



## Hubungan Dukungan Keluarga dengan Kepatuhan Diet pada Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Gondangrejo Kabupaten Karanganyar

Anifah Nur Annisa<sup>1\*</sup>, Dewi Kartika Sari<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup>Universitas 'Aisyiyah Surakarta, Indonesia

Alamat: Jl. Ki Hajar Dewantara No.10, Ketingan, Jebres, Surakarta, Jawa Tengah, 57146

Korespondensi penulis: [nurannisaanifah@gmail.com](mailto:nurannisaanifah@gmail.com)\*

**Abstract.** Background: The World Health Organization (WHO) has determined that in 2022 there will be approximately 972 million people with hypertension worldwide. The incidence of hypertension tends to increase due to the lack of public knowledge about hypertension. Family support may improve dietary adherence in hypertensive patients. Support provided is form of emotional support, appreciation, informational, instrumental. Dietary adherence of hypertensive patients important determining the stability and normal value of blood pressure for the change from non-compliant behavior to compliant behavior. Objective: To analyze the relationship between family support and hypertensive dietary adherence in hypertensive patients in the Working Area of Gondangrejo Health Center, Karanganyar Regency. Methods: This study used quantitative method with zero observational analysis, sampling using the *Qouta Sampling* technique with sample of 91 respondents. Data analysis using *Chi-square*. Results: The statistical test research obtained *p* value of  $0.183 > 0.05$  so that there was no relationship between family support and dietary adherence in hypertensive patients in the working area of Gondangrejo Health Center, Karanganyar Regency. Conclusion: There is no relationship between family support and dietary adherence in hypertensive patients in the working area of the Gondangrejo Health Center, Karanganyar Regency.

**Keywords:** Family Support, Hypertension, Dietary Adherence

**Abstrak.** Latar belakang: World Health Organization (WHO) menetapkan hipertensi tahun 2022 terdapat kurang lebih 972 juta jiwa diseluruh dunia. Angka kejadian hipertensi cenderung meningkat karena kurangnya pengetahuan masyarakat mengenai hipertensi. Dukungan keluarga dapat meningkatkan kepatuhan diet pada pasien hipertensi. Dukungan yang diberikan berbentuk dukungan emosional, penghargaan, informasional, instrumental. Kepatuhan diet penderita hipertensi penting dalam menentukan stabilitas dan nilai normalnya tekanan darah untuk perubahan dari perilaku tidak patuh menjadi perilaku yang dipatuhi. Tujuan: Menganalisis hubungan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet hipertensi pada penderita hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Gondangrejo Kabupaten Karanganyar. Metode: penelitian ini menggunakan metode kuantitatif bersifar analitik observasional, pengambilan sampel menggunakan teknik *Qouta Sampling* dengan jumlah sampel 91 responden. Analisis data menggunakan *Chi-square*. Hasil: penelitian uji statistik didapat *p* value sebesar  $0,183 > 0,05$  sehingga tidak terdapat hubungan antara dukungan keluarga dengan kepatuhan diet pada penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Gondangrejo Kabupaten Karanganyar. Kesimpulan: Tidak terdapat hubungan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet pada penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Gondangrejo Kabupaten Karanganyar.

**Kata Kunci:** Dukungan Keluarga, Hipertensi, Kepatuhan Diet

### 1. LATAR BELAKANG

Suatu kondisi yang dikenal sebagai hipertensi adalah kondisi dimana tekanan darah arteri terus meningkat, keadaan tersebut mengakibatkan jantung bekerja lebih keras untuk mengedarkan darah ke seluruh tubuh melalui pembuluh darah (Safitri *et al.*, 2019). Seseorang didiagnosis hipertensi jika hasil pengukuran tekanan darah menunjukkan hasil tekanan sistol  $> 140$  mmHg (batasan tersebut untuk orang dewasa di atas 18 tahun) dan tekanan diastol  $> 90$  mmHg (Oktaria *et al.*, 2023).

Prevalensi hipertensi di dunia pada tahun 2022 terdapat kurang lebih 972 juta jiwa atau 26,4% lansia di seluruh dunia mengidap hipertensi, yang kemungkinan angka tersebut akan terus mengalami peningkatan di tahun 2025 menjadi sebanyak 29,2%. 972 juta jiwa pengidap hipertensi, 333 juta jiwa berada di Negara maju dan 639 di Negara berkembang, termasuk Indonesia (*World Health Organization, 2022*). Survei Kesehatan Indonesia (2023), ditunjukkan prevalensi penduduk usia lebih dari 18 tahun yang menjadi penderita hipertensi di Indonesia berdasarkan pengukuran sebesar 30.80% atau sekitar 566 ribu. Berdasarkan data Profil Kesehatan Provinsi Jawa Tengah (2023) terdapat Kabupaten tertinggi di Solo Raya yaitu Kabupaten Karanganyar dengan presentase 110,8% sebanyak 163.893 kasus.

Penyakit hipertensi meskipun tidak dapat disembuhkan, akan tetapi di dalam penatalaksanaan hipertensi bisa dengan peningkatan kepatuhan diet yang dapat mengendalikan dan mengelola hipertensi. Kepatuhan diet pada pasien hipertensi penting dalam menentukan stabilitas dan nilai normalnya tekanan darah (Yuni Nur'aini & Nisak, 2022). Kepatuhan terhadap diet pasien mencakup berbagai faktor yang mempengaruhi yaitu dengan pemahaman pedoman, tingkat pendidikan dan pengetahuan, sikap, pengobatan, kepribadian dan dukungan keluarga (Amelia, 2020).

Dukungan keluarga sangat penting dalam meningkatkan kepatuhan diet pada pasien hipertensi. Bentuk dorongan yang memberikan bantuan sebagai sumber pertolongan yang praktis meliputi dukungan instrumental, dukungan emosional, dukungan informasional, dan dukungan penilaian. Dukungan keluarga terhadap kepatuhan diet tidak hanya sekedar bertindak dalam memberikan dukungan instrumental semata tetapi juga perlu berperan sebagai edukasi yang diberikan keluarga akan berdampak pada peningkatan kepatuhan diet pada penderita hipertensi (Husein *et al.*, 2021). Berdasarkan hasil riset dari Dewi (2022) ada hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga dengan kepatuhan diet hipertensi pada lansia didapatkan hasil tidak patuh dukungan keluarga terhadap diet sebesar (31,5%), dan patuh dukungan keluarga terhadap diet sebesar (68,5%).

Berdasarkan hasil wawancara dengan 10 orang pasien hipertensi di Puskesmas Gondangrejo yang dilakukan oleh peneliti saat melakukan studi pendahuluan pada tanggal 29 Juni 2024 didapatkan hasil yaitu terkait dengan dukungan keluarga, 6 pasien mengatakan keluarga mendukung untuk kepatuhan diet hipertensi, pasien mengatakan keluarga memberikan informasi untuk menghindari makanan kaleng, pentingnya melakukan aktivitas fisik dan mengurangi rokok, pasien mengatakan keluarga selalu memberikan perhatian kepada pasien dengan sering di ingatkan untuk menjaga pola makan

seperti mengkonsumsi buah, sayur, dan banyak minum air putih. Hasil wawancara 4 pasien mengatakan keluarga kurang mendukung untuk kepatuhan diet hipertensi, keluarga cenderung memberikan makanan pasien tapi tidak sesuai kepatuhan diet seperti mengkonsumsi makanan yang tinggi garam, pasien mengatakan keluarga kurang memberikan informasi untuk menghindari makanan kaleng, pentingnya melakukan aktifitas fisik dan mengurangi rokok, pasien mengatakan keluarga tidak memberikan perhatian kepada pasien dengan tidak mengingatkan pasien untuk menjaga pola makan. Kemudian hasil wawancara terkait dengan kepatuhan diet, 6 pasien mengatakan sudah mengurangi konsumsi makanan asin, makanan gorengan, dan makanan berlemak, pasien mengatakan setiap hari mengkonsumsi buah-buahan dan sayuran, pasien mengatakan tidak merokok dan rutin melakukan olahraga. Hasil wawancara 4 pasien mengatakan sering mengkonsumsi makanan asin, makanan gorengan, dan makanan cepat saji (*junk food*) seperti mie instan, pasien mengatakan kurang mengkonsumsi buah-buahan dan sayuran, pasien mengatakan masih sering merokok dan masih jarang untuk berolahraga. Bahwasannya kesimpulan fenomena terhadap kepatuhan diet hipertensi banyak keluarga yang mendukung pasien untuk menjalani kepatuhan diet hipertensi, dukungan keluarga yang diberikan berupa dorongan semangat dan perhatian kepada pasien sehingga pasien dapat melaksanakan kepatuhan diet hipertensi dengan baik.

Berdasarkan informasi diatas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Hubungan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet pada penderita hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Gondangrejo”.

## 2. KAJIAN TEORITIS

Tekanan darah tinggi atau hipertensi adalah tekanan darah berada diatas 140/90 mmHg (Iswatun and Susanto, 2021). Keluarga adalah sekelompok satu atau lebih yang hidup bersama sebagai unit kecil masyarakat, biasanya tanpa darah, perkawinan, atau hubungan lainnya. Dukungan keluarga berhubungan dengan kualitas kesehatan seseorang (Putra, 2019). Kepatuhan diet adalah tindakan atau perilaku pasien hipertensi untuk mematuhi diet rendah natrium atau diet lainnya (Rahmatika, 2019). Kepatuhan diet hipertensi akan terlaksana dengan baik apabila pasien dapat konsisten dengan pelaksanaan diet yang sudah dianjurkan oleh tenaga kesehatan (Wahyudi *et al.*, 2020). Penelitian Agus., *et al* (2022), menjelaskan tentang dukungan keluarga berhubungan dengan peningkatan pengetahuan dan sikap penderita untuk melakukan kepatuhan diet. Peran anggota keluarga dalam meningkatkan pengetahuan penderita hipertensi dalam bentuk sering mengingatkan

penderita untuk menghindari makanan berlemak dan tinggi natrium. Keluarga tidak hanya sekedar bertindak dalam memberikan dukungan instrumental semata akan tetapi juga diperlukan untuk berperan sebagai edukator terhadap penderita. Edukasi yang diberikan oleh keluarga memiliki dampak pada peningkatan pengetahuan dan sikap penderita untuk melakukan kepatuhan diet hipertensi.

### **3. METODE PENELITIAN**

Jenis penelitian yang digunakan adalah kuantitatif bersifat analitik *observasional*. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah *quota sampling* sebanyak 91 sampel sesuai kriteria inklusi dan eksklusi. Kriteria inklusi pasien berusia 18-60 tahun, bersedia berpartisipasi dalam penelitian, memiliki tekanan darah sistolik  $\geq 140$  mmHg dan diastolik  $\geq 90$  mmHg. Kriteria eksklusi memiliki penyakit kronik seperti gagal jantung, kanker, diabetes, gagal ginjal, tinggal di luar wilayah kerja Puskesmas Gondangrejo Kabupaten Karanganyar. Variabel bebas pada penelitian ini adalah dukungan keluarga. Variabel terikat pada penelitian yang akan dilakukan adalah kepatuhan diet. Dukungan keluarga diukur menggunakan Skala Likert, sedangkan kepatuhan diet diukur menggunakan Skala Guttman. Kuesioner dukungan keluarga sudah di uji validitasnya yang diadopsi dari penelitian (Rokhmah, 2022) dari uji validitas terdapat 15 pertanyaan yang dinyatakan valid. Instrument pengukuran dalam penelitian ini menggunakan kuisoner. Kuesioner kepatuhan diet sudah di uji validitasnya yang diadopsi dari penelitian (Evia, 2022), dengan hasil terdapat 11 pertanyaan yang dinyatakan valid. Uji reliabilitas pada kuesioner dukungan keluarga sudah di uji reliabilitasnya, yang diadopsi dari penelitian (Rokhmah, 2022) hasilnya reliabel. Uji reliabilitas pada kuesioner kepatuhan diet sudah di uji reliabilitasnya, yang diadopsi dari penelitian (Evia, 2022) hasilnya reliabel.

#### 4. HASIL DAN PEMBAHASAN

##### Hasil

##### Distribusi Frekuensi Dukungan Keluarga pada Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Gondangrejo

**Tabel 1.** Distribusi Frekuensi Dukungan Keluarga pada Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Gondangrejo

No	Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
1.	Baik	17	18,7
2.	Cukup	65	71,4
3.	Kurang	9	9,9
	Total	91	100

Sumber : Data primer diolah tahun 2024

Berdasarkan hasil pada tabel 4.1 menunjukkan bahwa kategori mayoritas dukungan keluarga pada penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Gondangrejo berada dalam kategori cukup, yaitu sebanyak 65 orang atau sebesar 71,4%.

##### Distribusi Frekuensi Kepatuhan Diet pada Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Gondangrejo

**Tabel 2.** Distribusi Frekuensi Kepatuhan Diet pada Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Gondangrejo

No	Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
1.	Patuh	23	25,3
2.	Tidak Patuh	68	74,7
	Total	91	100

Sumber : Data primer diolah tahun 2024

Berdasarkan hasil pada tabel 4.2 menunjukkan bahwa mayoritas kepatuhan diet pada penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Gondangrejo berada dalam kategori tidak patuh, yaitu sebanyak 68 orang atau sebesar 74,7%.

## Hubungan Dukungan Keluarga dengan Kepatuhan Diet pada Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Gondangrejo

**Tabel 3.** Hubungan Dukungan Keluarga dengan Kepatuhan Diet Pada Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Gondangrejo

Dukungan Keluarga	Kepatuhan Diet		Tidak Patuh		Total		p-value
	n	%	n	%	N	%	
Baik	5	4,3	12	12,7	17	17,0	0,183
Cukup	18	16,4	47	48,6	65	65,0	
Kurang	0	2,3	9	6,7	9	9,0	
Total	23	23,0	68	68,0	91	91,0	

Sumber : Data primer diolah tahun 2024

Berdasarkan hasil pada tabel 4.3 menunjukkan bahwa mayoritas dukungan keluarga di wilayah kerja Puskesmas Gondangrejo memiliki dukungan keluarga yang cukup dengan kepatuhan diet yang patuh sebanyak 18 orang atau sebesar 16,4%, sementara yang paling sedikit memiliki dukungan keluarga yang kurang 0 dengan kepatuhan diet yang tidak patuh sebanyak 9 orang atau sebesar 6,7%. Hasil analisis menunjukkan nilai p value didapatkan nilai sig *chi-square* adalah 0,183 berarti  $>0,05$  maka dapat disimpulkan bahwa  $H_0$  diterima dan  $H_a$  ditolak, yang berarti tidak terdapat hubungan antara dukungan keluarga dengan kepatuhan diet pada penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Gondangrejo.

### Pembahasan

#### Dukungan Keluarga

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas dukungan keluarga pada penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Gondangrejo memiliki dukungan keluarga yang cukup. Kategori tersebut dibuktikan dengan sebanyak 65 orang atau sebesar 71,4% dari dukungan keluarga pada penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Gondangrejo memiliki dukungan keluarga cukup. Hal ini didukung dari hasil kuesioner, persepsi penderita tentang dukungan keluarga bahwa keluarga selalu memberikan informasi tentang diet hipertensi, mengantarkan penderita ke pelayanan kesehatan serta memfasilitasi perawatan lansia. Sehingga hal ini dapat mengarah pada sikap positif penderita tentang dukungan keluarga. Dalam kehidupan pribadi kehadiran seseorang begitu diperlukan karena seseorang tidak mungkin memenuhi kebutuhan fisik maupun psikologisnya sendirian. Salah satu dukungan sosial yang dibutuhkan individu adalah

keluarga. Proses dukungan keluarga terjadi selama masa kehidupan, dengan tipe dan sifat dukungan yang berbeda setiap tahap siklus kehidupan keluarga (Bangun, *et al.*, 2020).

Dukungan keluarga sangat penting dalam membantu anggota keluarga untuk mendapatkan kondisi kesehatan yang baik, seperti memberikan motivasi secara terus menerus supaya penderita hipertensi dapat menjalankan kepatuhan diet secara rutin yang berdampak pada tekanan darah. Dukungan keluarga dapat diwujudkan dengan memberikan perhatian, berempati, saran, dorongan, pengetahuan dan sebagainya (Prihatin *et al.*, 2020). Hal ini sejalan dengan penelitian Hasanah *et al* (2022) bahwa dukungan keluarga diperlukan oleh setiap individu karena keluarga merupakan orang yang paling dekat, terutama ketika sakit atau mempunyai masalah sehingga ketika berada di kondisi tersebut akan merawat dan mendukungnya.

Hal ini sejalan dengan penelitian Wulandari *et al* (2024) bahwa dukungan keluarga yang diberikan keluarga sudah cukup. Dukungan keluarga yang dimaksud dapat diterima keluarga, dengan adanya dukungan keluarga yang cukup akan membantu responden mengontrol diet rendah garam. Dukungan keluarga yang diberikan dapat berupa dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental dan dukungan informasi. Hal ini menunjukkan bahwa keluarga membantu dan melayani responden, keluarga memberikan ungkapan hormat atau penghargaan positif terhadap responden, keluarga membiayai pengobatan responden selama sakit, menyediakan fasilitas untuk keperluan pengobatan.

### **Kepatuhan Diet**

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas kepatuhan diet pada penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Gondangrejo memiliki kepatuhan diet yang tidak patuh. Kategori tersebut dibuktikan dengan sebanyak 68 orang atau sebesar 74,7% dari kepatuhan diet pada penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Gondangrejo memiliki kepatuhan diet tidak patuh. Hal ini terjadi karena responden tidak sadar akan pentingnya menjalankan kepatuhan diet, responden masih sering tidak memperhatikan kesehatan dengan masih mengkonsumsi garam yang tinggi, konsumsi makanan gorengan, makanan berlemak tinggi seperti jeroan, dan kurang mengkonsumsi buah dan sayur. Hal ini sejalan dengan penelitian Friandi (2021) bahwa pasien yang tidak patuh dengan diet hipertensi tetapi dukungan keluarganya cukup bisa dikarenakan oleh tidak adanya kemauan dari pasien itu sendiri, dan motivasi diri rendah. Selain itu juga ditemukan keluarga tidak mendukung tetapi pasien patuh terhadap diet hipertensi

dikarenakan adanya kemauan dari pasien itu sendiri yang ingin tekanan darahnya stabil. Dan juga ditemukan keluarga mendukung diet hipertensi dan responden patuh dikarenakan keluarga selalu mengingatkan pasien kapan harus melakukan diet hipertensi sehingga terbiasa dengan pola makan yang baik dan menjadi rutinitas sehari-hari dan tidak perlu diingatkan lagi.

Persepsi pasien terhadap kepatuhan diet dapat dipengaruhi oleh tingkat pengetahuan dan keyakinan pasien dalam proses pengobatan, orang yang patuh dalam pengobatan empat kali lebih mungkin untuk sembuh dari pada orang yang tidak patuh. Salah satu faktor yang mempengaruhi yaitu kepercayaan serta keahlian orang dalam mengelola kesehatannya terutama dalam menjalankan diet hipertensi. Semakin tinggi keyakinan seseorang maka semakin besar kemauan dan kemampuan untuk meningkatkan kepatuhan diet tekanan darah tinggi (Puspita, 2019). Aspek lingkungan dan sosial serta peningkatan interaksi penderita dengan keluarga ialah aspek yang banyak mempengaruhi kepatuhan diet hipertensi. Membangun dukungan sosial dengan keluarga bisa membantu terbentuknya perilaku dengan peningkatan interaksi keluarga dengan penderita yaitu tentang pentingnya memberikan umpan balik pada penderita setelah mendapatkan penjelasan mengenai penyakitnya. Tidak hanya tentang penyakit dan pengobatannya, tetapi juga tentang membangun kepercayaan pasien agar mau berkonsultasi kembali dan terus meningkatkan kepatuhan dietnya (Rahmatika, 2019).

Hal ini sejalan dengan penelitian Kurniawan *et.,al* (2024) bahwa dukungan dari anggota keluarga sangat mempengaruhi kepatuhan diet. Keluarga harus meluangkan waktu untuk bersama dan menjadi seorang pendengar yang baik atas keluhan yang disampaikan oleh penderita hipertensi dalam menjalankan diet hipertensinya. Permasalahan kepatuhan diet lebih disebabkan oleh peranan gaya hidup yang tidak baik yaitu seperti kebiasaan mengkonsumsi makanan tinggi natrium, makanan berlemak, kurangnya mengkonsumsi buah dan sayur, dan kurangnya melakukan aktivitas fisik.

### **Hubungan Dukungan Keluarga dengan Kepatuhan Diet pada Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Gondangrejo**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas dukungan keluarga di wilayah kerja Puskesmas Gondangrejo memiliki dukungan keluarga yang cukup dengan kepatuhan diet yang patuh sebanyak 18 orang atau sebesar 16,4%, sementara yang paling sedikit memiliki dukungan keluarga yang kurang 0 dengan kepatuhan diet yang tidak patuh sebanyak 9 orang atau sebesar 6,7%. Hasil analisis menunjukkan didapatkan kesimpulan

bahwa tidak ada hubungan antara dukungan keluarga dengan kepatuhan diet pada penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Gondangrejo. Hal ini disebabkan karena penderita memiliki dukungan keluarga yang cukup, keluarga masih memperhatikan kesehatan pasien untuk mematuhi kepatuhan diet, walaupun mayoritas penderita tidak patuh dalam menjalankan kepatuhan diet hipertensi itu bisa disebabkan oleh beberapa faktor, tidak hanya dari dukungan keluarga. Semuanya tergantung dari pasien, jika mereka memiliki kesadaran tinggi mereka akan peduli dengan kesehatan mereka. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rismayanti (2021) menyatakan bahwa tidak terdapat hubungan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet hipertensi pada lansia. Dukungan keluarga responden cukup, namun mayoritas lansia tidak patuh terhadap diet. Faktor yang memengaruhi tidak patuh adalah usia lanjut, maka semakin bertambah usia akan terjadi elastis dinding aorta menurun, perubahan miokard, atrofi menurun, katup jantung menebal dan menjadi kaku, intrinsik output menurun lambat dalam waktu untuk berpikir, berkurangnya penglihatan, hilangnya pendengaran, mengecilnya saraf penciuman dan perasa, lebih terhadap perubahan suhu dan rendahnya ketahanan terhadap dingin, kurang terhadap sentuhan.

Keluarga yaitu unit terkecil dari masyarakat yang menjadi titik tolak kesehatan masyarakat yang optimal. Sikap, perilaku, dan keluarga menerima keluarga lain yang sakit maupun yang sehat menjadi acuan dari dukungan keluarga. Keluarga peduli dengan orang-orang yang mendukung, orang-orang yang siap menawarkan bantuan, dan dukungan kapan pun mereka membutuhkannya (Prihartono *et al.*, 2019). Perilaku pelayanan yang diberikan oleh keluarga berupa dukungan emosional, penghargaan, atau penilaian informasional dan instrumental merupakan bentuk dukungan keluarga (Sapwal *et al.*, 2021).

Hal ini sejalan dengan penelitian Hasanah *et al* (2022) yang mengatakan bahwa dukungan keluarga tidak sepenuhnya menjadi alasan untuk memotivasi pasien dalam mengontrol tekanan darah, meskipun mayoritas responden memiliki dukungan keluarga cukup. Faktor yang mempengaruhi dukungan keluarga yaitu faktor internal dan eksternal. Faktor internal dipengaruhi oleh tahap perkembangan seperti pendidikan, emosi, dan spiritual. Sedangkan faktor eksternal dipengaruhi oleh faktor kondisi sosial, ekonomi, dan budaya (Trisnadewi 2022).

Dukungan keluarga dilakukan untuk meningkatkan penerapan diet hipertensi. Dengan suport keluarga yang baik penderita hipertensi akan lebih patuh melaksanakan diet tekanan darah tinggi. Sebaliknya, tanpa dukungan keluarga kepatuhan diet menurun karena dukungan dari keluarga sangat besar pengaruhnya terhadap perawatan hipertensi.

Karena pada dasarnya kepatuhan diet merupakan kepatuhan penderita terhadap makanan yang beraneka ragam, jenis dan kondisi makanan disesuaikan dengan kondisi penderita, jumlah garam dibatasi sesuai dengan kesehatan penderita, kepatuhan terhadap aturan diet mengacu pada definisi suatu perilaku pasien untuk menjaga hidup sehat (Jovannaldo *et al.*, 2024).

Permasalahan kepatuhan diet dipengaruhi oleh banyak faktor. Faktor yang mempengaruhi kepatuhan diet adalah faktor predisposisi dan faktor pendukung. Faktor predisposisi paling signifikan yang mempengaruhi kemampuan individu untuk mengekspresikan diri melalui pengetahuan, gagasan, keyakinan, nilai, dan sikap (Jusuf & Liputo 2021). Sedangkan faktor pendukung terdiri dari pendidikan untuk memantapkan kepribadian seseorang dengan cara mengembangkan potensi kepribadian berupa spiritual yang merupakan proses perubahan tingkah laku, akomodasi untuk memahami ciri-ciri kepribadian yang mempengaruhi kepatuhan diet harus menjadi prioritas, perubahan faktor lingkungan untuk meningkatkan kepatuhan diet, terapi untuk pasien aktif terlibat dalam pengembangan program perawatan hipertensi, meningkatkan interaksi tenaga kesehatan dengan pasien untuk membantu membangun rasa percaya diri pasien dalam meningkatkan kepatuhan diet hipertensi dengan komunikasi yang baik (Hirmawat, 2019).

Hal ini tidak sejalan dengan penelitian Kurniawan *et.al* (2024) bahwa terdapat hubungan antara dukungan keluarga dengan tingkat kepatuhan diet hipertensi di Puskesmas Kaliwates. Hal ini juga tidak sejalan dengan penelitian Maula *et al* (2023) bahwa terdapat hubungan persepsi lansia tentang dukungan keluarga terhadap kepatuhan diet hipertensi.

## **5. KESIMPULAN DAN SARAN**

Berdasarkan hasil analisa data dan pembahasan diatas, maka didapatkan kesimpulan tidak terdapat hubungan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet pada penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Gondangrejo. Dalam penelitian ini jauh dari kata sempurna, sehingga masih banyak keterbatasan yang ada dalam penelitian ini antara lain data yang diperoleh peneliti yaitu melalui jawaban kuesioner saja tidak ada wawancara mendalam dan penelitian kepatuhan diet tidak dilakukan observasi. Saran bagi peneliti selanjutnya diharapkan penelitian ini dapat digunakan sebagai acuan, masukan dan pembandingan dalam mengembangkan dan melakukan penelitian tentang hubungan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet hipertensi.

## DAFTAR REFERENSI

- Agus, S., & Heni, P. (2022). Dukungan keluarga dengan pengetahuan dan sikap pada penderita hipertensi. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 4(1), 81–89.
- Amelia, R., & Kurniawati, I. (2020). Hubungan dukungan keluarga terhadap kepatuhan diet hipertensi pada penderita hipertensi di Kelurahan Tapos Depok. *Jurnal Kesehatan Saemakers Perdana*, 3(1), 77–90. <http://ojs.ukmc.ac.id/index.php/JOH>
- Bagun, A. V., Jatnika, G., & Herlina, H. (2020). Hubungan antara dukungan keluarga dengan kepatuhan diet pada penderita diabetes mellitus tipe 2. *Jurnal Ilmu Keperawatan Medikal Bedah*, 3(1), 66–67.
- Dewi, R. A., & Rina, P. (2022). Hubungan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet hipertensi pada lansia di Puskesmas Ariodillah. *Excellent Midwifery Journal*, 5(1), 94–103.
- Dinkes Jateng. (2022). *Profil kesehatan Jawa Tengah tahun 2023*. [https://dinkesjatengprov.go.id/v2018/dokumen/Profil\\_Kesehatan\\_2021/files/downloads/Profil\\_Kesehatan\\_Jateng\\_2021.pdf](https://dinkesjatengprov.go.id/v2018/dokumen/Profil_Kesehatan_2021/files/downloads/Profil_Kesehatan_Jateng_2021.pdf)
- Dinkes Karanganyar. (2023). *Profil kesehatan Kabupaten Karanganyar tahun 2023*. [https://dinkes.karanganyarkab.go.id//Profil\\_Kesehatan\\_2023/files/downloads/Profil\\_Kesehatan\\_Kabupaten\\_Karanganyar\\_2023.pdf](https://dinkes.karanganyarkab.go.id//Profil_Kesehatan_2023/files/downloads/Profil_Kesehatan_Kabupaten_Karanganyar_2023.pdf)
- Evia, L. (2022). Hubungan kepatuhan pencegahan komplikasi dengan tekanan darah pada penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Jembatan Kecil Kota Bengkulu tahun 2022. Politeknik Kesehatan Kemenkes Bengkulu.
- Friandi, R. (2021). Faktor-faktor yang berhubungan dengan kepatuhan diet pada pasien hipertensi di Puskesmas Kemantan tahun 2020. *Jurnal Ilmu Kesehatan Dharmas Indonesia (JIKDI)*, 1(2), 61–68.
- Husein, R. F., Kumara, L. R., & Kriswoyo, P. G. (2021). The effectiveness of giving health education nursing actions to a hypertension family with a knowledge deficit in Pucangsewu. *Jurnal Keperawatan Respati Yogyakarta*, 8(3).
- Jovannaldo, E. G., Jaata, J., Astuti, W., Amir, H., & Fauzan, M. R. (2024). Hubungan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet rendah garam pada pasien hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Passi Barat. *Waston Journal of Nursing*, 2(2), 7–13.
- Jusuf, M. I., & Liputo, S. (2021). Faktor-faktor yang mempengaruhi kepatuhan diet pasien hipertensi di bagian rawat jalan di RSUD Prof. Dr. H. Aloei Saboe Zaitun. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 5–12.
- Kurniawan, T. A., Hidayat, C. T., & Anggraeni, Z. E. Y. (2024). Hubungan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet hipertensi pada pasien hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Kaliwates. *Jurnal Ilmu Kesehatan Medic Nutricia*, 4(3), 25–31.
- Maula, L. H., Ulfah, M., & Aprilliyani, I. (2023). Persepsi lansia tentang dukungan keluarga terhadap kepatuhan diet hipertensi. *Jurnal Ilmu Keperawatan Universitas Harapan Bangsa*, 14(2), 31–38.

- Oktaria, M., Hardono, H., Wijayanto, W. P., & Amiruddin, I. (2023). Hubungan pengetahuan dengan sikap diet hipertensi pada lansia. *Jurnal Ilmu Medis Indonesia (JIMI)*, 2(2), 69–75.
- Prihartono, W., Andarmoyo, S., & Isroin, L. (2019). Hubungan dukungan keluarga dengan kepatuhan pemenuhan diet pada penderita hipertensi. *Health Sciences Journal*, 3(1).
- Prihatin, K., Fatmawati, B. R., & Suprayitna, M. (2020). Faktor-faktor yang mempengaruhi kepatuhan berobat penderita hipertensi. *Jurnal Ilmiah STIKES Yarsi Mataram*, 10(2), 7–16.
- Puspita, T., & Ernawati, R. D. (2019). The correlation between self-efficacy and diet compliance. *Jurnal Kesehatan Indra Husada*, 7(10).
- Putra, G. J. (2019). Dukungan pada pasien luka kaki diabetik. Oksana Publishing.
- Rahmatika, D. (2019). Hubungan antara dukungan emosional dengan kepatuhan diet lansia penderita hipertensi. *Journal of Public Health*, 14(2), 252–266.
- Rismayanti, E. (2021). Hubungan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet hipertensi pada lansia: Literature review. *Paper Knowledge Toward a Media History of Documents*, 14(1013), 32–45.
- Rokhmah, S. (2022). Hubungan pengetahuan dan dukungan keluarga terhadap kepatuhan diet pada penderita hipertensi di Desa Mertapada Kulon Kecamatan Astanajapura Kabupaten Cirebon. UIN Walisongo Semarang.
- Sapwal, M. J., Taufandas, M., & Hermawati, N. (2021). Hubungan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet hipertensi pada lansia di Dusun Ladon wilayah kerja Puskesmas Wanasaba. 2(2), 801–815.
- Trisnadewi, N. W. (2022). *Modul manajemen diabetes melitus berbasis keluarga*. <https://doi.org/10.53638/bp.9786239968977>
- Wahyudi, W. T., Herlianita, R., & Pagis, D. (2020). Dukungan keluarga, kepatuhan, dan pemahaman pasien terhadap diet rendah garam pada pasien dengan hipertensi. *Holistik Jurnal Kesehatan*, 14(1), 110–117. <https://doi.org/10.33024/hjk.v14i1.1843>
- World Health Organization. (2022). *Penuaan dan kesehatan*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/ageing-and-health>
- Wulandari, C., Rotua, S. S., & Dinda, N. F. (2024). Hubungan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet rendah garam pada penderita hipertensi di Posbindu Kemuning Kelurahan Margahayu Kota Bekasi tahun 2023. *Jurnal Medicare*, 3(3), 159–169.
- Yuni, N., Elvya, & Nisak, R. (2022). Hubungan dukungan keluarga terhadap kepatuhan diet penderita hipertensi di Desa Ngompro Kecamatan Pangkur Kabupaten Ngawi. *Jurnal Cakra Medika*, 9(1), 8–18.