



HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN KELUARGA DENGAN KEPATUHAN MENJALANKAN DIET PADA PENDERITA HIPERTENSI DI PUSKESMAS PAJANG SURAKARTA

Rizki Nana Kusumaningrum¹, Abi Muhlisin²

^{1,2} Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Surakarta
Abi.muhlisin@ums.ac.id

Abstrak

Hipertensi ialah keadaan kesehatan yang digejalai dengan tekanan darah tinggi pada dinding arteri, yang bila tidak mendapat penanganan yang baik, bisa mengakibatkan beragam komplikasi yang kronis. Di antara berbagai strategi untuk mengelola hipertensi, penerapan pola makan yang tepat merupakan salah satu pendekatan utama. Namun, banyak pasien mengabaikan aspek ini, sehingga peranan dukungan keluarga menjadi krusial dalam memberikan motivasi dan pemantauan. Penelitian ini ditujukan guna menyelidiki hubungan antara dukungan keluarga dengan kepatuhan menjalankan diet pada pasien hipertensi di Puskesmas Pajang, Surakarta. Studi ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain *cross-sectional*, melibatkan 57 peserta, dan memanfaatkan kuesioner untuk menilai tingkat dukungan keluarga dan kepatuhan terhadap diet hipertensi. Temuan penelitian mengindikasikan, mayoritas responden menerima dukungan keluarga yang baik, yaitu 29 orang (50,9%), dan menunjukkan tingkat kepatuhan diet yang patuh pada 46 orang (80,7%). Analisis uji *Chi-Square* menghasilkan skor p senilai 0,000 ($p < 0,05$), mengindikasikan terdapatnya hubungan yang signifikan secara statistik antara dukungan keluarga dan kepatuhan diet pada pasien hipertensi.

Kata Kunci: Dukungan Keluarga, Kepatuhan Diet, Hipertensi

Abstract

Hypertension is a medical condition marked by elevated pressure exerted on the arterial walls, which, if left uncontrolled, may result various serious complications. Among the various strategies for managing hypertension, implementing a proper diet is one of the main approaches. However, many patients ignore this aspect, thus, the presence of family support holds significant crucial in providing motivation and monitoring. This study aims to determine the relationship between family support and dietary compliance in hypertensive patients at the Pajang Community Health Center in Surakarta. This study utilized a quantitative approach with a cross-sectional design, involving 57 participants, and used a questionnaire to assess the level of family support and adherence to a hypertension diet. The outcomes revealed that the majority of respondents received good family support (29 people) and showed a level of adherence to the diet in 46 people (80.7%). The Chi-Square test analysis produced a p-value of 0.000 ($p < 0.05$), indicating a statistically significant relationship between family support and dietary compliance in hypertensive patients.

Keywords: Family Support, Dietary Adherence, Hypertension

@Jurnal Ners Prodi Sarjana Keperawatan & Profesi Ners FIK UP 2026

* Corresponding author :

Address : Jl. Arjuna 2 No. A8 Perumahan Gumpang Baru 3, Gumpang Kartasura Sukoharjo

Email : Abi.muhlisin@ums.ac.id

Phone : +62 878-1298-0666

PENDAHULUAN

Hipertensi termasuk faktor pokok penyebab kematian dini dan diklasifikasikan sebagai penyakit tidak menular (PTM), kerap dijuluki sebagai “the silent killer” karena gejalanya umumnya tidak terlihat hingga komplikasi muncul (Kemenkes RI, 2023). Risiko meningkatnya hipertensi dapat dilihat dari seiring bertambahnya usia, terutama pada individu yang kelebihan berat badan dan memiliki kadar kolesterol yang tinggi (Lestari & Isnaini, 2018). Kondisi ini digejalai adanya kenaikan tekanan darah pada dinding arteri, yang dapat dideteksi melalui pengukuran tekanan sistolik ≥ 140 mmHg ataupun pengukuran tekanan diastolik ≥ 90 mmHg (Puspita et al., 2017).

Secara global, hipertensi mempengaruhi sekitar 1,28 miliar orang dewasa yang usianya 30 hingga 79 tahun, dengan dua pertiga dari kejadian itu berlangsung di negara yang pendapatannya rendah hingga menengah (World Health Organization, 2023). Berdasarkan Survei Kesehatan Indonesia (2023), proporsi penduduk berusia di atas 18 tahun yang mengidap hipertensi berdasarkan pengukuran tekanan darah adalah 30,80%, atau sekitar 566 ribu orang.

Ada berbagai intervensi yang dapat diterapkan untuk mengelola hipertensi, termasuk perubahan gaya hidup, pengurangan berat badan, pembatasan natrium, beralih ke pola makan rendah kandungan lemak, mengurangi konsumsi alkohol dan kafein, menerapkan teknik relaksasi, dan berhenti merokok (Harsismanto et al., 2020). Penderita hipertensi diharapkan dapat melakukan perubahan gaya hidup ini, yang umumnya diakui sebagai pedoman utama untuk mencapai pengendalian hipertensi yang efektif (Shen et al., 2020). Salah satu bentuknya adalah dengan konsisten mengikuti diet melalui perencanaan makan yang tepat guna mencegah kambuhnya hipertensi Margerison et al., (2020).

Menurut penelitian Margerison et al., (2020) Dietary Approaches to Stop Hypertension (DASH) termasuk pola makan yang dianjurkan, yang berfokus pada peningkatan konsumsi sayur, buah-buahan, hingga olahan susu rendah lemak, sembari memberi batasan terhadap konsumsi makanan tinggi lemak dan tinggi garam.

Stabilitas tekanan darah dapat dipengaruhi oleh asupan makanan secara langsung maupun melalui mekanisme tidak langsung. Kepatuhan terhadap diet memainkan peran penting untuk mencegah kambuhnya kondisi tersebut, yang meliputi menjaga berat badan supaya tetap ideal, mengikuti diet rendah garam, mengelola stres, dan berolahraga secara teratur (Purba et al., 2023). Selain itu, menjaga gaya hidup sehat dan mengikuti pengobatan secara teratur juga dapat mengontrol dan mencegah hipertensi serta

komplikasi yang terkait (Kasumayanti et al., 2021).

Kepatuhan pasien dalam mengikuti diet sangat bergantung dari lingkungannya yang terdekat, khususnya keluarga. Dukungan keluarga baik berupa pengingat, motivasi, maupun perhatian, dapat membantu penderita mempertahankan pola makan sehat. Tanpa dukungan tersebut, pasien cenderung mengabaikan aturan diet yang berdampak pada peningkatan risiko komplikasi. (Helty, 2022). Keluarga dapat memberikan dukungan dengan memperhatikan penyakit mereka atau mengingatkan mereka untuk minum obat dan mengikuti diet yang mereka ikuti. Keluarga biasanya tidak memperhatikan diet hipertensi, yang menyebabkan pasien tidak mengubah perilakunya (Wahyuni, 2020).

Keluarga dapat memberikan ketenangan batin, kegembiraan, dan dorongan semangat yang sangat penting untuk kesejahteraan. Kepatuhan manajemen diet pasien hipertensi meningkat dengan dukungan keluarga. Karena usia tidak menjamin seseorang dapat mematuhi diet hipertensi, karena dengan bertambahnya usia, tingkat pengetahuan dan sikap yang dimiliki menjadi kurang apabila tidak memiliki pengalaman dan informasi dalam kehidupan sehari-hari (Wahyudi et al., 2020). Keluarga tidak hanya membantu penderita sakit dengan memberi mereka perhatian. Individu dapat memperoleh kekuatan dan merasa diperhatikan, dihargai, dan dicintai dengan dukungan keluarga (Wati et al., 2024).

Terkait dengan permasalahan ini, peneliti mempunyai ketertarikan meneliti mengenai hubungan antara dukungan keluarga dengan kepatuhan menjalankan diet pada penderita hipertensi di Puskesmas Pajang, Surakarta.

METODE

Penelitian ini bersifat kuantitatif, melalui desainnya berupa deskriptif korelasi yang menerapkan pendekatan *cross-sectional*. Desain studi ini dipilih guna mengevaluasi hubungan antara dukungan keluarga sebagai variabel independen dan kepatuhan terhadap diet hipertensi sebagai variabel dependen, yang dilakukan dalam periode pengukuran tunggal. Lokasi penelitian berada di Puskesmas Pajang Surakarta dan dilakukan pada bulan Agustus 2025. Populasi penelitian adalah seluruh anggota program prolansis hipertensi yang tercatat sebanyak 314 orang. Ukuran sampel dihitung menggunakan rumus Slovin, yang menghasilkan 57 responden. Responden dipilih mempergunakan metode simple random sampling, yang menjadikan tiap elemen populasi berkesempatan setara diambil menjadi sampel. Sampel meliputi penderita hipertensi yang berada di wilayah puskesmas Pajang Surakarta dan memiliki kriteria sebagai berikut :

1. Kriteria Inklusi
 - a. Anggota prolanis yang hanya menderita hipertensi di Puskesmas Pajang.
 - b. Penderita hipertensi yang terdata sebagai anggota prolanis usia 35-75 tahun.
 - c. Penderita hipertensi yang bersedia menjadi responden yang dinyatakan dengan informed consent/ surat persetujuan.
 - d. Penderita hipertensi yang menunjukkan sikap kooperatif.
2. Kriteria Eksklusi
 - a. Pasien yang tinggal bersama keluarga.
 - b. Pasien yang menolak menjadi responden yang dinyatakan dengan informed consent/ surat persetujuan.
 - c. Tidak dapat berkomunikasi dengan baik.
 - d. Penderita hipertensi yang tidak kooperatif.

Alat pengumpulan data yang dipergunakan mencakup kuesioner dukungan keluarga dengan 20 item dan kuesioner kepatuhan diet hipertensi, yang juga terdiri dari 20 item. Dalam kuesioner dukungan keluarga FSS sudah baku dan diterjemahkan dalam bahasa Indonesia. Telah di uji validitas dan reliabilitas oleh Solmaz & Korkmaz Aslan, (2024) didapatkan hasil 0,99 sehingga menyatakan 20 item pertanyaan memiliki makna atau valid. Reliabilitas didapatkan hasil koefisien Alpha Cronbach sebesar 0,94 sehingga menyatakan 20 item pertanyaan reliabel. Sedangkan kuesioner kepatuhan diet berdasarkan uji validitas dan reliabilitas yang dilakukan oleh Anik Nurhidayati (2016), analisis statistik menggunakan koefisien Cronbach menunjukkan nilai konsistensi internal sebesar 0,956, yang berarti kuesioner ini dapat digunakan dengan valid. Reliabilitas menggunakan teknik konsistensi internal Cronbach's Alpha memperoleh nilai 0,956. Nilai reliabilitas yang diperoleh hampir mencapai 1, sehingga bisa disimpulkan bahwa instrumen tersebut sudah dapat dianggap reliabel. Dalam menganalisis datanya, dipergunakan pengujian *chi-square* guna menyelidiki korelasi antara variabel. Studi ini telah mendapat persetujuan etika dari Komite Etika Penelitian Kesehatan Fakultas Kedokteran UMS, nomor 5618/B.1/KEPK-FKUMS/III.2025.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Gambaran Karakteristik Responden

Kategori	Frekuensi (f)	Presentase (%)
Usia		
45-55	11	19,2
56-66	26	45,5

67-77	20	35,3
Jenis Kelamin		
Laki-laki	15	26,3
Perempuan	42	73,7
Pekerjaan		
Petani	13	22,8
Buruh	6	10,5
PNS	7	12,3
Wiraswasta	2	3,5
Pensiunan	10	17,5
Tidak Bekerja	19	33,3
Pendidikan Terakhir		
SD	18	31,6
SMP	16	28,1
SMA	14	24,6
Sarjana	7	12,3
Tidak Sekolah	2	3,5
Total	57	100,0

Dari Tabel 1, mengindikasikan, sampel penelitian total melibatkan 57 responden, dengan distribusi usia mencakup 11 responden (19,2%) dalam kelompok usia 45-55 tahun, 26 responden (45,5%) dalam kelompok usia 56-66 tahun, dan 20 responden (35,3%) dalam kelompok usia 67-77 tahun. Dari segi jenis kelamin, 15 responden (26,3%) ialah laki-laki dan 42 responden (73,7%) ialah perempuan, frekuensi responden berdasarkan tingkat pekerjaan diketahui bahwa tingkat pekerjaan terbanyak yaitu tidak bekerja dengan 19 (33,3%) responden dan pekerja terendah yaitu wiraswasta dengan 2 (3,5%) responden. Berdasarkan tingkat pendidikan tertinggi, distribusi responden mengindikasikan, pendidikan sekolah dasar adalah yang paling umum dengan 18 responden (31,6%), sementara yang terendah adalah tidak bersekolah dengan 2 responden (3,5%).

Tabel 2. Dukungan Keluarga

Kategori	Frekuensi (f)	Presentase (%)
Baik	29	50,9
Cukup	22	38,6
Kurang	6	10,5
Total	57	100,0

Dari Tabel 2, bisa diidentifikasi mayoritas responden menerima dukungan keluarga yang baik, yaitu 29 orang (50,9%), diikuti oleh 22 orang (38,6%) yang menerima dukungan yang cukup, dan 6 orang (10,5%) yang menerima dukungan yang kurang.

Tabel 3. Kepatuhan Diet

Kategori	Frekuensi (f)	Presentase (%)
Patuh	46	80,7

Tidak Patuh	11	19,3
Total	57	100,0

Mengacu tabel 3, bisa diidentifikasi patuh terhadap diet sejumlah 46 orang (80,7%) dan yang tidak patuh sejumlah 11 orang (19,3%).

Tabel 4. Uji Normalitas

Variabel	Kolmogorov smirnov		
	Statistic	df	Sig
Dukungan	.106	57	.167
Keluarga			
Kepatuhan	.093	57	.200
Diet			

Hasil uji normalitas Kolmogorov-Smirnov menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,167 pada variabel dukungan keluarga dan 0,200 pada variabel kepatuhan diet. Nilai tersebut lebih besar dari 0,05 sehingga distribusi data dinyatakan normal. Meskipun demikian, karena kedua variabel merupakan data kategorik, analisis hubungan tetap menggunakan uji Chi-Square. Uji normalitas ini penting untuk menegaskan bahwa tidak terdapat pola sebaran data yang ekstrem sehingga hasil analisis hubungan dapat diinterpretasikan dengan lebih akurat.

Tabel 5. Uji Chi Square

	Value	df	Asymptotic Significance (2-sided)
Person Square	Chi- 32.192	2	0.000

Hasil uji Chi-Square menunjukkan nilai Pearson Chi-Square sebesar 32,192 dengan nilai signifikansi $p = 0,000$ ($p < 0,05$). Temuan ini mengindikasikan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga dan kepatuhan diet pada penderita hipertensi. Nilai Chi-Square yang tinggi menunjukkan adanya perbedaan proporsi yang kuat antar kategori dukungan keluarga terhadap tingkat kepatuhan diet.

Secara substantif, hasil ini berarti bahwa semakin baik dukungan keluarga, semakin tinggi tingkat kepatuhan diet hipertensi. Hal ini dapat dilihat pada Tabel 6, di mana kelompok dengan dukungan keluarga baik seluruhnya menunjukkan kepatuhan diet, sedangkan kelompok dengan dukungan keluarga kurang seluruhnya berada pada kategori tidak patuh. Temuan tersebut memperkuat teori dukungan sosial yang menyatakan bahwa dukungan emosional, instrumental, dan

informasional dari keluarga sangat memengaruhi perilaku kesehatan seseorang.

Implikasi dari hasil ini adalah bahwa intervensi peningkatan kepatuhan diet tidak cukup hanya berfokus pada edukasi pasien, tetapi juga harus melibatkan keluarga sebagai faktor kunci pendukung. Program kesehatan seperti Prolanis dapat meningkatkan efektivitasnya bila memasukkan keluarga dalam proses edukasi dan monitoring diet hipertensi.

Tabel 6. Hubungan Antara Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Diet

	Dukung an	Kepatuhan Diet		Total
		Patuh	Tidak Patuh	
Keluarga				
a				
	Baik	29	0	29
	Cukup	17	5	22
	Kurang	0	6	6
Jumlah		46	11	57

Mengacu Tabel 6, bisa diidentifikasi responden dengan kepatuhan diet patuh meliputi 29 orang dengan dukungan keluarga baik, 17 orang dengan dukungan yang cukup, dan 0 orang dengan dukungan yang kurang. Sebaliknya, dalam kelompok dengan kepatuhan diet tidak patuh, terdapat 0 orang dengan dukungan yang baik, 5 orang dengan dukungan yang cukup, dan 6 orang dengan dukungan yang kurang.

Karakteristik Berdasarkan Usia

Distribusi karakteristik responden berdasarkan kelompok usia mengindikasikan, rentang usia 56-66 tahun mendominasi dengan 26 responden (45,5%). Hipertensi pada responden lanjut usia terjadi akibat peningkatan risiko pada proses penuaan. Temuan yang dihasilkan relevan dengan studi Masyudi, (2018) yang menghasilkan temuan, penuaan memicu perubahan pada keelastisan dinding aorta, menebal dan kakunya katup jantung, serta menurunnya fungsi jantung sebesar 1% setiap tahun setelah usia 20 tahun, sehingga mengurangi kontraksi dan volume jantung. Akibatnya, orang dewasa usia pertengahan dan lanjut usia cenderung menghadapi risiko hipertensi tertinggi.

Karakteristik Berdasarkan Jenis Kelamin

Temuan studi mengindikasikan, responden perempuan merupakan kelompok terbesar, dengan total 42 orang (73,7%). Sebagian besar peserta dalam penelitian ini adalah perempuan, karena harapan hidup perempuan lebih lama dibanding laki-laki, yang menjadikan perempuan mendominasi populasi secara keseluruhan.

Penelitian Meigia, (2020) menyatakan bahwa tingkat partisipasi perempuan dalam kegiatan tertentu umumnya lebih tinggi daripada laki-laki, berkat kesadaran kesehatan yang lebih tinggi di kalangan perempuan.

Karakteristik Berdasarkan Pekerjaan

Studi ini mengindikasikan, kelompok responden yang tidak bekerja memiliki prevalensi hipertensi tertinggi, dengan 19 orang (33,3%). Kondisi ini disebabkan oleh lokasi Pusat Kesehatan Masyarakat Pajang yang berada di daerah pedesaan, yang membatasi akses terhadap peluang kerja. Individu yang tidak bekerja memang berisiko lebih tinggi mengalami hipertensi akibat tingkat aktivitas fisik yang rendah, yang sering disertai dengan peningkatan denyut jantung, sehingga otot jantung mesti berkinerja lebih berat pada tiap kontraksi. Oleh karena itu, aktivitas fisik yang minim dapat memicu timbulnya penyakit kronis, termasuk hipertensi (Mandala et al., 2020).

Karakteristik Berdasarkan Pendidikan Terakhir

Karakteristik responden berdasar tingkat pendidikan mengindikasikan, kelompok yang pendidikannya mencapai sekolah dasar mendominasi, dengan 18 responden (31,6%). Tingkat pendidikan seseorang memengaruhi cara mereka merespons berbagai rangsangan eksternal. Pendidikan memainkan peran penting dalam mengendalikan hipertensi dan mematuhi diet hipertensi. Studi sebelumnya mengindikasikan, tingkat pendidikan yang rendah bisa menghambat kemampuan responden untuk menyerap informasi, sementara kurangnya pengetahuan seringkali menyebabkan kesalahpahaman tentang tujuan dan manfaatnya (Haritsul et al., 2022).

Dukungan Keluarga

Hasil yang didapatkan mengindikasikan, frekuensi responden berdasarkan dukungan keluarga terhadap kepatuhan menjalankan diet hipertensi diketahui bahwa dukungan keluarga berkategori baik sejumlah 29 (50,9%) responden, berkategori cukup sejumlah 22 (38,6%) responden, serta berkategori kurang sebanyak 6 (10,5%) responden.

Dukungan keluarga mengacu kepada sikap, perilaku, dan penerimaan anggota keluarga yang mendukung, dengan kesiapan penuh untuk memberikan bantuan dan dukungan kapan pun diperlukan. Dengan demikian, penerima dukungan tersebut akan merasa diperhatikan, dihargai, dan dicintai oleh orang lain (Friandi, 2021).

Temuan yang dihasilkan relevan dengan studi dari Prihartono et al., (2019), yang mengindikasikan, 55,3% responden menerima dukungan keluarga yang baik. Dukungan keluarga memegang peranan

krusial dalam memberi motivasi dan meningkatkan kesiapan agar mematuhi pola makan bagi penderita hipertensi. Keluarga dapat berperan sebagai motivator dengan secara rutin mengingatkan pasien tentang pola makan yang benar dan bekerja sama untuk mengatasi berbagai hambatan yang muncul.

Kepatuhan Diet

Berdasarkan data pada Tabel 3, tingkat kepatuhan terhadap diet mengindikasikan, 46 responden (80,7%) patuh, sementara 11 responden (19,3%) tidak patuh. Pasien hipertensi sering tidak menyadari bahwa mengonsumsi makanan tinggi kolesterol, penguat rasa, dan makanan kaleng atau awetan dapat berpotensi menyebabkan masalah kesehatan, termasuk peningkatan tekanan darah. Oleh karena itu, disarankan untuk membatasi asupan natrium, seperti natrium klorida (garam meja), monosodium glutamat (MSG) sebagai penguat rasa, dan natrium karbonat. Batas maksimal konsumsi garam meja yang direkomendasikan adalah tidak melebihi 6 gram per hari, sama dengan satu sendok teh. Namun, dalam praktiknya, kebiasaan memasak di masyarakat kita cenderung menggunakan garam secara berlebihan.

Temuan yang dihasilkan relevan dengan studi dari Wahyudi et al., (2020) menyatakan sejumlah 57,2% respondennya mematuhi diet hipertensi, perilaku berhubungan dengan kebiasaan yang menghasilkan suatu yang positif atau negatif. Perilaku individu mempengaruhi dalam menjalankan peraturan terkait kepatuhannya dalam menjalankan diet hipertensi.

Hubungan Antara Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Diet

Temuan yang dihasilkan memperlihatkan terdapatnya hubungan antara dukungan keluarga dan kepatuhan menjalankan diet hipertensi. Dukungan keluarga yang baik merupakan hal penting dalam menjaga kesehatan. Temuan penelitian ini sesuai dengan teori dukungan sosial House yang menyatakan bahwa dukungan emosional, informasional, instrumental, dan penghargaan dari keluarga dapat meningkatkan perilaku kesehatan. Hasil ini juga sejalan dengan Prihartono et al., (2019) dan (Wati et al., 2024) yang melaporkan bahwa dukungan keluarga berkontribusi signifikan terhadap kepatuhan diet hipertensi. Selain dukungan keluarga, beberapa faktor lain dapat memengaruhi kepatuhan diet seperti motivasi diri, pengetahuan, kebiasaan konsumsi garam dalam keluarga, serta keterlibatan tenaga kesehatan. Hal ini diperkuat oleh penelitian Shen et al., (2020) yang menunjukkan bahwa self-efficacy dan literasi kesehatan berpengaruh terhadap kepatuhan pengobatan/diet pasien

hipertensi. Karena itu, dukungan keluarga dalam penelitian ini kemungkinan bekerja bersama faktor internal pasien dan faktor lingkungan.

Untuk itu diharapkan keluarga harus memberikan dukungan motivasi supaya menjaga kesehatan dengan mematuhi diet hipertensi yang dijalani. Dengan patuh terhadap diet dapat mencegah dan mengobati masalah kesehatan yang mungkin akan muncul. Dukungan keluarga yang kurang terhadap kepatuhan diet dikarenakan beberapa faktor dari keluarga yaitu keluarga sibuk bekerja sehingga keluarga tidak dapat untuk mengingatkan diet yang dijalani dan kurang perhatian keluarga terhadap kesehatan keluarganya. Untuk dukungan keluarga cukup terdapat beberapa faktor yaitu keluarga selalu mengingatkan untuk diet hipertensi. Sedangkan untuk dukungan keluarga baik terdapat beberapa faktor yaitu keluarga memberikan perhatian serta kasih sayang sehingga keluarga menciptakan suasana lingkungan rumah yang nyaman dan keluarga selalu mengingatkan untuk menjalani diet secara teratur. Sehingga bisa diambil simpulan hampir seluruh responden mempunyai dukungan keluarga yang baik guna menunjang dalam melaksanakan kepatuhan diet.

SIMPULAN

Studi ini ditujukan guna menganalisis hubungan antara dukungan keluarga dan kepatuhan menjalankan diet pada pasien hipertensi di Puskesmas Pajang, Surakarta. Temuan mengindikasikan, karakteristik responden sebagian besar meliputi jenis kelamin perempuan, usia 56-66 tahun, status tidak bekerja, dan tingkat pendidikan setara lulusan sekolah dasar. Dukungan keluarga bagi pasien hipertensi sebagian besar diklasifikasikan sebagai baik, sementara kepatuhan terhadap diet hipertensi juga sebagian besar diklasifikasikan sebagai patuh. Oleh karena itu, terdapatnya hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga dan kepatuhan diet di kalangan pasien hipertensi di Pusat Kesehatan Masyarakat Pajang, Surakarta.

Temuan ini harapannya bisa dijadikan acuan untuk tenaga kesehatan untuk lebih intensif melibatkan keluarga dalam proses pendidikan dan pendampingan pasien hipertensi. Pendekatan intervensi yang berfokus pada keluarga berpotensi menjadi strategi efektif untuk meningkatkan keberhasilan program pengendalian hipertensi di tingkat komunitas. Tenaga kesehatan di Puskesmas perlu memberikan edukasi rutin kepada pasien dan keluarga terkait diet hipertensi, termasuk pembatasan garam, pengaturan menu harian, dan pemantauan tekanan darah. Program intervensi berbasis keluarga seperti pengingat minum obat dan memodifikasi masakan rumah perlu diterapkan untuk meningkatkan kepatuhan diet. Puskesmas disarankan membuat program follow-up atau

pemantauan berkala bagi pasien yang memiliki riwayat ketidakpatuhan diet.

Penelitian selanjutnya dianjurkan menambahkan variabel motivasi, dukungan petugas kesehatan, dan pengetahuan pasien untuk memberikan gambaran faktor yang lebih komprehensif.

DAFTAR PUSTAKA

- Friandi, R. (2021). *Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kepatuhan Diet pada Pasien Hipertensi di Puskesmas Kemantan Tahun 2020*.
- Haritsul Islam, M., Nur Hafifah, V., Tri Handoko Program Studi Keperawatan, Y., Kesehatan, F., Nurul Jadid, U., Nurul Jadid, J. P., Tj Lor, D., Paiton, K., Probolinggo, K., & Timur, J. (n.d.). *ANALISIS FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI KUNJUNGAN POSYANDU LANSIA*. <http://jurnal.globalhealthsciencegroup.com/index.php/JPPP>
- Harsismanto, Andri, J., Payana, T. D., Andrianto, M. B., & Sartika, A. (2020). Kualitas Tidur Berhubungan dengan Perubahan Tekanan Darah pada Lansia. *Jurnal Kesmas Asclepius*, 2(1), 1–11. <https://doi.org/10.31539/jka.v2i1.1146>
- Helty, H. (2022). *Dukungan Keluarga, Pengetahuan, dan Sikap Menurunkan Kecemasan Lansia dalam Pelaksanaan Vaksinasi COVID-19: Studi Cross Sectional*. <https://doi.org/10.26630/jkm.v14i1.3594>
- Kasumayanti, E., Zurrahmi, & Maharani. (2021). *FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI USIA PRODUKTIF DI DESA PULAU JAMBU WILAYAH KERJA UPTD PUSKESMAS KUOK*.
- Kemenkes RI. (2023). *Hipertensi – The Silent Killer*. https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/2254/hipertensi-the-silent-killer
- Lestari, I. G., & Isnaini, N. (2018). PENGARUH SELF MANAGEMENT TERHADAP TEKANAN DARAH LANSIA YANG MENGALAMI HIPERTENSI. *Indonesian Journal for Health Sciences*, 02(01), 7–18. <http://journal.umpo.ac.id/index.php/IJHS/>
- Mandala, A. S., Esfandiari, F., & Anton. (2020). Hubungan Tekanan Darah Terkontrol dan Tidak Terkontrol terhadap Kadar High Density Lipoprotein Pasien Hipertensi Correlation between Controlled and Uncontrolled Blood Pressure with High Density Lipoprotein Levels on Hypertension Patient Artikel info Artikel history. *Juni*, 11(1), 379–386. <https://doi.org/10.35816/jiskh.v10i2.296>

- Margerison, C., Riddell, L. J., McNaughton, S. A., & Nowson, C. A. (2020). Associations between dietary patterns and blood pressure in a sample of Australian adults. *Nutrition Journal*, 19(1). <https://doi.org/10.1186/s12937-019-0519-2>
- Masyudi, M. (2018). Faktor yang berhubungan dengan perilaku lansia dalam mengendalikan hipertensi. *Action: Aceh Nutrition Journal*, 3(1), 57. <https://doi.org/10.30867/action.v3i1.100>
- Meigia, N. V. (2020). HUBUNGAN DUKUNGAN KELUARGA DAN PENGETAHUAN DENGAN KEAKTIFAN LANJUT USIA (LANSIA) MENGIKUTI KEGIATAN POSYANDU LANSIA DI WILAYAH PUSKESMAS GADING SURABAYA. In *Medical Technology and Public Health Journal (MTPH Journal)* / (Vol. 4, Issue 1).
- Prihartono, W., Andarmoyo, S., & Isroin, L. (2019). HUBUNGAN DUKUNGAN KELUARGA DENGAN KEPATUHAN PEMENUHAN DIET PADA PENDERITA HIPERTENSI. *Health Sciences Journal*, 3(1), 1. <https://doi.org/10.24269/hsj.v3i1.215>
- Purba, E., Lolowang, N. L., Enggune, M., Stikes, R. S., & Tomohon, B. (2023). *Pengetahuan Lansia Tentang Pentingnya Diet Hipertensi*. 09(1). <https://doi.org/10.37905/aksara.9.1.313-320.2023>
- Puspita, E., Oktaviarini, E., & Dyah Puspita Santik, Y. (2017). PERAN KELUARGA DAN PETUGAS KESEHATAN DALAM KEPATUHAN PENGOBATAN PENDERITA HIPERTENSI DI PUSKESMAS GUNUNGPATI KOTA SEMARANG THE ROLE OF FAMILY AND HEALTH OFFICERS IN COMPLIANCE TREATMENT OF HYPERTENSION PATIENTS AT GUNUNGPATI COMMUNITY HEALTH CENTERS. *J. Kesehat. Masy. Indones*, 12(2), 2017.
- Shen, Z., Shi, S., Ding, S., & Zhong, Z. (2020). Mediating Effect of Self-Efficacy on the Relationship Between Medication Literacy and Medication Adherence Among Patients With Hypertension. *Frontiers in Pharmacology*, 11. <https://doi.org/10.3389/fphar.2020.569092>
- Wahyudi, C. T., Jadmiko, A. W., & Ritanti, R. (2020). Family Support on the Adherence to Nutrition Intake among Adults with Primary Hypertension in Kalanganyar, Lebak, Banten, Indonesia. *Journal of Epidemiology and Public Health*, 5(2), 132–140. <https://doi.org/10.26911/jepublichealth.2020.05.02.01>
- Wahyudi, W. T., Herlianita, R., Pagis, D., Gedong, P., Kota, A., & Lampung, B. (n.d.). Dukungan keluarga, kepatuhan dan pemahaman pasien terhadap diet rendah garam pada pasien dengan hipertensi. In *Maret* (Vol. 14, Issue 1).
- Wahyuni, S. (2020). Dukungan Keluarga dan Manajemen Hipertensi. In *The Indonesian Journal of Health Science* (Vol. 12, Issue 2).
- Wati, S. M. S., Puspitadewi, T. R., Wahyurianto, Y., & Yunariyah, B. (2024). Family Support and Diet Compliance for Elderly Hypertension at Prolanis Semanding Tuban Health Center. *Science Techno Health Jurnal*, 2(1). <https://journal.sciencetechnohealth.com/index.php/JIKK>
- World Health Organization. (2023). *Hypertension*. <https://www.who.int/news-room/factsheets/detail/hypertension>