.); 1st ed.). Bumi Medika.

Sembiring, E. E., Pondaag, & Natalia, A. (2022). Dukungan Keluarga Pasien Kanker Payudara. *Jurnal Ners*, 6(23), 17–21. <http://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/ners/article/view/6145>

Soesanto, E. (2021). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Upaya Perawatan Kesehatan Lanjut Usia Hipertensi Dimasa Pandemi Covid-19. *Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan Masyarakat Cendekia Utama*, 10(2), 170. <https://doi.org/10.31596/jcu.v10i2.763>

Susanti, T. (2021). *Buku Ajar Keperawatan*

- Keluarga* (A. P. Padaallah, Lutfian, L. A. Luky, O. N. Jelita, I. Rosyida, A. R. Pujiono, A. N. Mahjuroh, & D. S. N. Habibi (eds.); 2nd ed.). CV. Trans Info Media
- Sutini, Winahyu, K. M., & Rayanti, L. (2022). Perilaku Pengendalian Hipertensi Lansia Ditinjau dari Dukungan Penghargaan dan Emosional Keluarga. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Indonesia Vol 5, No 2, 2022*, 5(2), 134–144. <http://jurnal.umt.ac.id/index.php/jik/article/view/6493>
- Tonasih, T., & Fajarini, H. (2019). Pola Penggunaan Antihipertensi Pada Pasien Rawat Jalan Di Puskesmas Siwuluh Kabupaten Brebes. *Jurnal Ilmiah JOPHUS: Journal Of Pharmacy UMUS*, 1(01), 1–6. <https://doi.org/10.46772/jophus.v1i01.45>
- Triana, H., & Sidabutar, R. R. (2021). Dukungan Keluarga dengan Perilaku Lansia dalam Pengendalian Hipertensi di Desa Stabat Lama Kecamatan Stabat Kabupaten Langkat. *Jurnal Keperawatan Flora*, 14(1).
- Triono, A., & Hikmawati, I. (2020). Pengaruh Dukungan Keluarga Terhadap Perilaku Pengendalian Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Lansia di Puskesmas Sumbang. *Jurnal Keperawatan*, 1(6), 4p.
- Wahyudi, W. T., & Nugraha, F. A. (2020). Hubungan Dukungan Keluarga pada Pasien dengan Tekanan Darah Tinggi dalam Pengendalian Hipertensi. *Manuju-Malhayati Nursing Journal*, 2(3), 525–534.
- World Health Organization. (2021). *More than 700 Million People with Untreated Hypertension*.