



## GAMBARAN HUBUNGAN DUKUNGAN KELUARGA DENGAN KEPATUHAN DIET HIPERTENSI PADA PASIEN PENDERITA HIPERTENSI: STUDI LITERATURE REVIEW

*OVERVIEW OF THE RELATIONSHIP OF FAMILY SUPPORT WITH HYPERTENSION DIET COMPLIANCE IN HYPERTENSION PATIENTS: LITERATURE REVIEW STUDY*

**Syaharani Adzra**

Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Islam Negeri Sumatera Utara, Indonesia

**Email:** syaharaniadzra1001@gmail.com

### ABSTRAK

Salah satu masalah kesehatan yang sangat serius saat ini adalah hipertensi yang disebut sebagai the silent killer. Peningkatan tekanan darah yang berlangsung dalam jangka waktu lama (persisten) dapat menimbulkan kerusakan pada ginjal (gagal ginjal), jantung (penyakit jantung koroner), dan otak (menyebabkan stroke) bila tidak dideteksi secara dini dan mendapat pengobatan yang memadai, maka akan menyebabkan kematian. Dukungan keluarga merupakan bentuk pemberian dukungan terhadap anggota keluarga lain yang mengalami permasalahan, kepatuhan menjalankan diet merupakan salah satu cara untuk menurunkan hipertensi sehingga dapat mengatasi dan mencegah hipertensi dan komplikasinya. Tujuan studi literature review ini adalah untuk mengetahui gambaran Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan DIET Hipertensi Pada Pasien Penderita Hipertensi. Penelitian ini menggunakan metode literature review Pencarian literature dilakukan melalui database Google Scholar. Artikel yang ambil dalam literature ini dengan tahun terbit terendah 2017 dan artikel yang di ambil dalam berbahasa Indonesia, dengan kata kunci "Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan DIET Pada Penderita Hipertensi. Dan setelah dianalisis terdapat 15 artikel yang relevan. Hasil literature ini menunjukkan bahwa 11 artikel menyepakati bahwa dukungan dari keluarga berhubungan langsung dengan kepatuhan diet yang dijalani oleh anggota keluarga namun 4 artikel lainnya masih belum mendapatkan dukungan keluarga yang cukup.

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

### ABSTRACT

*One of the most serious health problems today is hypertension, which is known as the silent killer. An increase in blood pressure that lasts for a long time (persistent) can cause damage to the kidneys (kidney failure), heart (coronary heart disease), and brain (causing stroke). Family support is a form of providing support to other family members who have problems. Adherence to a diet is one way to reduce hypertension so that it can overcome and prevent hypertension and its complications. The purpose of this literature review study is to describe the relationship between family support and adherence to a hypertension diet in patients with hypertension. This study uses the literature review method. Literature searches were carried out through the Google Scholar database. Articles taken in this literature with the lowest published year 2017 and articles taken in Indonesian, with the keywords "The Relationship of Family Support with DIET Compliance in Patients with Hypertension. And after being analyzed there are 15 relevant articles. The results of this literature show that 11 articles agree that family support is directly related to dietary adherence by family members, but the other 4 articles still do not get sufficient family support.*

**Keywords:** Hypertension, Family Support, Hypertension Diet, Compliance.

### PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan gangguan kesehatan yang tidak bisa disembuhkan. Penderita hipertensi diharuskan untuk minum obat antihipertensi seumur hidup (selamanya),

dan diimbangi dengan menerapkan pola hidup yang sehat, dari olah raga rutin, mengatur makanan, dan menurunkan berat badan. Kepatuhan adalah derajat dimana penderita mengikuti anjuran klinis dari dokter yang



mengobatnya, yang berhubungan dengan minum obat, mengikuti diet dan merubah gaya hidup yang sesuai dengan petunjuk medis. Penderita hipertensi harus melaksanakan diet yang teratur agar dapat menormalkan tekanan darah, yaitu dengan mengurangi makanan dengan tinggi garam, makanan yang berlemak, mengonsumsi makanan yang tinggi serat dan melakukan aktivitas olahraga.

Bertambahnya umur, fungsi fisiologis mengalami penurunan akibat proses penuaan sehingga penyakit tidak menular banyak muncul pada lanjut usia. Masalah degeneratif juga menurunkan daya tahan tubuh sehingga rentan terkena infeksi penyakit menular. Hasil Riskesdas 2013, penyakit terbanyak pada lanjut usia adalah Penyakit Tidak Menular (PTM) antara lain hipertensi, artritis, stroke, Penyakit Paru Obstruktif Kronik (PPOK) dan Diabetes Mellitus (DM) (Infodatin, 2016). Salah satunya penyakit atau masalah kesehatan yang paling tinggi dan menempati urutan pertama pada masalah kesehatan lansia di Indonesia yaitu penyakit hipertensi sebesar 57,6% (Kemenkes RI, 2016).

Berdasarkan data (Riskesdas, 2018), prevalensi hipertensi di Indonesia yang didapat melalui pengukuran pada umur  $\geq 18$  tahun sebesar 34,1%. Sedangkan menurut survey demografi kesehatan Indonesia, angka kejadian hipertensi sebanyak (8,4%). Novian, (2013), menyatakan bahwa untuk menurunkan angka kekambuhan hipertensi salah satunya dengan melakukan diet. Diet adalah pengaturan pola makan dan konsumsi makanan serta minuman yang di larang, dibatasi jumlahnya atau di perbolehkan dengan jumlah tertentu untuk tujuan terapi penyakit yang diderita, kesehatan, atau penurunan berat badan. Saat ini banyak penderita yang tidak patuh melaksanakan diet yang diberikan karena kurangnya

pengetahuan penderita tentang diet hipertensi (Tumenggung, 2013).

Efendy dan rosyid (2011) menyatakan bahwa, rendahnya angka kepatuhan terhadap diet rendah garam membuat meningkatnya angka kejadian kekambuhan hipertensi sehingga dalam hal ini dukungan keluarga berepran penting dalam menjalankan kepatuhan diet hipertensi.

Diet hipertensi merupakan salah satu strategi non farmakologi yang efektif untuk memodifikasi dan mengontrol tekanan darah, namun untuk menerapkan diet hipertensi tidak mudah karena penderita harus benar-benar mengetahui mengenai tatacara menerapkannya, selain itu penderita harus benar-benar patuh dalam menerapkan diet hipertensi tersebut. Sama halnya dengan pendapat Kamran, et.al (2015), kepatuhan diet adalah tindakan seumur hidup pada pasien hipertensi, dan keinginan internal dan godaan berperan sebagai penghalang pada masalah ini. Untuk itu dibutuhkan komitmen yang kuat untuk mempertahankan perilaku kepatuhan diet dari individu.

Upaya penurunan komplikasi hipertensi salah satunya adalah melakukan kepatuhan diet hipertensi. Menurut Setianingsih (2017) Kepatuhan memiliki beberapa faktor yang mempengaruhi kepatuhan pasien yaitu kepatuhan dalam melaksanakan program diet terkait pemahaman tentang instruksi, tingkat pendidikan dan pengetahuan, kesakitan dalam pengobatan, keyakinan, sikap dan kepribadian pasien, serta dukungan keluarga. Dari ke lima faktor tersebut, dukungan keluarga merupakan salah satu faktor yang tidak dapat diabaikan begitu saja, karena dukungan keluarga merupakan salah satu faktor yang memiliki kontribusi yang cukup berarti dan sebagai faktor penguat yang mempengaruhi kepatuhan pasien.



Dukungan keluarga sangatlah penting karena keluarga merupakan unit terkecil dalam masyarakat dan sebagai penerima asuhan keperawatan. Dukungan keluarga merupakan bentuk pemberian dukungan terhadap anggota keluarga lain yang mengalami permasalahan, yaitu dukungan pemeliharaan, emosional untuk mencapai kesejahteraan anggota keluarga dan memenuhi kebutuhan psikososial. Dukungan keluarga inti (ayah, ibu, dan anak) juga sangat diperlukan pada penderita hipertensi dalam upayameningkatkan kepatuhan diet pada penderita hipertensi (Pranata, 2018).

Kepatuhan diet akan terlaksana dengan baik apabila seseorang tahu akan manfaat yang dapat diambil dan didukung dengan pemahaman yang memadai. Pemahaman yang dimiliki akan menentukan suatu perilaku dan perubahan untuk penyakitnya. Pemahaman yang rendah mengenai kepatuhan diet dapat menurunkan kesadaran dengan pentingnya melaksanakan kepatuhan diet hipertensi dan dapat berdampak atau berpengaruh pada cara pelaksanaan diet hipertensi, akibatnya dapat terjadi komplikasi berlanjut. Kepatuhan diet hipertensi dapat dicapai apabila pasien dapat melaksanakan diet yang diberikan secara teratur atau konsisten (Notoatmodjo, 2014).

Hipertensi dan komplikasinya juga dapat diatasi dan dicegah dengan konsumsi obat secara teratur atau tanpa menggunakan obat dengan menjaga gaya hidup. Gaya hidup pada pasien hipertensi yaitu kepatuhan menjalankan diet, menurunkan kegemukan, rajin olahraga, mengurangi konsumsi garam,

diet rendah lemak, rendah kolesterol, tidak merokok, tidak mengkonsumsi alkohol, kurangi makan yang mengandung kalium tinggi, batasi kafein, hindari stres dan kontrol tekanan darah secara teratur (Musayroh, 2011). Tujuan studi literature review ini adalah untuk mengetahui gambaran Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan DIET Hipertensi Pada Pasien Penderita Hipertensi.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode literature review. Snyder (2019: 333) mengatakan literature review merupakan sebuah metodologi penelitian yang bertujuan untuk mengumpulkan dan mengambil intisari dari penelitian sebelumnya serta menganalisis beberapa overview para ahli yang tertulis dalam text. Dan Snyder menyimpulkan bahwa literature review memiliki peran landasan bagi berbagai jenis penelitian karena hasil literature review memberikan pemahaman tentang perkembangan pengetahuan. Pencarian literature dilakukan melalui database Google Scholar. Artikel dalam literature ini diambil dengan tahun terbit terendah 2017 dan artikel yang di ambil dalam berbahasa Indonesia, dengan kata kunci “Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan DIET Pada Penderita Hipertensi. Dan setelah dianalisis terdapat 15 artikel yang relevan.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil

No	Judul	Author	Metode Penelitian	Hasil Penelitian
1.	Hubungan Peran Keluarga Dengan	Rahayu Yuliana Watiningrum,	Metode yang digunakan dalam	Hasil penelitian menunjukkan Peran keluarga



	Tingkat Kepatuhan Diet Rendah Garam Pada Penderita Hipertensi Di Desa Gugul kecamatan Tlanakan Kabupaten Pamekasan (2022).	Anggeria Oktavisa Denta, Mahfud	penelitian ini adalah analitik dengan desain cross sectional dengan teknik simple random sampling.	baik (54,5%) dan yang tidak patuh (53,4%). Berdasarkan uji statistik diketahui $\rho=0,000 < \alpha=0,05$ yang berarti ada hubungan peran keluarga dengan tingkat kepatuhan pasien dalam penatalaksanaan diet rendah garam pada penderita hipertensi. Peran keluarga sangat penting dalam menjaga kesehatan keluarga terutama dalam merubah pola pikir dan kepatuhan dalam pelaksanaan diet hipertensi, dengan perubahan tersebut diharapkan dapat memotivasi penderita hipertensi dalam menjalankan dietnya.
2.	Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Diet Hipertensi Pada Lansia Dalam Mengontrol Tekanan Darah (2022).	Sri Andala, Novia Rizana, Riska Maisurah	Metode penelitian ini menggunakan metode analitik dengan pendekatan cross sectional.	Hasil uji statistik didapatkan <i>p-value</i> $0,002 < \alpha (0,05)$ , yang berarti ada hubungan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet hipertensi pada lansia dalam mengontrol tekanan darah. Dapat disimpulkan bahwa dukungan keluarga yang baik dapat mempengaruhi lansia lebih patuh dalam menjalankan dietnya. Sesuai hasil penelitian ini diharapkan lansia dapat mematuhi diet hipertensi dengan baik dan teratur.
3.	Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Diet Hipertensi Pada Lansia Di Puskesmas Ariodillah (2022).	Dewi Rury Arindari, Rina Puspita	Desain penelitian ini adalah cross sectional dengan menggunakan teknik sampling.	Hasil penelitian sebagian besar (66.7%) responden mendapatkan dukungan keluarga yang baik, sejumlah 37 orang hampir dari setengahnya (68,5%) responden patuh terhadap diet hipertensi. Uji <i>chi-square</i> menunjukkan bahwa nilai signifikansi $\rho= 0,004$



				<(0,05) sehingga H <sub>0</sub> ditolak. Penelitian ini dapat disimpulkan bahwa ada hubungan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet hipertensi pada lansia di Puskesmas Ariodillah.
4.	Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Diet Hipertensi Pada Lansia Di Dusun Ladon Wilayah Kerja Puskesmas Wanasaba (2021).	Muh. Jumidi Sapwal, Maruli Taufandas, Novi Hermawati	Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain corelational dan rancangan cross sectional.	Kepatuhan diet hipertensi pada lansia di dusun Ladon wilayah kerja puskesmas wanasaba menunjukkan bahwa responden tergolong dalam kategori patuh yaitu (40,0%). Ada hubungan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet hipertensi pada lansia di dusun Ladon wilayah kerja puskesmas wanasaba dengan <i>p-value</i> 0,001.
5.	Hubungan Dukungan Keluarga Terhadap Kepatuhan Diet Penderita Hipertensi di Desa Ngompro Kecamatan Pangkur Kabupaten Ngawi (2022).	Elvya Yuni Nur,aini, Raudhotun Nisak	Desain penelitiannya menggunakan korelasi dengan pendekatan cross sectional	Hasil penelitian diperoleh mayoritas responden (72%) mendapat dukungan keluarga baik sejumlah 36 orang, lebih dari setengahnya (62%) responden patuh terhadap diet hipertensi sejumlah 31 orang. Hasil uji rank spearman memperoleh nilai signifikan $p=0,000$ dan korelasi koefisien sebesar 0,657. Kesimpulan: berdasarkan hasil penelitian menunjukkan H <sub>1</sub> diterima, artinya ada hubungan dukungan keluarga terhadap kepatuhan diet penderita hipertensi di desa Ngompro Kecamatan Pangkur Kabupaten Ngawi.
6.	Hubungan Dukungan Keluarga Dengan	Yureya Nita, Dina Oktavia	Metode penelitian ini menggunakan	Berdasarkan hasil uji statistik dengan <i>chi</i>



	Kepatuhan Diet Pasien Hipertensi Di Puskesmas Payung Sekaki Pekanbaru (2017).		penelitian jenis kuantitatif dengan pendekatan studi kolerasi.	<i>squaretest</i> , maka diperoleh nilai <i>p-value</i> adalah 0,002 ( $p < 0,05$ ), yang berarti bahwa ada hubungan dukungan keluarga terhadap kepatuhan diet pasien hipertensi di Puskesmas Payung Sekaki Pekanbaru Tahun 2017.
7.	Hubungan Dukungan Keluarga Terhadap Kepatuhan Diet Hipertensi Pada Penderita Hipertensi Di Kelurahan Tapos Depok (2020).	Rosa Amelia, Indah Kurniawati	Penelitian ini menggunakan desain cross section and dengan metode Cluster sampling dan simple random sampling.	Hasil penelitian diperoleh nilai $p=0,001$ yang berarti ada hubungan dukungan keluarga terhadap kepatuhan diet hipertensi pada penderita hipertensi di Kelurahan Tapos Depok. Didapatkan nilai $OR=5,704$ , artinya responden yang mendapatkan dukungan keluarga dengan baik akan lebih mudah mematuhi diet hipertensinya, dibandingkan dengan responden yang tidak mendapatkan dukungan keluarga.
8.	Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Pemenuhan Diet Pada Penderita Hipertensi (2019).	Widi Prihartono, Sulistyio Andarmoyo, Laily Isroin	Penelitian ini menggunakan desain cross sectional.	Hasil penelitian disimpulkan hampir setengahnya keluarga mendukung negatif kepada penderita hipertensi maka peneliti menyarankan pihak keluarga untuk meningkatkan perhatian penuh kepada keluarga, tenaga kesehatan dan penyuluhan agar terbentuk perilaku positif dukungan dan fungsi keluarga, meluangkan waktu lebih bnyak kepada pasien. Pada kepatuhan diet dengan gaya hidup sehat.
9.	Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Diet Pada	Nilam Sari, Mira Agusthia,	Penelitian ini menggunakan metode penelitian	Hasil penelitian diuji dengan uji Spearman



	Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Pancur Kabupaten Lingga Tahun 2020.	Rachmawaty M Noer	deskriptif korelasi dengan pendekatan cross sectional, dan pemilihan sampel dengan teknik purposive sampling.	Rho dengan derajat kemaknaan $\alpha = 0,00$ , diperoleh hasil $p=0,000$ dimana ( $p \leq 0,05$ ), dengan kekuatan ( $r=0,851$ ) yaitu sangat kuat dan arah hubungan positif artinya koefisien korelasi adalah signifikan, berarti”ada Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Diet Pada Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Pancur Kabupaten Lingga”Tahun 2019.
10.	Dukungan Keluarga, Kepatuhan dan Pemahaman Pasien Terhadap Diet Rendah Garam Pada Pasien Dengan Hipertensi (2020).	Wahid Tri Wahyudi, Risa Herlianita, Deswiyani Pagis	Jenis penelitian ini adalah kualitatif dengan rancangan analitik dan pendekatan cross sectional dan dengan sistem simple random sampling.	Diketahui dukungan keluarga kategori negatif 58,7%, responden tidak patuh 57,2%, dan sedikit yang memiliki pemahaman diet rendah garam ( $p\text{-value}=0,000$ ), ada hubungan antara dukungan keluarga ( $p\text{-value} = 0,032$ ), kepatuhan dan pemahaman pasien terhadap diet rendah garam pada pasien dengan hipertensi.
11.	Hubungan Pengetahuan Dan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Menjalankan Diet Hipertensi Di Puskesmas Kota Kuala Simpang Aceh Tamiang Tahun 2019	Nora Hayani, Azwarni, Eva Sulistiany, Zulkarnaini, Elfida	Jenis penelitian ini adalah deskriptif analitik dengan menggunakan desain cross sectional study.	Pada penelitian ini dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara pengetahuan dan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet pada penderita hipertensi. Dengan adanya pengetahuan yang baik dan dukungan dari keluarga akan lebih mudah untuk menjalankan pengaturan makanan, pengobatan dan pengontrolan tekanan darah dibandingkan pasien yang tidak mendapatkan dukungan keluarga.



12.	Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Diet Hipertensi Pada Lansia (2020).	Erna Irawan, Hudzalidah Al-Fatih, Nuraini Yulia Rachmawati	Jenis penelitian ini kuantitatif dengan pendekatan cross sectional.	Uji <i>Univariat</i> menunjukkan sebagian besar dukungan keluarga yang cukup 29 (67,4%), dan hampir separuhnya kepatuhan diet menunjukkan tidak patuh 26 (60,5%). Hasil uji <i>Bivariat</i> menunjukkan tidak terdapat hubungan antara dukungan keluarga dengan kepatuhan diet ( $p=0,961$ ). Penelitian ini menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet hipertensi pada lansia.
13.	Dukungan Keluarga Dan Kepatuhan Diet Lansia Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Tumpa (2020).	Alfany Natalia Torar, Samuel Tambuwun, Herlina Memah, Yourisna Pasambo	Penelitian ini adalah analitik korelasi dengan rancangan cross sectional.	Hasil Penelitian menunjukkan didaerah pesisir pantai 31% responden dengan dukungan keluarga baik, 40% responden dukungan keluarga cukup dan 29% responden dukungan keluarga kurang sedangkan 52% menunjukkan kepatuhan diet patuh dan 48% kepatuhan diet tidak patuh. Hasil uji statistik chi-square (pearson chi-square) didapatkan nilai P-value sebesar 0,008, artinya P-value <0.05. Hasil penelitian didaerah pegunungan 40% responden dengan dukungan keluarga baik, 31% responden dukungan keluarga cukup dan 29% responden dukungan keluarga kurang, 57% menunjukkan kepatuhan diet patuh dan 43% kepatuhan diet tidak patuh. Hasil uji statistik chi-square (pearson chi-square) didapatkan nilai P-value sebesar 0,021, artinya P-value <0.05.



14.	Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Diet Rendah Garam Pada Penderita Hipertensi Sistolik (2021).	Maria InaKii, Dwi Soelistyoningsih, Nicky Danur Jayanti.	Metode penelitian menggunakan teknik accidental sampling.	Hasil penelitian didapatkan 22 responden memiliki dukungan keluarga dalam kategori baik (42,3%), memiliki kepatuhan diet rendah garam sebanyak 30 (57,2%) responden. Dari hasil uji statistic didapatkan hubungan signifikan ( $p=0,000$ ) dukungan keluarga dengan kepatuhan diet rendah garam pada penderita hipertensi sistolik di Puskesmas Dinoyo Kota Malang, dengan kekuatan korelasi sedang ( $r= 0,467$ ). Terdapat hubungan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet rendah garam di Puskesmas Dinoyo Kota Malang, sehingga penting untuk meningkatkan kepatuhan program diet rendah garam penderita hipertensi.
15.	Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Penderita Hipertensi Diet Rendah Garam Di Puskesmas Sibuhuan (2022).	Lisna Khairani Nasution, Normayanti Rambe	Penelitian ini bersifat kuantitatif menggunakan metode deskriptif korelatif dengan pendekatan belah lintang (cross sectional).	Hasil penelitian variable dukungan keluarga kepada pasien hipertensi yaitu pasien hipertensi yang memiliki dukungan keluarga baik Hasil penelitian variabel kepatuhan menjalankan pengobatan pasien hipertensi yaitu pasien hipertensi tidak patuh. Hasil analisa penelitian dengan menggunakan uji Fisher Exact Test menunjukkan nilai $p = 0,018 < \alpha (0,05)$ berarti ada hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga terhadap kepatuhan melakukan diet rendah garam pada pasien hipertensi



				di Puskesmas Sibuhuan Kabupaten Padang Lawas.
--	--	--	--	--

## Pembahasan

Siti & Sastraprawira (2019) Dukungan adalah salah satu faktor yang menentukan tingkat kepatuhan pasien dalam menjalankan proses perawatan. Dukungan keluarga sangat penting dalam pemeliharaan kesehatan, karena adanya dukungan keluarga pencapaian keluarga sehat akan tercapai.

Tugas-tugas keluarga dalam memelihara kesehatan adalah: 1) menyadari adanya gangguan perkembangan kesehatan dalam anggota keluarganya; 2) mengambil keputusan dalam memilih tindakan kesehatan yang tepat; 3) merawat anggota keluarga yang sakit; 4) menjaga suasana rumah yang mendukung terhadap kesehatan dan perkembangan kepribadian anggota keluarganya dan 5) menjaga hubungan interaksi antara keluarga dan fasilitas kesehatan. Dukungan keluarga merupakan faktor penting dalam proses pengobatan dan pencegahan penyakit hipertensi.

Keluarga memiliki peranan penting dalam pengawasan dan pencegahan terjadinya komplikasi hipertensi serta dapat memberikan dukungan dan membuat keputusan mengenai perawatan yang telah dilakukan oleh pasien hipertensi (Tumenggung, 2013).

Teori Devita (2014) menyatakan bahwa patuh adalah suka dalam menurut perintah dan taat sedangkan kepatuhan adalah perilaku sesuai aturan. Kepatuhan seseorang dipengaruhi keyakinan lansia terhadap manfaat diet hipertensi seperti menghindari berlemak, makanan mengandung garam terlalu tinggi. Sehingga pada akhirnya dapat menimbulkan kepercayaan dirinya untuk menghadapi dan mengelola penyakitnya dengan lebih baik.

Dari hasil analisis yang didapatkan 11 artikel menyatakan bahwa banyak responden dari mereka yang mendapatkan dukungan keluarga untuk menjalankan diet hipertensi dan 4 artikel menyatakan bahwa dari hasil olah data responden ternyata lebih dari separuh responden menyatakan bahwa mereka tidak mendapatkan dukungan dari keluarga atau negatif, dan kebanyakan yang tidak mendapatkan dukungan keluarga mereka tidak menjalankan diet hipertensi yang sesuai untuk menurunkan kejadian komplikasi hipertensi atau penyakit lainnya yang disebabkan oleh hipertensi.

Dari hasil analisa diatas menunjukkan bahwa peran keluarga dalam melakukan dukungan dan support kepada anggota keluarga penderita hipertensi sangatlah penting, kepatuhan dalam menjalankan diet hipertensi merupakan salah satu bentuk upaya yang dilakukan agar proses penyembuhan penyakit hipertensi semakin cepat dan untuk mengindarkan dari komplikasi atau penyakit-penyakit yang diakibatkan oleh hipertensi dan mencegah untuk terjadinya komplikasi pada pasien. Sangat dianjurkan untuk keluarga agar memberi dukungan penuh terhadap anggota keluarga yang mengalami penyakit hipertensi.

Menurut Kuntjoro (2005) menyatakan bahwa salah satu faktor yang mempengaruhi perilaku anggota keluarga adalah sejauh mana keluarga memberikan dukungan kepada anggota keluarga. Hasil penelitian ini juga menunjukkan bahwa masih ada responden yang mendapat dukungan keluarga kurang akan tetapi memiliki kepatuhan yang baik sebanyak 3 responden (25.0%).

Hal tersebut sesuai dengan pendapat Wawan (2010) yang mengemukakan bahwa kepatuhan dibentuk melalui suatu proses dan didasari oleh adanya kesadaran dan sikap



yang positif, dengan demikian bahwa semakin baik dukungan yang diberikan oleh keluarga responden lansia hipertensi maka akan semakin tinggi pula kepatuhan dalam menjalankan diet hipertensi.

Kepatuhan terhadap aturan diet mengacu pada definisi yang dijelaskan sebagai suatu perilaku pasien untuk mengikuti tindakan pengobatan dan menjaga pola hidup sehat. Menurut (Amelia & Kurniawati, 2020), dalam penerapan diet, seseorang dikatakan tidak patuh apabila orang tersebut melalaikan kewajibannya dalam membatasi asupan natrium, sehingga terhalangnya kesembuhan dan dikatakan patuh bila mau membatasi asupan natrium yang telah ditentukan sesuai dengan tingkatan tekanan darah yang dialami serta mau melaksanakan apa yang dianjurkan oleh petugas.

Lamanya proses pengobatan dapat mengakibatkan penderita jenuh sehingga beresiko mengalami putus asa yang dapat mengakibatkan pengobatan tidak tuntas dan sulit disembuhkan. Dukungan keluarga mengenai penyakit Hipertensi, kepatuhan diet rendah garam yang diperlukan berhubungan dengan kepatuhan pasien Hipertensi untuk menerapkan diet yang seimbang. Hal ini sejalan dengan penelitian Imran (2017), dalam penelitiannya didapatkan hasil bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga dengan kepatuhan diet rendah.

## PENUTUP

Pada penelitian ini dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara pengetahuan dan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet pada penderita hipertensi. Dengan adanya pengetahuan yang baik dan dukungan dari keluarga akan lebih mudah untuk menjalankan pengaturan makanan, pengobatan dan pengontrolan tekanan darah

dibandingkan pasien yang tidak mendapatkan dukungan keluarga namun pada beberapa artikel ditemukan bahwa banyak faktor yang menyebabkan ketidakpatuhan dalam menjalankan pengobatan. Oleh karena itu, keluarga sebagai sumber pendukung bagi anggota keluarga perlu berperan aktif menjalankan fungsi perawatan kesehatannya sehingga pasien hipertensi dapat meningkatkan kepatuhannya dalam menjalankan pengobatan. Semakin baik dukungan keluarga yang diberikan maka semakin meningkatkan kepatuhan pasien hipertensi dalam menjalankan pengobatan.

## DAFTAR PUSTAKA

- Amelia, R. (2020). Hubungan Dukungan Keluarga Terhadap Kepatuhan Diet Hipertensi Pada Penderita Hipertensi Di Kelurahan Tapos Depok. *Jurnal Kesehatan Saelmakers Perdana*, 3(1), 77–90.  
<http://ojs.ukmc.ac.id/index.php/JOH>
- Andala, S., Rizana, N., & Maisurah, R. (2022). HUBUNGAN DUKUNGAN KELUARGA DENGAN KEPATUHAN DIET HIPERTENSI PADA LANSIA DALAM MENGONTROL TEKANAN DARAH Sri. *Jurnal Assyifa'Ilmu Keperawatan Islami*, 7(1), 92–102.
- Arindari dan Puspita. (2016). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Diet Hipertensi Pada Lansia di Puskesmas Ariodillah. *Excellent Midwifery Journal*, 94–103.
- Hayani, N., Azwarni, A., Sulistiany, E., Zulkarnain, Z., & Elfida, E. (2021). HUBUNGAN PENGETAHUAN DAN DUKUNGAN KELUARGA DENGAN KEPATUHAN MENJALANKAN DIET HIPERTENSI DI PUSKESMAS KOTA KUALA SIMPANG ACEH TAMIANG TAHUN 2019. *Jurnal Inovasi Penelitian*, 2(4), 1325-1330.  
<https://doi.org/10.47492/jip.v2i4.1247>



- InaKii, M., Soelistyoningsih, D., & Jayanti, N. D. (2021). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Diet Rendah Garam Pada Penderita Hipertensi Sistolik. *Media Husada Journal Of Nursing Science*, 2(3), 132–140.  
<https://doi.org/10.33475/mhjns.v2i3.62>
- Isroin, L., Andarmoyo, S., & Prihartono, W. (2019). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Pemenuhan Diet Pada Penderita Hipertensi Desa Demangan, Kecamatan Siman, Kabupaten Ponorogo. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Ponorogo Health Sciences Journal*, 3, 1.  
<http://studentjournal.umpo.ac.id/>
- Nasution & Rambe. (2022). Hubungan dukungan keluarga dengan kepatuhan penderita hipertensi diet rendah garam di puskesmas sibuhuan. *Jurnal Mutiara Ners*, 5(1), 1–6.
- Nilam, S. Mira, A., M Noer, R. (2020). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Diet Pada Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Pancur Kabupaten Lingga Tahun 2020. *Jurnal Health Sains*, 1(4), 217-223.  
<https://jurnal.healthsains.co.id/index.php/jhs/article/view/39>
- Nita, Y., & Oktavia, D. (2018). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Diet Pasien Hipertensi Di Puskesmas Payung Sekaki Pekanbaru. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 6(1), 90–97.
- NUR'AINI, Elvya Yuni; NISAK, Raudhotun. (2022). Hubungan Dukungan Keluarga Terhadap Kepatuhan Diet Penderita Hipertensi di Desa Ngompro Kecamatan Pangkur Kabupaten Ngawi. *e-Journal Cakra Medika*, 9(1). 8-18.  
<http://jurnal.akperngawi.ac.id/index.php/cakra/article/view/86>
- Rismayanti, E. (2021). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Diet Hipertensi Pada Lansia: Literature Review. *Paper Knowledge . Toward a Media History of Documents*, 14(2013), 32–45.
- Taufandas, M. J. S. M., Hermawati, N., Maruli Taufandas Muh.Jumaidi Sapwal, N. H., & Maruli Taufandas Muh.Jumaidi Sapwal, N. H. (2021). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Diet Hipertensi Pada Lansia Di Dusun Ladon Wilayah Kerja Puskesmas Wanasaba. *Jurnal Medika Hutama*, 2(Vol. 2 No. 02 (2021): Jurnal Medika Hutama), 801–815.  
<http://jurnalmedikahutama.com/index.php/JMH/article/view/173/111>
- Tlanakan, K., & Pamekasan, K. (2022). Hubungan Peran Keluarga Dengan Tingkat Kepatuhan Diet Rendah Garam Pada Penderita Hipertensi Di Desa Gugul Kecamatan Tlanakan Kabupaten Pamekasan 7, 38–42. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Ar-Rum Salatiga*. 7(01).  
<http://index.php/JIKA/article/view/172>
- Torar, A. N., Tambuwun, S., Memah, H. P., & Pasambo, Y. (2020). Dukungan Keluarga Dan Kepatuhan Diet Lansia Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Tumpaan. *Jurnal Ilmiah Perawat Manado (Juiperdo)*, 8(01), 127–143.  
<https://doi.org/10.47718/jpd.v8i01.903>
- 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>