

HUBUNGAN DUKUNGAN KELUARGA DENGAN PERILAKU LANSIA DALAM PENGENDALIAN HIPERTENSI

Suriani¹, Roslaini²

Akademi Keperawatan Kesdam Iskandar Muda Lhokseumawe

Email: ns.suriani.m.kep@gmail.com

Roslaini.id@gmail.com

Abstrak

Dukungan keluarga sangat penting sebagai salah satu komponen pendukung yang dapat memengaruhi kualitas hidup dan gaya hidup seseorang, terutama pada orang-orang yang lebih tua. Keluarga, sebagai sistem pendukung utama, memberikan dampak langsung pada anggota keluarga yang menghadapi berbagai tantangan, baik fisik, psikologis, sosial, maupun lingkungan. Akibatnya, mereka meningkatkan kualitas hidup mereka ketika mereka berusia tua. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah ada hubungan antara dukungan keluarga dan cara orang tua mengelola hipertensi di Desa Lawe Hijo, Kecamatan Babel, Aceh Tenggara. Metode Penelitian ini dirancang melalui observasi dan menggunakan pendekatan penelitian cross-sectional. Penelitian ini melibatkan semua orang tua yang menderita hipertensi di Desa Lawe Hijo. Data dikumpulkan melalui observasi langsung dan wawancara. Data sekunder berasal dari catatan dan laporan data Desa Lawe Hijo, Kecamatan Babel, Aceh Tenggara pada tahun 2023. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar orang tua yang menerima dukungan keluarga dalam kategori mendukung memiliki perilaku positif dalam mengendalikan hipertensi, yaitu 23 responden (95,8%), dan hanya 1 responden (4,2%) dengan dukungan keluarga mendukung memiliki perilaku negatif. Menariknya, tidak ada orang tua yang menerima dukungan keluarga tidak mendukung yang memiliki perilaku positif dalam mengendalikan hipertensi. Nilai $p = 0,000$, yang lebih kecil dari $\alpha = 0,05$, ditemukan melalui analisis statistik dengan Uji Tepat Fisher. Kesimpulan pada penelitian ini terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga dan perilaku lansia dalam pengendalian hipertensi, menurut nilai p (p -value) di Desa Lawe Hijo, Kecamatan Babel, Aceh Tenggara.

Kata Kunci: Perilaku Lansia, Dukungan Keluarga, Hipertensi

RELATIONSHIP BETWEEN FAMILY SUPPORT AND ELDERLY BEHAVIOR IN CONTROL OF HYPERTENSION

Family support is essential as one of the supportive components that can influence a person's quality of life and lifestyle, especially in older people. Family, as the main support system, has a direct impact on family members who face various challenges, whether physical, psychological, social, or environmental. As a result, they improve their quality of life when they are older. The purpose of this study was to determine whether there is a relationship between family support and how parents manage hypertension in Lawe Hijo Village, Babel District. Methods This study was designed through observation and used a cross-sectional research approach. This study involved all parents suffering from hypertension in Lawe Hijo Village. Data were collected through direct observation and interviews. Secondary data came from records and data reports of Lawe Hijo Village, Babel District, Southeast Aceh in 2023. The results of this study showed that most parents who received family support in the supportive category had positive behavior in controlling hypertension, namely 23 respondents (95.8%), and only 1 respondent (4.2%) with supportive family support had negative behavior. Interestingly, none of the parents who received unsupportive family support had positive behavior in controlling hypertension. A value of $p = 0.000$, which is smaller than $\alpha = 0.05$, was found through statistical analysis with Fisher's Exact Test. Conclusion: In Lawe Hijo Village, Babel District, Southeast Aceh, there is a significant relationship between family support and elderly behavior in controlling hypertension, according to the p -value.

Keywords: Elderly Behavior, Family Support, Hypertension

1. PENDAHULUAN

Tekanan darah tinggi, juga dikenal sebagai hipertensi, adalah masalah masyarakat di negara maju dan berkembang, termasuk Indonesia. Hipertensi adalah kondisi di mana tekanan darah meningkat. Tekanan darah sistolik meningkat, atau mencapai 140 mmHg, dan tekanan darah diastolik meningkat, atau mencapai 90 mmHg. Hipertensi dapat dibagi menjadi dua kategori: hipertensi esensial atau primer, yang penyebabnya tidak diketahui, dan hipertensi sekunder, yang disebabkan oleh penyakit ginjal dan hati, serta penyakit endokrin, jantung, dan ginjal. Tekanan darah tinggi biasanya tidak menimbulkan gejala, tetapi mempertahankan tekanan darah tinggi dapat menyebabkan komplikasi. Akibatnya, hipertensi perlu dideteksi sejak dini dengan melakukan pemeriksaan tekanan darah (Harahap Agustina Reni, dkk, 2020).

Ketika tekanan darahnya terus-menerus di atas 140 mmHg untuk tekanan sistolik dan di atas 90 mmHg untuk tekanan diastolik, istilah kontrol hipertensi mengacu pada respons yang ditunjukkan oleh individu dengan tekanan darah terus-menerus ini untuk melakukan berbagai tindakan untuk melaksanakan perawatan sesuai dengan rencana staf medis. Gerakan PATUH untuk pengendalian hipertensi adalah penanganan hipertensi yang tepat dengan memeriksa kesehatan secara teratur, menjaga pola makan yang sehat

dan bergizi, istirahat yang cukup, dan berusaha melakukan aktivitas fisik yang aman (P2PTM Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2019). Namun, banyak penderita tekanan darah tinggi tidak melakukan langkah-langkah yang diperlukan untuk mengendalikan penyakit mereka, seperti melakukan pemeriksaan rutin, mengikuti diet yang sehat, berolahraga secara teratur, dan mendapatkan istirahat yang cukup. Dukungan keluarga adalah komponen yang mempengaruhi pengendalian hipertensi pada orang tua (Yolandari, 2012, Umi Setyoningrom 2023).

Salah satu faktor pendukung yang mempengaruhi kehidupan dan gaya hidup seseorang adalah dukungan keluarga, yang dapat meningkatkan kesehatan dan kualitas hidup orang lanjut usia. Keluarga adalah sistem pendukung yang memberikan masukan langsung kepada anggota keluarga yang mengalami kesulitan fisik, psikologis, sosial, dan lingkungan (M. Santoso, 2019).

Keluarga kurang mendukung lansia hipertensi. Ini penting untuk pengendalian hipertensi secara instrumental, emosional, dan informasional. Saya dilarang menjaga hubungan dengan lingkungan saya dan tidak mencari informasi tentang pengobatan hipertensi, dan keluarga lanjut usia tidak peduli dengan makanan dan minuman yang saya konsumsi. Keluarga memberikan bantuan dalam hal kebutuhan makanan dan minuman pasien. Pengetahuan pasien hipertensi akan meningkat jika keluarga lanjut usia memperhatikan kebiasaan makan yang buruk, seperti konsumsi terlalu banyak garam dan lemak (Setiadi, 2018). Informasi tentang pasien tekanan darah tinggi dan obat yang diperlukan untuk pengobatannya Mereka lebih konsisten dengan protokol pengobatan (Marliani, Lili & TanTan, 2017).

2. METODE

Penelitian ini merupakan studi observasional dengan pendekatan cross-sectional yang bertujuan untuk menganalisis hubungan antara dukungan keluarga (variabel independen) dan perilaku lansia (variabel dependen) dalam pengendalian hipertensi. Penelitian dilaksanakan pada tahun 2023 di Desa Lawe Hijo, Kecamatan Babel, Aceh Tenggara. Populasi penelitian mencakup seluruh lansia yang tinggal di desa tersebut, berjumlah 37 orang, dan seluruh populasi dijadikan sampel melalui teknik total sampling. Kriteria inklusi meliputi lansia berusia ≥ 60 tahun, telah didiagnosis hipertensi oleh tenaga kesehatan, dalam keadaan sadar (compos mentis), dan bersedia menjadi responden.

3. HASIL

Hasil analisis univariat dalam penelitian ini menggambarkan karakteristik demografi responden, mencakup jenis kelamin, umur, pekerjaan, serta tekanan darah sebelum dan sesudah senam yoga. Berdasarkan data pada tabel 1, mayoritas responden berusia antara 60 hingga 74 tahun, yaitu sebanyak 31 orang (83,3%). Selain itu, sebagian besar responden bekerja sebagai wiraswasta, yaitu sebanyak 24 orang atau 64,9%. kemudian didapatkan distribusi frekuensi berdasarkan

dukungan keluarga yang memberikan dukungan kepada lansia terlihat pada tabel 2 dalam pengendalian hipertensi sebanyak 24 responden (64.9%). dan didapatkan distribusi frekuensi berdasarkan perilaku lansia dalam pengendalian hipertensi pada tabel 3, mayoritas lansia berperilaku positif sebanyak 23 responden (62.2%)

Tabel 1
Distribusi Frekuensi Responden

Karakteristik	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Jenis Kelamin		
Pria	10	27
Wanita	27	73
Total	37	100
Usia		
60 – 74 tahun	31	83,8
75 – 89 tahun	6	16,2
Total	37	100
Pekerjaan		
Petani	13	35,1
Wiraswasta	24	64,9
Total	37	100

Tabel 2
Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Dukungan Keluarga Dalam Pengendalian Hipertensi

Dukungan Keluarga	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Mendukung	24	64,9
Tidak Mendukung	13	35,1
Total	37	100

Tabel 3
Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Perilaku Lansia Dalam Pengendalian Hipertensi

Perilaku Lansia	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Positif	23	62,2
Negatif	14	37,8
Total	37	100

Hasil analisis bivariat menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga dan perilaku lansia dalam pengendalian hipertensi. Dari kategori keluarga yang memberikan dukungan, sebanyak 23 responden (95,8%) menunjukkan perilaku positif, sedangkan hanya 1 responden (4,2%) yang menunjukkan perilaku negatif. Sebaliknya, pada kategori tanpa dukungan keluarga, seluruh responden (100%) menunjukkan perilaku negatif. Uji Fisher menunjukkan nilai $p = 0,000$, lebih kecil dari $\alpha = 0,05$, sehingga

dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga dan perilaku lansia dalam pengendalian hipertensi di Desa Lawe Hijo, Kecamatan Babel, Kabupaten Aceh Tenggara. Terlihat detail pada tabel 4.

Table 4
Hubungan dukungan keluarga dengan perilaku lansia dalam pengendalian hipertensi

Dukungan Keluarga	Perilaku lansia				Total		<i>p-Value</i>
	Positif		Negatif				
	F	%	F	%	F	%	
Ada Dukungan	23	95,8	1	4,2	24	100	0.000
Tidak Mendukung	0	0	13	100	13	100	

4. PEMBAHASAN

Dari hasil Penelitian didapatkan dukungan keluarga dengan kategori mendukung dengan perilaku lansia positif berjumlah 23 responden (95.8%). Dukungan Keluarga Kategori mendukung dengan perilaku lansia dalam pengendalian hipertensi yang negative sebanyak 1 Responden (4.2%).

Penderita hipertensi sangat membutuhkan dukungan keluarga dalam proses penyembuhan. Dukungan yang diberikan keluarga menjadi salah satu faktor utama dalam membantu individu mengatasi permasalahannya. Oleh karena itu, penting bagi keluarga untuk dilibatkan dalam proses edukasi agar mereka dapat memahami kebutuhan pasien, mengetahui kapan harus mencari bantuan, serta mendukung program pengobatan dan pengendalian hipertensi. Dukungan ini bisa berupa bantuan moral maupun material sebagai bagian dari peran dan fungsi keluarga. Dengan adanya dukungan tersebut, penderita akan merasa lebih percaya diri dalam menjalani pengobatan (Setyowati, S. & Anita M., 2018).

Menurut para peneliti, berbagai aspek yang memengaruhi pengendalian hipertensi salah satunya adalah faktor usia. Usia dapat menyebabkan munculnya sikap tidak peduli, rasa putus asa, dan kepasrahan, terutama pada penderita hipertensi yang juga mengidap penyakit kronis. Penanganan hipertensi sangat penting dilakukan untuk mencegah terjadinya komplikasi. Perawatan ini dapat dilakukan melalui pendekatan non-farmakologi, yang bertujuan untuk mencegah hipertensi ataupun mengurangi risiko kekambuhan. Meski pengobatan dengan obat-obatan tetap diperlukan, penanganan secara berkelanjutan sangat dibutuhkan agar tekanan darah tidak meningkat kembali (Cahyawaty, M. I, 2019).

Ada dua cara berbeda untuk mengontrol hipertensi: farmakologis dan non-farmakologis. Salah satu bagian dari terapi farmakologis adalah mengonsumsi obat antihipertensi secara teratur dan sesuai anjuran. Selain itu, terapi non-farmakologis mencakup olahraga teratur, berhenti merokok, dan

menurunkan berat badan pada pasien obesitas—semuanya telah terbukti menurunkan tekanan darah dengan baik. Untuk penderita hipertensi tingkat 1 tanpa faktor risiko kardiovaskular lainnya, perubahan gaya hidup disarankan selama 4 hingga 6 bulan. Jika tekanan darah tidak meningkat atau faktor risiko lain muncul, terapi farmakologis sangat disarankan (PERKI, 2015).

DAFTAR PUSTAKA

- Cahyawaty, M. I. (2019). Hubungan Dukungan Keluarga dengan Perilaku Lansia dalam Pengendalian Hipertensi di Wilayah Puskesmas Pilangkenceng Kabupaten Madiun. STIKES Bhakti Husada Mulia Madiun.
- Harahap agustina reni, et all.2020. Gaya hidup terhadap resiko hipertensi pada lansia. CV.Daris Indonesia. Binjai Sumatra Utara.
- Prisdiantika, L. (2015). Hubungan Antara Dukungan Keluarga Dengan Perilaku Pengendalian Hipertensi Pada Lansia Di Desa Jerukgulang Kecamatan Balerejo Kabupaten Madiun. *Journal of Holistic and Traditional Medicine*, 01(01), 6–14.
- PERKI. (2015). Pedoman Tatalaksana Hipertensi Pada Penyakit Kardiovaskular, edisi pert., Perhimpunan Dokter Spesialis Kardiovaskular Indonesia Profil, Kesehatan, Aceh. (2021). *Prevalensi Hipertensi di Aceh 2021*. Aceh: Profilkes Aceh.
- Santoso, M. (2019). Review Article Dukungan Keluarga Meningkatkan Kualitas Hidup Lansia. *Jurnal Litbang Sukowati: Media Penelitian Dan Pengembangan*, 2(2), 10. <https://doi.org/10.32630/sukowati.v2i2.71>
- Setiadi. (2018). Konsep & proses keperawatan keluarga. Yogyakarta:Graha Ilmu.
- Setyowati, S. Anita M. (2018). Asuhan Keperawatan Keluarga Konsep dan Aplikasi Kasus. Yogyakarta : Mitra Cendekia Press.
- Umi Setyoningrum,2023.hubungan dukungan keluarga dengan perilaku lansia dalam pengendalian hipertensi. *Jurnal Keperawatan Berbudaya Sehat*, 2023 <https://jurnal.unw.ac.id/index.php/JKBS/article/view/2148>.