

Hubungan dukungan keluarga dengan perilaku manajemen diri pada lansia hipertensi di Puskesmas Godean 2

Adi Apriyanto*, Hamudi Prasetyo, Wantonoro

Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta

Email: adi963495@gmail.com

Abstrak

Hipertensi atau tekanan darah tinggi merupakan suatu keadaan dimana terjadi peningkatan tekanan darah secara abnormal dan terus menerus pada beberapa kali pemeriksaan tekanan darah yang disebabkan oleh beberapa faktor resiko. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui gambaran antara dukungan keluarga dengan manajemen diri dan keamatan hubungan dukungan keluarga dengan perilaku manajemen diri pada lansia hipertensi. Metode dari penelitian ini menggunakan jenis data kuantitatif, kuantitatif dengan desain penelitian observasional analitik dengan pendekatan menggunakan *cross sectional*. Analisis data menggunakan uji statistik *Spearman Rank*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa responden penderita hipertensi di Puskesmas Godean 2 sebagian besar memiliki dukungan keluarga yang baik sebanyak 74%, manajemen perawatan diri yang baik sebanyak 89%, dan terdapat hubungan antara dukungan keluarga dengan manajemen perawatan diri pada lansia penderita hipertensi dengan nilai signifikan p value = 0,020 ($p = <0,05$) dan tingkat keamatan korelasi yang lemah sebesar 0,233. Dari kesimpulan terdapat hubungan antara dukungan keluarga dengan manajemen perawatan diri pada lansia penderita hipertensi di Puskesmas Godean 2, dengan nilai signifikan p value = 0,020 ($p = <0,05$) dan tingkat keamatan korelasi yang lemah sebesar 0,233. Diharapkan untuk meningkatkan efektivitas dukungan efikasi diri dengan kepatuhan diet. Dengan ini diharapkan dapat meningkatkan efektivitas dukungan keluarga dalam pengelolaan penyakit kronis ini.

Kata Kunci: dukungan keluarga; hipertensi; manajemen diri

The correlation between family suport and self-management behavior in elderly hypertensive patients at godean 2 primary health center

Abstract

Hypertension, or high blood pressure, is a condition characterized by an abnormal and persistent elevation in blood pressure across multiple measurements, caused by various risk factors. **Objective** of the study aims to explore the correlation between family support, self-management behaviors, and the correlation strength of family support with self-management behavior among elderly hypertensive patients. This study employed a correlational analytic method with a cross-sectional approach. The population consisted of 1,036 elderly hypertensive patients, with a sample size of 100 respondents selected using simple random sampling. Data were analyzed using Spearman Rank statistical tests. The findings indicated that the majority of respondents at Godean 2 Primary Health Center had good family support (74%) and good self-management behaviors (89%). A significant correlation was identified between family support and self-management behavior in elderly hypertensive patients, with a p -value of 0.020 ($p < 0.05$) and a weak correlation strength of 0.233. **In conclusion** there is a correlation between family support and self-management behavior in elderly hypertensive patients at Godean 2 Primary Healthcare Center, as indicated by a p -value of 0.020 ($p < 0.05$) and a correlation strength of 0.233. Enhancing family support is recommended to improve the management of chronic conditions such as hypertension

Keywords: family support; hypertension; self-management

1. Pendahuluan

Perkembangan manusia secara fisiologis akan melalui tahapan menuju semakin lebih tua sejak dilahirkan ke dunia. Lanjut usia atau yang dikenal dengan istilah lansia merupakan seorang individu yang berusia lebih dari 60 tahun dimana pada usia tersebut sering kali mengalami penurunan kondisi kesehatan, rentan terhadap penyakit, adanya keluhan fisik diakibatkan oleh berbagai faktor dan lansia adalah individu yang sering sekali dianggap tidak produktif. Berdasarkan hal tersebut dapat diketahui bahwa salah satu penyakit yang dapat menyerang kesehatan kelompok lanjut usia adalah hipertensi

(Muslim, 2020). Lansia sering kali menghadapi berbagai tantangan kesehatan, termasuk penurunan fungsi kognitif, mobilitas terbatas, serta peningkatan risiko penyakit kronis seperti diabetes dan hipertensi (Fitriani & Febrieta, 2024).

Hipertensi atau tekanan darah tinggi merupakan suatu keadaan dimana terjadi peningkatan tekanan darah secara abnormal dan terus menerus pada beberapa kali pemeriksaan tekanan darah yang disebabkan oleh beberapa faktor risiko. Seseorang dapat dikatakan mengalami hipertensi ketika memiliki tekanan darah sistolik lebih dari 120 mmHg dan tekanan diastolik lebih dari 80 mmHg. Penderita hipertensi cenderung lebih tinggi terjadi pada usia dewasa, karena seiring bertambahnya usia kemampuan dan mekanisme tubuh akan meningkat dan terjadi penurunan secara perlahan (Wulandari *et al.*, 2023). Faktor risiko utama hipertensi termasuk gaya hidup sedentari, pola makan tinggi garam, obesitas, dan faktor genetik (Zainuddin & Yunawati, 2019). Selain itu, stres dan kurangnya aktivitas fisik juga berkontribusi terhadap peningkatan risiko hipertensi pada populasi lanjut usia (Tjekyan & Zulkarnain, 2017).

Data *World Health Organization* (WHO) 2015 menunjukkan bahwa prevalensi hipertensi di dunia mencapai sekitar 1,13 miliar individu, artinya 1 dari 3 orang di dunia terdiagnosis hipertensi. Jumlah penderita hipertensi diperkirakan akan terus meningkat mencapai 1,5 miliar individu pada tahun 2025, dengan kematian mencapai 9,4 juta individu (Adrian, 2019). Hipertensi merupakan faktor utama yang menyebabkan berbagai komplikasi serius pada lansia, termasuk penyakit kardiovaskular seperti penyakit jantung koroner, stroke, dan gagal jantung. Hipertensi juga berkontribusi pada kekakuan arteri dan peningkatan risiko infark miokard serta penyakit ginjal kronis dan retinopati hipertensif (Laurent & Boutouyrie, 2020; Oliveros *et al.*, 2020). Selain itu, hipertensi yang tidak terkontrol pada lansia berhubungan dengan peningkatan risiko demensia dan penurunan kognitif (Sierra, 2020), serta berbagai masalah metabolik seperti sindrom metabolik yang mencakup obesitas, dislipidemia, dan gangguan metabolisme glukosa (Mizouri *et al.*, 2019; Nakamura, 2023).

Hasil studi pendahuluan di Puskesmas Godean 2 didapatkan data bahwa dari 10 pasien lanjut usia yang menderita hipertensi derajat 2 atau ≥ 160 mmHg, mereka adalah lansia yang tinggal bersama keluarga inti. Menurut salah satu lansia mengatakan bahwa ia merasa kesal dan kurang diperhatikan oleh keluarga dalam menyembuhkan penyakit hipertensi. Hal ini merupakan ungkapan seorang lansia yang merasa kurang diperhatikan oleh keluarganya, padahal di sisi lain menurut keluarga lansia yang mengalami penyakit hipertensi menyatakan bahwa mereka sudah berusaha memperhatikan lansia dengan cara mengingatkan makanan yang berisiko terjadinya hipertensi seperti menyiapkan makanan rendah lemak dan mengurangi garam, tetapi lansia berupaya mendapatkan makanan yang disukainya dengan menyuruh cucu atau anak tetangga membeli di warung makan, dengan alasan makanan kurang enak.

2. Metode

Penelitian ini menggunakan metode analitik korelasi dengan pendekatan *crosssectional*. Populasi dalam penelitian ini sebanyak 1036 pasien lansia penderita hipertensi dengan teknik pengambilan sampel secara *sample random sampling* yaitu 100 pasien di Puskesmas Godean 2. Analisis data menggunakan uji statistik *Spearman Rank*.

3. Hasil dan Pembahasan

3.1. Hasil

Tabel 1. Distribusi frekuensi karakteristik responden pada lansia penderita hipertensi di puskesmas godean 2

No.	Karakteristik Responden	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1	Usia		
	50 - 55 tahun	12	12
	56 - 60 tahun	47	47
	61 - 65 tahun	29	29
	> 65 tahun	12	12
2	Jenis Kelamin		

No.	Karakteristik Responden	Frekuensi (f)	Persentase (%)
3	Laki-Laki	51	51
	Perempuan	49	49
	Pendidikan Terakhir		
	Tidak Sekolah	5	5
	SD	7	7
	SMP	23	23
	SMA/SLTA	37	37
4	Perguruan Tinggi / Sarjana	28	28
	Pekerjaan		
	Tidak Bekerja	10	10
	Wiraswasta	22	22
	Pegawai Swasta	15	15
	PNS	19	19
	Petani	16	16
5	Lainnya	18	18
	Lama Menderita		
	Baru (< 12 Bulan)	49	49%
	Lama (> 12 Bulan)	51	51
	Total	100	100

Sumber: Data Primer 2024

Berdasarkan tabel diatas di Puskesmas Godean 2, distribusi frekuensi karakteristik responden adalah sebagai berikut: Mayoritas usia responden adalah (56-60 tahun), sebanyak 47 orang (47%). Mayoritas jeniskelaminresponden adalah laki-laki, sebanyak 51 orang (51%). Mayoritas responden berpendidikan SMA/SLTA, sebanyak 37 orang (37%). Sebagian besar responden wiraswasta, sebanyak 22 orang (22%). Sebagian besar responden baru <12 bulan menderita hipertensi, sebanyak 49 orang (49%), sedangkan yang lama >12 bulan menderita sebanyak 51 orang (51%).

Tabel 2. Distribusi dukungan keluarga pada lansia penderita hipertensi di puskesmas godean 2

No	Dukungan Keluarga	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1	Kurang	11	11
2	Cukup	15	15
3	Baik	74	74
	Total	100	100

Sumber: Data Primer 2024

Bedasarkan tabel 4.2 menunjukkan bahwa distribusi frekuensi dukungan keluarga dari responden yaitu kurang sebanyak 11 orang (11%), cukup sebanyak 15 orang (15%), dan baik sebanyak 74 orang (74%).

Tabel 3. Distribusi manajemen perawatan diri lansia pada penderita hipertensi di puskesmas godean 2

No	Manajemen Perawatan Diri Lansia	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1	Kurang	11	11
2	Cukup	0	0
3	Baik	89	89
	Total	100	100

Sumber: Data Primer 2024

Berdasarkan tabel 4.4 menunjukkan bahwa distribusi frekuensi dukungan keluarga pada responden adalah sebagai berikut: dukungan keluarga yang tergolong kurang sebanyak 11 orang (11%), dukungan keluarga yang tergolong cukup tidak ada (0%), dan dukungan keluarga yang tergolong baik sebanyak 89 orang (89%).

Tabel 4. Ditribusi frekuensi hubungan dukungan keluarga dengan manajemen perawatan diri lansia pada penderita hipertensi di puskesmas godean 2

Dukungan Keluarga	Manajemen Perawatan Diri Lansia						Total		Koefisien Korelasi	Sign.
	Baik		Cukup		Kurang		f	%		
	f	%	f	%	f	%				
Baik	74	74	0	0	0	0	74	74	0,233	0,020
Cukup	15	15	0	0	0	0	15	15		
Kurang	0	0	0	0	11	11	11	11		
Total	89	89	0	0	11	11	100	100		

Sumber: Data Primer 2024

Berdasarkan tabel 4.4, menunjukkan bahwa hasil dari hubungan dukungan keluarga dengan manajemen perawatan diri lansia didapatkan hasil nilai koefisien korelasi yaitu 0,233 yang berarti terdapat koefisien korelasi yang bernilai positif antara variabel dukungan keluarga dengan manajemen perawatan diri lansia dengan tingkat keeratan korelasi yang lemah. Uji Spearman Rank yang dilakukan menggunakan SPSS menghasilkan nilai signifikansi sebesar 0,020, yang lebih kecil dari 0,05. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa hipotesis alternatif (H_a) diterima, yang menunjukkan adanya hubungan antara dukungan keluarga dengan manajemen perawatan diri pada lansia penderita hipertensi di Puskesmas Godean 2.

3.2. Pembahasan

3.2.1. Dukungan keluarga

Berdasarkan penelitian ini yaitu pada tabel 2 diatas menunjukkan bahwa sebagian besar lansia penderita hipertensi di Puskesmas Godean 2 memiliki dukungan keluarga, yaitu baik sebanyak 74 orang (74%) dan terdapat 15 orang (15%) yang menerima dukungan keluarga dalam kategori cukup. Menurut dugaan peneliti, kondisi ini disebabkan karena pola pemikiran responden yang positif karena dari pengumpulan data dari jawaban kuesioner mengindikasikan bahwa mayoritas responden memilih poin 6 “Keluarga sangat berperan aktif dalam setiap pengobatan dan perawatan sakit saya”. Ini menunjukkan bahwa dukungan keluarga yang kuat memainkan peran penting dalam manajemen perawatan diri lansia penderita hipertensi di Puskesmas Godean 2. Dukungan aktif dari keluarga ini memberikan motivasi dan dorongan tambahan bagi lansia untuk lebih patuh dalam menjalani perawatan dan pengobatan yang diperlukan. Hal ini sejalan dengan penelitian Ina & Setyoningrum (2023) menemukan bahwa dukungan keluarga pada lansia didapatkan skor dari 49 responden tertinggi pada kategori baik sebanyak 33 orang (67,3%). Sejalan juga dengan penelitian Novitarumetal (2022) bahwa dukungan keluarga pada pasien hipertensi didapatkan skor dari 100 responden tertinggi berada pada tingkat tinggi atau baik sebanyak 43 orang (86,0%).

3.2.2. Manajemen diri

Hasil penelitian menunjukan bahwa sebagian besar lansia penderita hipertensi di Puskesmas Godean 2 memiliki manajemen perawatan diri, yaitu baik sebanyak 89 orang (89%) dan terdapat 11 orang (11%) yang menerima dukungan keluarga dalam kategori kurang. Menurut asumsi peneliti hal ini disebabkan karena pola pemikiran responden yang positif karena dari pengumpulan data dari jawaban kuesioner menunjukan bahwa sebagian besar responden memilih poin 15 “Saya mengenali tanda dan gejala tekanan darah tinggi” dan poin 35 “Saya mengecek tekanan darah saya secara teratur untuk membantu saya membuat keputusan manajemen diri”. Hal ini mengindikasikan bahwa responden memiliki tingkat kesadaran yang tinggi terhadap kondisi kesehatan mereka, khususnya dalam hal pengelolaan hipertensi. Kesadaran dan pemahaman yang baik ini memungkinkan lansia untuk lebih proaktif dalam mengelola tekanan darah mereka, yang berkontribusi pada pengendalian hipertensi yang lebih efektif. Manajemen perawatan diri ini juga memiliki faktor lain menurut Rigia *et al* (2024) yaitu aktifitas fisik yang dapat mempengaruhi Tingkat tekanan darah dan berdasarkan penelitian epidemiologi terbukti bahwa ada keterkaitan antara aktivitas fisik kurang fisik dan hipertensi, kurangnya aktivitas fisik meningkatkan resiko kelebihan berat badan, orang yang tidak aktif juga

cenderung mempunyai frekuensi denyut jantung yang lebih tinggi sehingga otot jantungnya harus bekerja lebih keras pada setiap kontraksi. Hal ini sejalan dengan penelitian Sinaga et al (2022) menemukan bahwa manajemen perawatan diri lansia hipertensi didapatkan skor dari 54 responden tertinggi pada kategori baik sebanyak 35 orang (64,8%). Sejalan juga dengan penelitian Rebokhetal (2024) bahwa manajemen perawatan diri pada pasien hipertensi didapatkan skor dari 100 responden tertinggi berada pada tingkat tinggi atau baik sebanyak 54 orang (54%).

3.2.3. Hubungan dukungan keluarga dengan perilaku manajemen diri pada lansia hipertensi di puskesmas godean 2

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan data bahwa diperoleh data bahwa terdapat 74 lansia (74%) yang menerima dukungan keluarga baik dan memiliki manajemen perawatan diri yang juga baik. Selain itu, 15 pasien (15%) memiliki dukungan keluarga yang cukup serta manajemen perawatan diri yang baik. Sedangkan lansia, sebanyak 11 orang (11%) menunjukkan dukungan keluarga yang rendah serta manajemen perawatan diri yang juga kurang. Tidak ditemukan responden yang memiliki dukungan keluarga yang baik atau cukup tetapi manajemen perawatan dirinya rendah, serta tidak ada responden dengan dukungan keluarga yang cukup atau kurang namun memiliki manajemen perawatan diri yang baik. Berdasarkan hasil uji *SpearmanRank* yang dilakukan pada 100 responden diperoleh hasil nilai koefisien korelasi sebesar 0,233 yang artinya menunjukkan arah hubungan yang positif atau searah dengan tingkat keeratan yang lemah antara variabel dukungan keluarga dengan manajemen perawatan diri lansia, dan nilai signifikansi $p\ value = 0,020$ ($p = < 0,05$) sehingga, dapat disimpulkan bahwa ada keterkaitan antara dukungan keluarga dan manajemen perawatan diri lansia penderita hipertensi di Puskesmas Godean 2. Hasil penelitian ini sejalan dengan Novitarumetal (2022) bahwa semakin besar dukungan keluarga yang diterima oleh pasien hipertensi, semakin baik pula manajemen perawatan diri yang dilakukan oleh pasien. Dukungan keluarga yang minim telah diidentifikasi sebagai salah satu penyebab lemahnya pengelolaan hipertensi pada pasien, yang pada akhirnya dapat menyebabkan rendahnya efektivitas pengobatan atau bahkan membuat hipertensi sulit dikendalikan. (Wahyuni, 2020).

4. Kesimpulan

- Karakteristik dari responden penderita DM tipe 2 di RS PKU Muhammadiyah Yogyakarta sebagian besar ber usia 50-60 tahun yaitu 47 orang (47%), mayoritas berjenis kelamin laki-laki sebesar 51 orang (51%), pendidikan SMA/SLTA sebesar 37 orang (37%), tingkat pekerjaan dengan mayoritas bekerja wiraswata sebesar 22 orang (22%), dan tingkat lama menderita hipertensi dengan kategori (> 12 bulan) sebanyak 51 orang (51%).
- Lansia penderita hipertensi di Puskesmas Godean 2 sebagian besar memiliki dukungan keluarga yang baik, yaitu sebanyak 74 orang (74%).
- Lansia penderita hipertensi di Puskesmas Godean 2 sebagian besar memiliki manajemen perawatan diri yang baik, yaitu sebanyak 89 orang (89%).
- Terdapat hubungan antara dukungan keluarga dengan manajemen perawatan diri pada lansia penderita hipertensi di Puskesmas Godean 2, dengan nilai signifikan $p\ value = 0,020$ ($p = < 0,05$) dan tingkat keeratan korelasi yang lemah sebesar 0,233.

Daftar Pustaka

- Adrian, S. J. (2019). Diagnosis dan tatalaksana terbaru pada dewasa. *Cdk-274*, 46(3), 172–178.
- Fitriani, Y., & Febrieta, D. (2024). Menggapai Bahagia dan Sejahtera di Masa Tua: Implementasi Program Sekolah Lansia untuk Peningkatan Kualitas Hidup. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bangsa*, 2(4), 931–938.
- Ina, N. L. T., & Setyoningrum, U. (2023). Hubungan dukungan keluarga dengan perilaku lansia dalam pengendalian hipertensi. *Jurnal Keperawatan Berbudaya Sehat*, 1(1), 1–8.

- Laurent, S., & Boutouyrie, P. (2020). Arterial Stiffness and Hypertension in the Elderly. *Frontiers in Cardiovascular Medicine*, 7, 544302. <https://doi.org/10.3389/fcvm.2020.544302>
- Mizouri, R., Sebai, I., Boukhatia, F., Zahra, H., Khiari, M., Zribi, S., Othman Rym, R. B., Mahjoub, F., Berriche, O., & Jamoussi, H. (2019). Arterial hypertension and diabetes association in the elderly. *Archives of Cardiovascular Diseases Supplements*, 11(3), e337. <https://doi.org/10.1016/j.acvdsp.2019.05.014>
- Muslim, A. S. (2020). Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi. *Jurnal Bagus*, 02(01), 402–406.
- Novitarum, L., Ginting, A., Barus, M. B., & Sitorus, Y. L. (2024). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Menjalani Hemodialisa Pada Pasien Dengan Gagal Ginjal Kronik Di Rumah Sakit Santa Elisabeth Batam Kotatahun 2022. *Jurnal Cakrawala Ilmiah*, 3(6), 1931–1946.
- Rebokh, F. Y., Rayanti, R. E., & Natawirarindry, C. (2024). Hubungan Perawat Edukator, Manajemen Hipertensi, dan Usia pada Lansia. *Jurnal Keperawatan*, 16(2), 563–572.
- Sierra, C. (2020). Hypertension and the Risk of Dementia. *Frontiers in Cardiovascular Medicine*, 7, 5. <https://doi.org/10.3389/fcvm.2020.00005>
- Tjekyan, R. S., & Zulkarnain, M. (2017). Faktor–faktor risiko dan angka kejadian hipertensi pada penduduk Palembang. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 8(3), 180–191.
- Wahyuni, S. D. (2019). Tugas Kesehatan Keluarga dalam Penanganan Kasus Kesehatan. *Jurnal Keperawatan Komunitas*, 4(1), 23–28.
- Wulandari, A., Sari, S. A., & Ludiana. (2023). Penerapan Relaksasi Benson Terhadap Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Rsud Jendral Ahmad Yani Kota Metro Tahun 2022. *Jurnal Cendikia Muda*, 3(2), 163–171.