

**HUBUNGAN DUKUNGAN KELUARGA DENGAN POLA MAKAN
PADA LANSIA PENYANDANG HIPERTENSI DENGAN
PENYAKIT PENYERTA**



**Disusun sebagai salah satu syarat menyelesaikan Program Studi Strata 1 pada
Jurusan Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan**

Oleh :

LILIA ANDINIKA SHIDQI

J 210 190 161

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA**

2023

HALAMAN PERSETUJUAN

**HUBUNGAN DUKUNGAN KELUARGA DENGAN POLA MAKAN PADA
LANSIA PENYANDANG HIPERTENSI DENGAN PENYAKIT
PENYERTA**

PUBLIKASI ILMIAH

Oleh :

**LILIA ANDINIKA SHIDQI
J210190161**

**Telah diperiksa dan disetujui untuk diuji oleh :
Dosen Pembimbing**



**Arina Maliya, S.Kep., Ns., M. Si. Med
NIDN : 0613107102**

HALAMAN PENGESAHAN

**HUBUNGAN DUKUNGAN KELUARGA DENGAN POLA MAKAN PADA
LANSIA PENYANDANG HIPERTENSI DENGAN PENYAKIT
PENYERTA**

OLEH

Lilia Andinika Shidqi

J210190161

Telah dipertahankan didepan Dewan Penguji


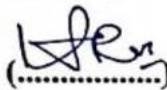
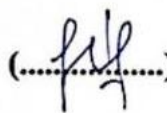
Fakultas Ilmu Kesehatan

Universitas Muhammadiyah Surakarta

Pada hari 9 Februari 20223

Dan dinyatakan telah memenuhi syarat

Dewan Penguji :

1. **Arina Maliya, S.Kep., Ns., M.Si.Med**
(Ketua Dewan Penguji) 
2. **Arum Pratiwi, S.Kp., M.Kes., Ph.D**
(Anggota I Dewan Penguji) 
3. **Wachidah Yuniartika, S.Kep., Ns., M.Kep., Sp.Kep.Kom** 
(Anggota II Dewan Penguji)

Dekan



Dr. Umi Budi Rahayu, S.Fis., Ftr., M.Kes

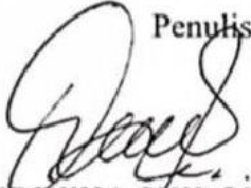
NIK/NIDN :750/06201173

PERNYATAAN

Dengan ini menyatakan bahwa dalam publikasi ilmiah ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan disuatu perguruan tinggi dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan orang lain, kecuali secara tertulis diacu dalam naskah dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Apabila kelak terbukti ada ketidakbenaran dalam pernyataan saya diatas, maka saya akan mempertanggungjawabkan sepenuhnya.

Surakarta, 9 Februari 2023

Penulis

LILIA ANDINIKA SHIDQI
J210190161

HUBUNGAN DUKUNGAN KELUARGA DENGAN POLA MAKAN PADA LANSIA PENYANDANG HIPERTENSI DENGAN PENYAKIT PENYERTA

Abstrak

Latar Belakang. Pada umumnya hipertensi merupakan penyakit yang sering dialami pada lansia (lanjut usia) yang diakibatkan oleh penurunan daya tahan tubuh yang dapat menyebabkan komplikasi kesehatan yang pada akhirnya dapat menyebabkan kematian. Pola makan pada penderita hipertensi masih sering diabaikan oleh keluarga dikarenakan orang-orang masih merasa bahwa hipertensi merupakan penyakit yang umum dan biasa terjadi dikalangan lansia sehingga dapat mengkonsumsi makanan apa saja. Dengan itu adanya dukungan keluarga sangat penting karena dengan adanya dukungan keluarga dapat membuat lansia menjadi lebih termotivasi dan lebih diperhatikan untuk menjaga pola makan yang lebih baik atau lebih sehat. Tujuan. Penelitian ini adalah mengetahui hubungan antara dukungan keluarga dengan pola makan pada lansia penyandang hipertensi dengan penyakit penyerta. Metode. Jenis penelitian ini yaitu kuantitatif dengan *teknik Accidental Sampling*. Jumlah responden dalam penelitian ini sebanyak 56 lansia dengan menggunakan 2 kuisisioner dukungan keluarga dan pola makan yang diadaptasi dari penelitian sebelumnya. Hasil. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa dari 56 responden yang mendapat pola makan yang baik, hampir semua mendapat dukungan keluarga yang baik, sejumlah 37 responden (66,1%). Uji *Pearson Correlation* dengan hasil didapatkan hasil $0,517 > 0,05$ sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima. Kesimpulan pada penelitian ini bahwa ada hubungan dukungan keluarga dengan pola makan pada lansia penyandang hipertensi dengan penyakit penyerta di Puskesmas Kartasura, Sukoharjo.

Kata kunci : Hipertensi, Dukungan Keluarga, Pola Makan, Penyakit Penyerta

Abstract

Background. In general, hypertension is a disease that is often experienced by the elderly (elderly) caused by a decrease in body resistance which can cause health complications which can eventually lead to death. The diet of people with hypertension is still often neglected by families because people still feel that hypertension is a common disease and is common among the elderly so they can consume any food. With that, family support is very important because with family support, it can make the elderly more motivated and pay more attention to maintaining a better or healthier diet. Purpose. This study was to determine the relationship between family support and eating patterns in elderly people with hypertension and comorbidities. Method. This type of research is quantitative with accidental sampling techniques. The number of respondents in this study were 56 elderly using 2 questionnaires on family support and eating patterns adapted from previous studies. Results. The results of this study indicate that of the 56 respondents who received a good diet, almost all received good family support, a total of 37 respondents (66.1%). The Pearson Correlation test with the results obtained was $0.517 > 0.05$ so that H_0 was rejected and H_a was accepted. The conclusion in this study is that there is a relationship between family support and diet in elderly people with hypertension and comorbidities at the Kartasura Health Center, Sukoharjo.

Keywords: Hypertension, Family Support, Diet, Comorbid Diseases

1. PENDAHULUAN

Hipertensi adalah suatu penyakit yang sering dialami pada lansia (lanjut usia) diakibatkan penurunan daya tahan tubuh yang dapat menyebabkan komplikasi kesehatan yang pada akhirnya dapat

menyebabkan kematian (Perdana & Maliya, 2017). Hipertensi merupakan penyakit kronis jangka panjang yang membuat penderitanya perlu mempertahankan pengobatan jangka panjang agar dapat membuat tekanan darah yang stabil (Chen & Xiong, 2022).

Hipertensi sering ditemukan pada lansia (lanjut usia), seiring dengan bertambahnya usia hampir setiap orang mengalami kenaikan tekanan darah (Ayunarwanti & Maliya, 2020). Pada lanjut usia sensitivitas pengaturan tekanan darah yaitu reflex baroreseptor mulai berkurang. Tekanan darah sistolik akan terus meningkat sampai usia 80 tahun dan tekanan darah diastolik terus meningkat sampai usia 55-60 tahun (Bulu, 2021).

Penyakit penyerta (komorbid) adalah suatu keadaan dimana terdapat dua penyakit yang berbeda dalam waktu yang bersamaan dalam diri seseorang (Tantiwi, 2019). Dengan kata lain penyakit penyerta adalah penyakit yang sudah lama diderita kemudian kondisi tersebut diperparah oleh penyakit lain atau yang bisa disebut dengan penyakit penyerta. Pada penderita hipertensi dapat memicu timbulnya penyakit lain atau penyakit penyerta dari suatu penyakit seperti penyakit jantung, diabetes melitus, asam urat, stroke, gagal ginjal, dan demensia (Medika, 2017).

Dukungan keluarga adalah sebuah proses dimana keluarga membangun hubungan dengan lingkungan. Dukungan keluarga sangat penting karena keluarga adalah unit terkecil dalam masyarakat dan juga sebagai penerima asuhan keperawatan. Dalam hal ini dukungan keluarga sangat berperan dalam meningkatkan kepatuhan menjalankan pola makan yang dianjurkan karena keluarga merupakan unit terdekat dengan pasien. Dengan adanya dukungan keluarga dapat membantu dalam mengontrol dan mengingatkan keluarga terhadap pola makan yang dianjurkan untuk penyandang hipertensi (Brilianifah, 2017).

Dukungan keluarga atau family support pada penderita hipertensi memiliki peran penting dalam menjaga dan mengontrol tekanan darah agar tidak meningkat dan diharapkan tekanan darah kembali normal. Seseorang yang mendapatkan dukungan keluarga mereka menunjukkan perbaikan perawatan dari pada yang tidak mendapatkan dukungan keluarga (Efendi, 2017). Dukungan keluarga tersebut bisa dalam bentuk dukungan emosional, dukungan informasi, dukungan penilaian, dan dukungan instrumental (Cahyanti et al., 2020)

Salah satu faktor yang menyebabkan terjadinya masalah hipertensi adalah pola makan yang menyebabkan tekanan darah tinggi meningkat. Pola makan yang tidak sehat bagi penyandang hipertensi seperti konsumsi garam berlebih, makanan manis, konsumsi alkohol dan kafein berlebih (Medika, 2017). Pola makan pada penderita hipertensi harus lebih diperhatikan kembali seperti mengurangi makanan yang tinggi garam dan makanan yang tinggi akan lemak agar tekanan darah tidak meningkat dan dalam batas normal.

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan di Puskesmas Kartasura, Sukoharjo pada bulan Oktober 2022 didapatkan hasil bahwa selama 3 bulan terakhir tepatnya pada bulan Juli – September

2022 terdapat 56 lansia penyandang hipertensi dengan penyakit penyerta di Puskesmas Kartasura, Sukoharjo. Peneliti juga melakukan wawancara dengan 6 orang lansia penyandang hipertensi dengan penyakit penyerta beserta anggota keluarganya dan didapatkan hasil yaitu 4 orang lansia (60%) mendapatkan dukungan keluarga yang baik, 1 orang lansia (20%) mendapatkan dukungan keluarga yang cukup, dan 1 orang lansia (20%) mendapatkan dukungan keluarga yang buruk. 4 orang lansia (80%) memiliki pola makan yang baik, dan 2 orang (20%) memiliki pola makan yang buruk.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui karakteristik responden berdasarkan usia, jenis kelamin, tingkat pendidikan, lama menyandang hipertensi dan jenis penyakit penyerta, hubungan dukungan keluarga dengan pola makan pada lansia penyandang hipertensi dengan penyakit penyerta di Puskesmas Kartasura, Sukoharjo.

Berdasarkan latar belakang yang sudah diuraikan maka penulis berkeinginan untuk melakukan penelitian tentang hubungan dukungan keluarga terhadap pola makan pada lansia penyandang hipertensi dengan penyakit penyerta.

2. METODE

Metode penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan desain studi korelasional dengan pendekatan cross sectional, yaitu variable dependen dan independen diteliti pada waktu yang bersamaan. Penelitian ini dilakukan di Puskesmas Kartasura, Sukoharjo pada bulan Oktober-Desember 2022. Populasi dalam penelitian ini adalah sebanyak 56 lansia penyandang hipertensi dengan penyakit penyerta dengan menggunakan metode *Accidental Sampling*.

Analisa univariat dipakai untuk mendiskripsikan karakteristik responden, dukungan keluarga dan pola makan pada lansia penyandang hipertensi dengan penyakit penyerta di Puskesmas Kartasura, Sukoharjo. Penelitian ini menggunakan dua kuisisioner yang diadaptasi dari penelitian sebelumnya, untuk kuisisioner dukungan keluarga dengan jumlah 16 pertanyaan sedangkan pola makan sebanyak 20 pertanyaan. Kuisisioner dukungan keluarga dinyatakan valid dan reliabel dengan nilai 0,97. Sedangkan kuisisioner pola makan dinyatakan valid dan reliabel dengan nilai 0,96.

Pengambilan data pada penelitian ini dilakukan dengan mengikuti kegiatan Posyandu lansia dan Prolanis (Program Pengelolaan Penyakit Kronis). Proses jalannya penelitian ini dibantu oleh bidan desa dan dua enumerator untuk mencari responden yang sesuai dengan kriteria dalam mengisi kuisisioner. Penelitian ini dinyatakan layak etik oleh Komisi Etik Penelitian Kesehatan (KEPK) RSUD Dr. Moewardi dengan nomor 1.421 / XI / HREC / 2022 pada tanggal 22 November 2022.

3. HASIL DAN PENELITIAN

3.1 Karakteristik Responden

Tabel 1. Distribusi Responden Menurut Karakteristik

| Karakteristik | Frekuensi | Presentase (%) |
|-------------------|-----------|----------------|
| Usia | | |
| 60-64 | 26 | 46,4 |
| 65-69 | 14 | 25,0 |
| 70-74 | 9 | 16,1 |
| 75-79 | 3 | 5,4 |
| 80-85 | 4 | 7,1 |
| Jenis Kelamin | | |
| Laki-laki | 18 | 32,1 |
| Perempuan | 38 | 67,9 |
| Pendidikan | | |
| Tidak sekolah | 1 | 1,8 |
| SD | 21 | 37,5 |
| SMP | 14 | 25,0 |
| SMA | 17 | 30,4 |
| Sarjana | 3 | 5,4 |
| Lama Menderita | | |
| < 1 Tahun | 5 | 8,9 |
| 1-5 Tahun | 27 | 48,9 |
| > 5 Tahun | 24 | 42,9 |
| Penyakit Penyerta | | |
| Diabetes Melitus | 19 | 33,9 |
| Gastritis | 15 | 26,8 |
| Gout Arthritis | 11 | 19,6 |
| Dislipidemia | 8 | 14,3 |
| Rheumatoid | 3 | 5,4 |

Sumber : Data Primer

3.2 Dukungan Keluarga

Tabel 2. Dukungan Keluarga

| Tingkat Dukungan Keluarga | Frekuensi | Presentase (%) |
|---------------------------|-----------|----------------|
| Baik | 38 | 67,9 |
| Cukup | 17 | 30,4 |
| Buruk | 1 | 1,8 |

Sumber : Data Primer

3.3 Pola Makan

Tabel 3. Pola Makan

| Tingkat Pola Makan | Frekuensi | Presentase (%) |
|--------------------|-----------|----------------|
| Baik | 51 | 91,1 |
| Buruk | 5 | 8,9 |

Sumber : Data Primer

3.4 Jenis penyakit penyerta berdasarkan dukungan keluarga

Tabel 4. Jenis penyakit penyerta berdasarkan dukungan keluarga

| Penyakit Penyerta | Dukungan Keluarga | | | | | | Total | |
|----------------------|-------------------|------|-------|------|-------|-----|-------|------|
| | Baik | | Cukup | | Buruk | | F | % |
| | f | % | F | % | F | % | | |
| DM | 13 | 23,2 | 5 | 8,9 | 1 | 1,8 | 19 | 33,9 |
| Gastritis | 10 | 17,9 | 5 | 8,9 | 0 | 0,0 | 15 | 26,8 |
| Gout Arthritis | 6 | 10,7 | 5 | 8,9 | 0 | 0,0 | 11 | 19,6 |
| Dislipidemia | 6 | 10,7 | 2 | 3,6 | 0 | 0,0 | 8 | 14,3 |
| Rheumatoid | 3 | 5,4 | 0 | 0,0 | 0 | 0,0 | 5 | 5,4 |
| Total | 38 | 67,9 | 17 | 30,4 | 1 | 1,8 | 56 | 100 |

3.5 Jenis penyakit penyerta berdasarkan pola makan

Tabel 5. Jenis penyakit penyerta berdasarkan pola makan

| Penyakit Penyerta | Pola Makan | | | | Total | |
|----------------------|------------|------|-------|-----|-------|------|
| | Baik | | Buruk | | f | % |
| | f | % | F | % | | |
| DM | 15 | 26,8 | 4 | 7,1 | 19 | 33,9 |
| Gastritis | 15 | 26,8 | 0 | 0,0 | 15 | 26,8 |
| Gout Arthritis | 11 | 19,6 | 0 | 0,0 | 11 | 19,6 |
| Dislipidemia | 7 | 12,5 | 1 | 1,8 | 8 | 14,3 |
| Rheumatoid | 3 | 5,4 | 0 | 0,0 | 3 | 5,4 |
| Total | 51 | 91,1 | 5 | 8,9 | 56 | 100 |

3.6 Analisis hubungan dukungan keluarga dengan pola makan pada lansia penyandang hipertensi dengan penyakit penyerta

Tabel 6. Hasil Analisis

| Dukungan Keluarga | Pola Makan | | Total | Presentase | Nilai P | Correlation Coefficient |
|----------------------|------------|-------|-------|------------|---------|----------------------------|
| | Baik | Buruk | | | | |
| Baik | 37 | 1 | 38 | 67,9 | | |
| Cukup | 14 | 3 | 17 | 30,4 | 0,001 | 0,517 |
| Buruk | 0 | 1 | 1 | 1,8 | | |
| Total | 51 | 5 | 56 | 100 | | |

3.7 Pembahasan

Responden dalam penelitian ini adalah lansia penyandang hipertensi dengan penyakit penyerta sebanyak 56 responden dengan rentang usia 60-64 tahun sebanyak 26 responden (46,4%). Hal ini didukung oleh penelitian (Putri, C., & Meriyani, 2020) penderita hipertensi paling banyak di kelompok usia 56-64 tahun.

Dari hasil penelitian ini menunjukkan bahwa jumlah responden perempuan lebih banyak yaitu 38 responden (67,9%) dan laki-laki sebanyak 18 responden (32,1%). Hal ini didukung oleh penelitian

(Amelia, 2020) bahwa perempuan lebih cenderung berisiko terkena hipertensi karena kebiasaan memasak yang masih menggunakan penyedap rasa yang kemudian dicicipi, terbiasa makan-makanan berlemak dan berminyak, dan tidak pernah mendapat informasi tentang pola makan yang baik untuk penyandang hipertensi. Sedangkan laki-laki berisiko terkena hipertensi dari kebiasaan merokok, meminum kopi dan mengalami stres akibat pekerjaan yang berat.

Dalam hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pendidikan terakhir lansia di Puskesmas Kartasura, Sukoharjo adalah tidak sekolah sebanyak 1 responden (1,8%), SD sebanyak 21 responden (37,5%), SMP sebanyak 14 responden (25,0%), SMA sebanyak 17 responden (30,4%), dan sarjana sebanyak 3 responden (5,4%). Dari hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa responden terbanyak dengan tingkat pendidikan SD. Hal tersebut dapat dipahami karena pada jaman dahulu lansia jarang mendapatkan motivasi untuk melanjutkan pendidikan karena keterbatasan ekonomi yang tidak memadai. Hal ini didukung oleh penelitian (Hamzah, B et al., 2021) bahwa masih banyak lansia yang hanya lulusan SD yang kekurangan pengetahuan mengenai pola makan yang dapat mengontrol hipertensi. Maka dari itu lansia memerlukan dukungan keluarga untuk dapat mengetahui apa saja pola makan yang dibutuhkan untuk menjaga tekanan darah tidak meningkat.

Dalam penelitian ini lansia yang mengalami hipertensi dengan penyakit penyerta di Puskesmas Kartasura, Sukoharjo paling banyak 1-5 tahun. Hal ini didukung dalam penelitian (Juwita & Agustinah, 2019) penderita hipertensi paling banyak diderita oleh lansia dengan lama menderita hipertensi 1-5 tahun.

Pada penelitian ini lansia penyandang hipertensi dengan penyakit penyerta di Puskesmas Kartasura, Sukoharjo memiliki berbagai macam penyakit penyerta seperti diabetes melitus, gastritis, dislipidemia, dan rheumatoid arthritis. Dalam penelitian ini penyakit penyerta yang paling banyak diderita lansia adalah diabetes melitus dengan jumlah 19 responden (33,9%). Penyakit penyerta diabetes mellitus saling berkaitan melalui beberapa kondisi seperti, 1) diabetes dapat meningkatkan volume cairan dalam tubuh sehingga dapat meningkatkan tekanan darah, 2) Diabetes dapat mempengaruhi elastisitas pembuluh darah sehingga kemampuan pembuluh darah dapat merenggang dan berkurang. 3) Peningkatan kadar gula darah dapat pada penderita hipertensi berdampak pada kerusakan pembuluh darah yang dapat memicu peningkatan tekanan darah (Medika, 2017). Hal ini diperkuat dalam penelitian (Widiastuti et al., 2022) seseorang yang menderita hipertensi 5 kali lebih berisiko menderita diabetes melitus dibandingkan dengan seseorang yang tidak menderita hipertensi.

Dalam penelitian ini didapatkan hasil bahwa lansia penyandang hipertensi dengan penyakit penyerta di Puskesmas Kartasura, Sukoharjo yang mendapatkan dukungan keluarga baik sebanyak 38 responden (67,9%), dukungan keluarga cukup sebanyak 17 responden (30,4%), dukungan keluarga buruk sebanyak 1 responden (1,8%). Penelitian terdahulu oleh (Arindari & Puspita, 2022)

menyatakan bahwa dari 54 responden, lansia yang mendapatkan dukungan keluarga yang baik sebanyak 36 responden (66,7%).

Lansia dengan dukungan keluarga buruk dialami oleh lansia penyandang hipertensi dengan penyakit penyerta diabetes mellitus sebanyak 1 responden. Dari hasil wawancara yang telah dilakukan bahwa keluarga terlalu sibuk dengan pekerjaannya sehingga lansia kurang mendapatkan kasih sayang dan perhatian, serta keluarga jarang mau mendengarkan keluhan yang dialami lansia tentang penyakit yang dialami. Sehingga lansia tersebut mendapatkan dukungan keluarga yang buruk. Hal ini sejalan dengan penelitian (Roza et al., 2020) bahwa dukungan keluarga yang kurang baik dikarenakan keluarga hanya mementingkan pekerjaannya dan keluarga jarang mengantarkan lansia ke posyandu lansia, dan juga keluarga jarang mengingatkan lansia untuk menjalani terapi diet dalam mengontrol gula darah dan lain-lain, sehingga lansia merasa kurang diperhatikan dan kurang dicintai.

Dukungan keluarga penting dilakukan karena dengan adanya dukungan keluarga pencapaian keluarga terhadap pemeliharaan kesehatan lansia dengan hipertensi akan tercapai. Keluarga adalah pendukung utama bagi lansia dalam menjalani kehidupan yang sehat. Peran keluarga adalah merawat lansia dalam menjaga kondisi fisik lansia, pola makan lansia, dan status mental lansia (Arindari & Puspita, 2022).

Berdasarkan hasil penelitian di Puskesmas Kartasura, Sukoharjo terdapat lansia dengan pola makan yang baik sebanyak 51 responden (91,1%), sedangkan lansia dengan pola makan yang buruk sebanyak 5 responden (8,9%).

Dari hasil wawancara yang sudah dilakukan bahwa lansia pola makannya sudah dijaga dengan baik oleh diri sendiri maupun keluarga. Penelitian terdahulu oleh Puspitasari, D & Widiastuti, E (2018) menyatakan bahwa dari 108 responden dengan pola makan yang baik sebanyak 63 responden (58,3%) menunjukkan bahwa lansia sudah dapat menerapkan gaya hidup sehat dengan mengatur pola makan yang sehat seperti diet rendah lemak dan diet tinggi serat.

Pola makan yang baik pada penyandang hipertensi bisa dengan melakukan diet rendah garam dan kolesterol, diet tinggi serat, sedangkan pola makan yang buruk seperti mengkonsumsi makanan yang tinggi lemak, tinggi kolesterol, kandungan lemak dalam darah dapat membuat tertimbunnya lemak dalam pembuluh darah yang dapat mengakibatkan terjadinya hipertensi (Puspitasari, D & Widiastuti, 2018).

Lansia dengan pola makan yang buruk dialami oleh lansia penyandang hipertensi dengan penyakit penyerta diabetes mellitus sebanyak 5 responden. Dari hasil wawancara yang dilakukan pada lansia bahwa lansia tersebut masih suka mengkonsumsi makan-makanan yang kurang sehat seperti masih mengkonsumsi teh dengan gula yang manis, masih mengkonsumsi makanan yang tinggi garam seperti keripik dan biskuit. Oleh karena itu pola makan buruk lansia penyandang hipertensi dengan penyakit penyerta paling banyak diderita oleh lansia dengan diabetes mellitus. Menurut penelitian

(Vena & Yuantari, 2022) penyakit diabetes mellitus merupakan penyakit kronis yang tidak bisa disembuhkan, pola makan merupakan penyebab utama seseorang mengalami diabetes mellitus, asupan gizi yang tidak seimbang serta tidak teratur dapat membuat kadar gula dalam darah tidak terkontrol.

Berdasarkan hasil dari penelitian di Puskesmas Kartasura, Sukoharjo menunjukkan adanya hubungan dukungan keluarga dengan pola makan lansia penyandang hipertensi menunjukkan bahwa yang mendapatkan dukungan keluarga dengan pola makan yang baik sebanyak 37 responden. Dari hasil uji statistik *pearson correlation* diperoleh nilai probabilitas (0,517) jauh lebih tinggi dari standart yaitu 0,05. Maka data H_0 ditolak dan H_a diterima yang berarti ada hubungan dukungan keluarga dengan pola makan pada lansia penyandang hipertensi dengan penyakit penyerta.

Dari hasil penelitian ini ditunjukkan bahwa lansia dengan dukungan keluarga yang baik dengan pola makan yang baik sebanyak 37 responden (66,1%), lansia dengan dukungan keluarga yang cukup dengan pola makan yang baik sebanyak 14 responden (25,0%), lansia dengan dukungan keluarga baik dengan pola makan buruk sebanyak 1 responden (1,8%), lansia dengan dukungan keluarga yang cukup dengan pola makan yang buruk sebanyak 3 responden (5,4%), lansia dengan dukungan keluarga yang buruk dengan pola makan yang buruk sebanyak 1 responden (1,8%).

Dari hasil wawancara dengan responden yang mendapatkan kategori dukungan keluarga yang baik dengan pola makan yang buruk sebanyak 1 responden (1,8%), keluarga sudah mendukung dan memberikan makanan yang sesuai dengan pola makan yang baik untuk penderita hipertensi, tetapi dari pribadi lansia sendiri masih suka mengonsumsi makanan dari luar secara berlebihan dan tidak sesuai dengan pola makan yang sehat seperti masih mengonsumsi jajanan seperti keripik dan minum soda, sehingga membuat lansia tersebut memiliki dukungan keluarga yang baik dengan pola makan yang buruk.

Dukungan keluarga pada sampel penelitian di Puskesmas Kartasura, Sukoharjo bahwa sebagian lansia memiliki dukungan keluarga yang baik. Dari hasil wawancara yang sudah dilakukan peneliti bahwa sebagian dari lansia mengatakan sudah mendapatkan dukungan dari keluarganya dalam menjaga pola makan yang sehat. Pola makan pada sampel penelitian di Puskesmas Kartasura, Sukoharjo memiliki pola makan yang baik. Dari hasil wawancara yang sudah dilakukan oleh peneliti bahwa sebagian besar lansia sudah menerapkan pola makan sehat seperti mengurangi garam atau penyedap makanan kedalam masakan, mengurangi mengonsumsi gorengan secara berlebih. Hal ini tidak sejalan dengan penelitian (Pradani & Wijayanti, 2021) bahwa dari 114 responden penyandang hipertensi yang memiliki dukungan keluarga baik dengan pola makan yang baik sebanyak 30 orang (55,7%), sedangkan yang memiliki dukungan keluarga kurang dengan pola makan yang kurang sebanyak 43 responden (58,1%) sebagian responden belum mendapatkan dukungan keluarga yang baik dan pola makan yang baik karena responden mengatakan tidak mengetahui pola makan yang

baik bagi penyandang hipertensi dan keluarga juga tidak memperhatikan asupan makanan yang dikonsumsi.

Dengan adanya dukungan keluarga yang mengetahui pola makan yang baik bagi penyandang hipertensi, diharapkan hal tersebut dapat menjadikan informasi yang baik untuk menerapkan pola makan yang baik dan berupaya untuk mendukung pencegahan hipertensi. Hasil penelitian ini sejalan dengan (Nita & Oktavia, 2018) bahwa sebagian besar lansia mendapatkan dukungan keluarga dan kepatuhan diet yang baik sebanyak 39 responden (48,1%) dukungan keluarga sangat dibutuhkan pada lansia penyandang hipertensi yang dimana dukungan ini diperlukan lansia agar merasa dirinya diperhatikan dan dihargai.

Menurut asumsi peneliti, teori-teori yang sudah dipaparkan sesuai dengan kenyataan yang ditemukan di Puskesmas Kartasura, Sukoharjo bahwa dukungan keluarga sangat berkaitan erat dengan pola makan lansia sehari-hari. Hal ini disebabkan karena keluarga memiliki hubungan yang erat dengan setiap anggota keluarganya, keluarga merupakan tempat yang baik dalam mengeluhkan segala permasalahan dan menjadi tempat dalam merawat anggota keluarga yang sakit agar dapat pulih dengan segera. Oleh karena itu diharapkan keluarga dapat mendukung anggota keluarga yang menyandang hipertensi agar dapat menjalankan pola makan yang baik.

4. PENUTUP

Penelitian ini dilakukan di Puskesmas Kartasura, Sukoharjo ini memiliki hasil dan pembahasan yang sudah ditetapkan dan dapat disimpulkan bahwa karakteristik responden penyandang hipertensi dengan penyakit penyerta menurut usia lebih banyak diusia 60-64 tahun. Berdasarkan jenis kelamin paling banyak menyandang hipertensi dengan penyakit penyerta berjenis kelamin perempuan. Berdasarkan pendidikan terakhir yang paling banyak adalah dengan tingkat pendidikan terakhir SD. Berdasarkan lama menderita hipertensi yang paling banyak adalah 105 tahun. Dan lansia penyandang hipertensi dengan penyakit penyerta paling banyak memiliki jenis penyakit penyerta diabetes melitus.

Dukungan keluarga pada lansia penyandang hipertensi dengan penyakit penyerta paling banyak adalah dukungan keluarga yang baik. Pola makan pada lansia penyandang hipertensi dengan penyakit penyerta paling banyak adalah pola makan yang baik. Ada hubungan antara dukungan keluarga terhadap pola makan pada lansia penyandang hipertensi dengan penyakit penyerta di Puskesmas Kartasura, Sukoharjo. Dari hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti diharapkan dapat menjadi referensi bagi penelitian selanjutnya agar dapat meneliti lebih lanjut tentang hubungan dukungan keluarga dengan pola makan pada lansia penyandang hipertensi dengan penyakit penyerta.

DAFTAR PUSTAKA

Amelia, R. (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>

- Arindari, D. R., & Puspita, R. (2022). Hubungan Dukungan Keluarga Dengankepatuhan Diet Hipertensi Pada Lansia Di Puskesmas Ariodillah. *Excellent Midwifery Journal*, 5(1), 94–103. <http://jurnal.mitrahusada.ac.id/index.php/emj/article/view/201>
- Ayunarwanti, R., & Maliya, A. (2020). Self-Efficacy Terhadap Hipertensi Intradialis pada Pasien Gagal Ginjal. *Jurnal Berita Ilmu Keperawatan*, 13(1), 54–61.
- B, H., Akbar, H., Langingi, A. R. C., & Hamzah, S. R. (2021). Analisis Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia. *Journal Health & Science : Gorontalo Journal Health and Science Community*, 5(1), 194–201. <https://doi.org/10.35971/gojhes.v5i1.10039>
- Brilianifah, N. Y. (2017). *Hubungan Pengetahuan dan Dukungan Keluarga Terhadap Kepatuhan Diit Hipertensi Pada Pasien Hipertensi Rawat Jalan di RSUD Queen Latifa Sleman Yogyakarta*. 1–14.
- Bulu, Y. H. (2021). Perilaku Lansia Dalam Upaya Penanggulangan Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Pertiwi Kota Makassar. *Jurnal Promotif Preventif*, 4(1), 39–50. <https://doi.org/10.47650/jpp.v4i1.252>
- Cahyanti, L., Doli, J., Donsu, T., Endarwati, T., & Dewi, S. C. (2020). *Hubungan Dukungan Keluarga dengan Tingkat Kecemasan Pasien Pre Operasi General Anestesi di RS PKU Muhammadiyah Gamping*. 9(2), 129–143.
- Chen, Z., & Xiong, R. (2022). Factors Analysis of the Compliance Rate of Hypertension Detection Control and Self-Assessment Control in Community Outpatient Clinics. *Computational Intelligence and Neuroscience*, 2022. <https://doi.org/10.1155/2022/9432202>
- Efendi, H. (2017). Dukungan Keluarga dalamManajemen Penyakit Hipertensi Family Support in Hypertension Disease ' s Management. *Majority*, 6, 34–40.
- Juwita, L., & Agustinah, R. B. (2019). Tingkat Stres Penderita Hipertensi. *Dunia Keperawatan*, 7(2), 128–133.
- Medika, B. (2017). *Berdamai Dengan Hipertensi*.
- 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.
- Perdana, R. M., & Maliya, A. (2017). Senam Ergonomik dan Aerobic Low Impact Menurunkan Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi. *Berita Ilmu Keperawatan*, 10(1), 8–19. <https://www.neliti.com/publications/337447/senam-ergonomik-dan-aerobic-low-impact-menurunkan-tekanan-darah-pada-lansia-hipe>
- Pradani, S. A., & Wijayanti, A. C. (2021). *Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Pengaturan Pola Makan Pada Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Walantaka*. <http://eprints.ums.ac.id/id/eprint/96420>
- Puspitasari, D & Widiastuti, E. (2018). *Hubungan Pola Makan dan Dukungan Keluarga Dengan Kejadian Hipertensi Pada Pasien di Puskesmas Cengkareng*. 6(February), 176–185.
- Putri, C., & Meriyani, I. (2020). Gambaran Tekanan Darah Pada Lansia. *Jurnal Keperawatan Komprehensif*, 6(1), 69.
- Roza, E., Harefa, C. M., Yulia, R., & Didi Yunaspi. (2020). Hubungan Dukungan Keluarga dan Stres Dengan Kualitas Hidup Lansia Diabetes Mellitus Tipe II. *Jurnal Keperawatan*, 12(4), 1001–1010.

- Tantiwi, O. F. (2019). Komorbiditas Gangguan Pemusatan Perhatian Dan Hiperaktivitas Pada Anak. *Medical and Health Science Journal*, 3(2), 6. <https://doi.org/10.33086/mhsj.v3i2.1132>
- Widiastuti, S. T., Maliya, A., & Yulian, V. (2022). *Gambaran Kecemasan Penderita Hipertensi Dengan Penyakit Penyerta*. 1, 1–8. <https://proceedings.ums.ac.id/index.php/semnaskep/article/view/911>