
HUBUNGAN PENGETAHUAN DAN DUKUNGAN KELUARGA DENGAN KEPATUHAN MENJALANKAN DIET HIPERTENSI DI PUSKESMAS KOTA KUALA SIMPANG ACEH TAMIANG TAHUN 2019

Oleh

Nora Hayani¹⁾, Azwarni²⁾, Eva Sulistiany³⁾, Zulkarnaini⁴⁾, Elfida⁵⁾
^{1,2,3,4,5}Dosen Prodi D-III Keperawatan Langsa Poltekkes Kemenkes Aceh
Email: [1nora.puan16@gmail.com](mailto:nora.puan16@gmail.com)

Abstract

Hypertension is a big and serious problem, in addition to its high prevalence and tends to increase every year, also because of the seriousness of this disease which causes other diseases such as heart disease, stroke and even sudden death. Hypertension diet is one of the effective non-pharmacological strategies to modify and control blood pressure, but patients must be completely obedient in implementing a hypertension diet. The purpose of this study was to determine the relationship between knowledge and family support with adherence to a hypertension diet at the Kuala Simpang City Health Center, Aceh Tamiang Regency in 2019. This type of research was descriptive analytic with a cross sectional study design where the independent variable and the dependent variable were obtained at the same time. The population in this study were 43 hypertensive patients with accidental sampling technique. The results showed that there was a relationship between knowledge and adherence to diet in hypertensive patients. The results of the Chi-Square test at the 95% confidence level obtained p value = 0.003 ($p < 0.05$), there is a relationship between family support and dietary compliance in patients with hypertension obtained p-value = 0.001 ($p < 0.05$). It is hoped that hypertensive patients will adhere to a hypertension diet so that blood pressure can be controlled.

Keywords: Hypertension, Hypertension Diet, Dietary Compliance

PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan masalah yang besar dan serius, disamping karena prevalensinya yang tinggi dan cenderung meningkat dimasa yang akan datang, juga karena tingkat keseriusan penyakit ini yang menyebabkan timbulnya penyakit lain seperti jantung, stroke bahkan kematian mendadak (Khasanah, 2015).

Data *World Health Organization* (WHO) tahun 2016, menunjukkan satu milyar orang di dunia menderita Hipertensi, 2/3 diantaranya berada di negara berkembang yang berpenghasilan rendah sampai sedang. Prevalensi Hipertensi akan terus meningkat tajam dan diprediksi pada tahun 2025 sebanyak 29% orang dewasa di seluruh dunia terkena hipertensi. Hipertensi telah mengakibatkan kematian sekitar 8 juta orang setiap tahun, dimana 1,5 juta kematian terjadi di Asia

Tenggara yang 1/3 populasinya menderita Hipertensi sehingga dapat menyebabkan peningkatan beban biaya kesehatan.

Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 ditemukan prevalensi hipertensi yang didiagnosis berdasarkan hasil pengukuran tekanan darah pada usia ≥ 18 tahun ke atas sebanyak 25,8% ditahun 2013 sedangkan di tahun 2018 meningkat menjadi 34,1%. Sementara itu prevalensi hipertensi pada masyarakat berusia ≥ 18 tahun di Provinsi Aceh menempati urutan ke-10 dari seluruh Provinsi yang ada di Indonesia.

Jumlah penderita hipertensi di Kabupaten Aceh Tamiang pada tahun 2017 sebanyak 12.976 orang dan meningkat di tahun 2018 menjadi 13.635 orang, dengan jumlah terbanyak yang terjadi pada usia 45-54 tahun yaitu 3.506 orang. Sementara itu jumlah penderita hipertensi di Wilayah Kerja

Puskesmas Kota Kuala Simpang yaitu sebanyak 873 orang (Surveilans Penyakit Tidak Menular Berbasis Puskesmas Kabupaten Aceh Tamiang, 2018).

Besarnya dampak dan risiko yang dapat ditimbulkan dari tekanan darah tinggi, *sevent report of the joint national committee on prevention, detection, evaluation, and treatment of high blood pressure* (JNC 7) merekomendasikan modifikasi gaya hidup sebagai terapi yang penting pada hipertensi. Modifikasi asupan makanan sehari-hari dapat mengontrol tekanan darah dan mencegah komplikasi hipertensi, modifikasi gaya hidup tersebut dipengaruhi oleh beberapa faktor antara lain pengetahuan pasien tentang hipertensi dan pola makan pasien. Namun, banyak penderita hipertensi yang masih mempunyai perilaku diet hipertensi yang kurang baik. Hasil penelitian Firmayani, dkk (2014), menunjukkan bahwa sebanyak 60,4% penderita hipertensi memiliki perilaku yang kurang baik terhadap 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.

Hasil penelitian Brilianifah (2017), menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara dukungan keluarga dengan kepatuhan diet hipertensi dengan nilai $p=0,042$ namun antara pengetahuan dengan kepatuhan diet hipertensi menunjukkan nilai $p=0,725$ tidak ada hubungan yang bermakna antara

tingkat pengetahuan dengan kepatuhan diet hipertensi

Dukungan keluarga mempunyai peranan yang sangat penting dalam mencegah, mengadaptasi, dan mengembangkan atau memperbaiki masalah kesehatan dalam keluarga. Jika salah satu anggota keluarga mempunyai masalah kesehatan maka akan mempengaruhi pelaksanaan dan fungsi-fungsi keluarga tersebut. (Perdana & Salmiati 2017).

Hasil penelitian Novian (2013), menunjukkan bahwa sebanyak 32 (64%) responden tidak patuh menjalankan diet dan sebanyak 18 (36%) patuh sedangkan berdasarkan dukungan keluarga sebanyak 34 (68%) mendapatkan dukungan keluarga yang sedang sebanyak 16 (32%) mendapatkan dukungan keluarga yang tinggi, menyimpulkan bahwa terdapat hubungan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet pasien hipertensi.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan deskriptif analitik dengan menggunakan desain *cross sectional study* dimana variabel independen dan variabel dependen diperoleh pada waktu bersamaan. Penelitian ini merupakan penelitian atau penelaahan hubungan antara variabel independen dan variabel dependen (Notoatmodjo, 2010). Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *Accidental Sampling* yaitu dilakukan dengan mengambil responden yang kebetulan ada disuatu tempat sesuai dengan konteks penelitian, Besar sampel menggunakan rumus Lameshow sebanyak 43 orang responden. Tempat penelitian yang digunakan adalah Puskesmas Kota Kuala Simpang.

Instrumen penelitian yang digunakan untuk pengumpulan data adalah menggunakan kuesioner pengetahuan terdiri dari 10 pertanyaan *multiple choise*, kuesioner dukungan keluarga yang terdiri dari 12 pertanyaan dengan pilihan jawaban menggunakan skala *likert* dan kuesioner kepatuhan diet hipertensi terdiri dari 10 pertanyaan skala *likert*.

Analisis data dalam penelitian ini adalah analisa bivariat yang bertujuan untuk menganalisis hubungan antara satu variabel, yaitu pengetahuan dengan kepatuhan menjalankan diet pada pasien hipertensi dan dukungan keluarga dengan kepatuhan menjalankan diet pada pasien menggunakan uji *Chi Square*. Uji ini dilakukan untuk memutuskan apakah ada hubungan antara variabel bebas dan variabel terikat, maka menggunakan *p value* yang dibandingkan dengan tingkat kesalahan (Alpha) yaitu sebesar 5% atau 0,05. Apabila *p value* $\leq 0,05$ maka H_0 ditolak, yang berarti ada hubungan yang bermakna antara variabel dependen dan variabel independen.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Analisis Univariat

A. Karakteristik Responden

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan kepada 43 responden dengan melakukan data primer melalui kuesioner, maka karakteristik responden menunjukkan bahwa dari 43 responden karakteristik berdasarkan jenis kelamin mayoritas dengan jenis kelamin laki-laki sebanyak 22 responden (51,2%), berdasarkan usia mayoritas responden berusia dewasa sebanyak 25 responden (58,1%) dan berdasarkan pendidikan mayoritas responden menempuh jenjang pendidikan menengah sebanyak 31 responden (72,1%), seperti tabel berikut :

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Pasien Hipertensi di Puskesmas Kota Kuala Simpang Kabupaten Aceh Tamiang Tahun 2019 (n=43)

No	Karakteristik	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Jenis Kelamin			
1	Laki-Laki	22	51,2
2	Perempuan	21	48,8
Jumlah		43	100
Usia			
1	Muda	2	4,7
2	Dewasa	25	58,1
3	Lansia	16	37,2
Jumlah		43	100
Pendidikan			
1	Tinggi	7	16,3
2	Menengah	31	72,1

3	Dasar	5	11,6
Jumlah		43	100

Sumber : Data Primer (Diolah Tahun 2019)

B. Deskripsi Pengetahuan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 43 responden didapatkan sebagian besar berpengetahuan cukup tentang diet hipertensi sebanyak 18 (37,5%) responden dan sebagian kecil berpengetahuan baik sebanyak 12 (33,3%) responden, seperti tabel 2 berikut:

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Pengetahuan Tentang Diet Penderita Hipertensi di Puskesmas Kota Kuala Simpang Kabupaten Aceh Tamiang Tahun 2019 (n=43)

No	Pengetahuan	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1	Baik	12	33,3
2	Cukup	18	37,5
3	Kurang	13	29,2
Jumlah		43	100

Sumber : Data Primer (Diolah Tahun 2019)

C. Deskripsi Dukungan Keluarga

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 43 responden mayoritas mendapatkan dukungan keluarga sebanyak 22 (51,2%) responden, seperti table 3 berikut :

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Dukungan Keluarga Penderita Hipertensi di Puskesmas Kota Kuala Simpang Kabupaten Aceh Tamiang Tahun 2019 (n=43)

No	Dukungan Keluarga	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1	Mendukung	22	51,2
2	Tidak Mendukung	21	48,8
Jumlah		43	100

Sumber : Data Primer (Diolah Tahun 2019)

D. Deskripsi Kepatuhan Menjalankan Diet Hipertensi

Hasil penelitian yang dilakukan terhadap 43 responden mayoritas tidak patuh menjalankan diet hipertensi sebanyak 32 (53,5%) responden, seperti tabel 4 berikut :

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Kepatuhan Diet Penderita Hipertensi di Puskesmas Kota Kuala Simpang Kabupaten Aceh Tamiang Tahun 2019 (n=43)

No	Kepatuhan Diet Hipertensi	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1	Patuh	20	46,5
2	Tidak Patuh	32	53,5
Jumlah		43	100

Sumber : Data Primer (Diolah Tahun 2019)

2. Analisis Bivariat

A. Hubungan Pengetahuan dengan Kepatuhan Menjalankan Diet Hipertensi

Hasil uji statistic *Chi-Square (Person Chi-Square)* pada derajat kepercayaan 95% ($\alpha=0,05$) diperoleh nilai *p Value* = 0,003 ($p<0,05$) yang berarti H_a diterima dan H_o ditolak sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan pengetahuan dengan kepatuhan menjalankan diet pada penderita hipertensi, seperti tabel 5 berikut :

Tabel 5. Hubungan Pengetahuan dengan Kepatuhan Diet Penderita Hipertensi di Puskesmas Kota Kuala Simpang Kabupaten Aceh Tamiang Tahun 2019 (n=43)

No	Pengetahuan n=43	Kepatuhan Diet Hipertensi				<i>p-Value</i>		
		Patuh		Tidak Patuh				Jumlah
		f	%	f	%	f	%	
1	Baik	11	91,7	1	8,3	12	100	0,003
2	Cukup	7	38,9	11	61,1	18	100	
3	Kurang	2	15,4	11	84,6	13	100	
Jumlah		20		23		43		

Sumber : Data Primer (Diolah Tahun 2019)

B. Hubungan Dukungan Keluarga dengan Kepatuhan Menjalankan Diet Hipertensi

Hasil uji statistic *Chi-Square (Continuity Correction)* pada derajat kepercayaan 95% ($\alpha=0,05$) diperoleh nilai *p Value* = 0,001 ($p<0,05$) yang berarti H_a diterima dan H_o ditolak sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet pada penderita hipertensi, seperti tabel 6 berikut:

Tabel 6. Hubungan Dukungan Keluarga dengan Kepatuhan Diet Penderita Hipertensi di Puskesmas Kota Kuala Simpang Kabupaten Aceh Tamiang Tahun 2019 (n=43)

No	Dukungan Keluarga	Kepatuhan Diet Hipertensi				<i>p-Value</i>		
		Patuh		Tidak Patuh				Jumlah
		f	%	f	%	f	%	
1	Mendukung	20	90,9	2	9,1	22	100	0,001
2	Tidak Mendukung	0	0	21	100	21	100	
Jumlah		20		23		43		

Sumber : Data Primer (Diolah Tahun 2019)

Pembahasan

1. Hubungan Pengetahuan dengan Kepatuhan Menjalankan Diet Hipertensi

Berdasarkan hasil penelitian terhadap 43 responden terdapat 12 responden yang berpengetahuan baik mayoritas patuh menjalankan diet hipertensi sebanyak 11 (91,7%) responden, dari 18 responden yang berpengetahuan cukup mayoritas tidak patuh menjalankan diet hipertensi sebanyak 11 (61,1%) responden dan dari 13 responden yang berpengetahuan kurang mayoritas tidak patuh menjalankan diet hipertensi sebanyak 11 (84,6%) responden. Hasil uji statistic *Chi-Square (Person Chi-Square)* pada derajat kepercayaan 95% ($\alpha=0,05$) diperoleh nilai *p Value* = 0,003 ($p<0,05$) yang berarti H_a diterima dan H_o ditolak sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan pengetahuan dengan kepatuhan menjalankan diet pada penderita hipertensi.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Novian (2013), mengenai kepatuhan diet pasien hipertensi di Rumah Sakit Islam Sultan Agung Semarang yang mengatakan bahwa ada hubungan tingkat pengetahuan dengan kepatuhan diet pasien hipertensi dengan *p-value* 0,036. Namun pada Brilianifah (2017), mengenai hubungan pengetahuan dan dukungan keluarga terhadap kepatuhan diet hipertensi pada pasien hipertensi rawat jalan di RSU Queen Latifa Sleman Yogyakarta menunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang bermakna antara tingkat pengetahuan dengan kepatuhan diet hipertensi dan terdapat hubungan yang bermakna antara dukungan keluarga dengan kepatuhan diet hipertensi.

Pasien dapat melaksanakan diet dengan baik apabila didukung dengan pengetahuan yang baik dan adanya dukungan keluarga. Pengetahuan yang dimiliki seseorang, akan mengacu pada persepsi untuk melakukan suatu perilaku atau sikap dalam menjalankan pelaksanaan kepatuhan diet hipertensi. Kepatuhan diet akan terlaksana dengan baik apabila seseorang itu tahu akan manfaat yang dapat diambil dan didukung dengan

pengetahuan yang memadai. Pengetahuan yang dimiliki akan menentukan suatu perilaku dan perubahan untuk penyakitnya. Pengetahuan yang rendah mengenai kepatuhan diet dapat menurunkan kesadaran terhadap 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, 2012).

Peneliti berasumsi bahwa tingkat pengetahuan yang dimiliki oleh pasien hipertensi akan berpengaruh terhadap pola makan dan kepatuhan dietnya dimana pasien hipertensi yang berpengetahuan baik lebih cenderung untuk patuh dalam menerapkan diet hipertensi hal ini dikarenakan tingkat pengetahuan akan memudahkan pasien dalam pengelolaan hipertensi sehingga akan lebih patuh dalam menjalankan diet.

2. Hubungan Dukungan Keluarga dengan Kepatuhan Menjalankan Diet Hipertensi

Hasil uji statistic *Chi-Square (Continuity Correction)* pada derajat kepercayaan 95% ($\alpha=0,05$) diperoleh nilai *p Value* = 0,001 ($p<0,05$) yang berarti H_a diterima dan H_0 ditolak sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet pada penderita hipertensi.

Hal ini sejalan dengan penelitian Perdana & Salmiati (2017), mengenai hubungan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet pada lansia dengan hipertensi di Dusun Depok Ambar ketawang Gamping Sleman Yogyakarta, menunjukkan bahwa ada hubungan yang bermakna secara statistik antara dukungan keluarga dengan kepatuhan diet pada lansia dengan . Penelitian ini juga sejalan dengan Novian (2013), mengenai kepatuhan diet pasien hipertensi di Rumah Sakit Islam Sultan Agung Semarang yang menyimpulkan bahwa ada hubungan dukungan dan peran keluarga dengan kepatuhan diet pasien hipertensi dengan *p-value* 0,008.

Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian Brilianifah (2017), mengenai hubungan pengetahuan dan dukungan keluarga terhadap kepatuhan diet hipertensi pada pasien hipertensi rawat jalan di RSUD Queen Latifa Sleman Yogyakarta menunjukkan bahwa ada hubungan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet hipertensi dengan *p-value* 0,042.

Dukungan keluarga sangat berpengaruh karena keluarga merupakan suatu kelompok yang mempunyai peranan yang sangat penting dalam mencegah, mengadaptasi, dan mengembangkan atau memperbaiki masalah kesehatan dalam keluarga. Jika salah satu anggota keluarga mempunyai masalah kesehatan maka akan mempengaruhi pelaksanaan dan fungsi-fungsi keluarga tersebut (Perdana & Salmiati, 2017).

Pasien hipertensi yang mendapatkan dukungan keluarga akan lebih mudah untuk menjalankan pengobatan termasuk dalam pengaturan makan dibandingkan pasien yang tidak mendapatkan dukungan keluarga. Dukungan dapat digambarkan sebagai perasaan memiliki atau keyakinan bahwa seseorang merupakan peserta aktif dalam kegiatan sehari-hari, dikarenakan peran keluarga sangat dibutuhkan dalam meningkatkan kepatuhan pasien dalam menjaga perilaku makan, oleh karena itu pasien yang mendapatkan dukungan keluarga lebih dominan dan cenderung patuh dalam melaksanakan diet (Zahara, 2018).

Asumsi peneliti bahwa pasien hipertensi yang mendapatkan dukungan keluarga akan lebih mudah untuk menjalankan pengobatan termasuk dalam pengaturan makan dibandingkan pasien yang tidak mendapatkan dukungan keluarga. Dukungan dapat digambarkan sebagai perasaan memiliki atau keyakinan bahwa seseorang merupakan peserta aktif dalam kegiatan sehari-hari, dikarenakan peran keluarga sangat dibutuhkan dalam meningkatkan kepatuhan pasien dalam menjaga perilaku makan, oleh karena itu pasien yang mendapatkan dukungan keluarga lebih dominan dan cenderung patuh dalam melaksanakan diet.

PENUTUP

Kesimpulan

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.

Saran

1. Kepada Puskesmas Kota Kuala Simpang agar dapat meningkatkan fungsi tempat kesehatan bagi masyarakat serta menempatkan petugas kesehatan sebagai edukator dalam memberikan pemahaman tentang diet hipertensi. Sehingga pasien mampu melaksanakan diet tanpa adanya hambatan sehingga dapat membantu program pengobatan.
2. Kepada pasien hipertensi agar dapat menggunakan dukungan keluarga dalam menjalani kepatuhan diet sehingga dapat mengontrol tekanan darah sehingga harapan hidup meningkat
3. Peneliti Selanjutnya diharapkan mampu melanjutkan penelitian mengenai diet hipertensi dengan cakupan responden yang lebih luas dan menggunakan rancangan yang

Ucapan Terima Kasih

Bersama ini penulis mengucapkan banyak terima kasih kepada semua pihak yang membantu dalam pelaksanaan penelitian ini khususnya Kepala Puskesmas Kota Kuala Simpang yang telah memberi izin lahan penelitian dan pasien hipertensi yang telah bersedia menjadi responden sehingga memperlancar penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Brilianifah, N, Y (2017). Hubungan Pengetahuan Dan Dukungan Keluarga Terhadap Kepatuhan Diit Hipertensi Pada Pasien Hipertensi Rawat Jalan Di Rsu

Queen Latifa Sleman Yogyakarta.
<http://www/repository.co.id>, akses tanggal 12 Maret 2019

- [2] Firmayani, E. Rasyida, Z, M. & Santosa, T (2014). Pengaruh Blog Edukatif tentang Hipertensi Terhadap Pengetahuan dan Perilaku Diet Hipertensi Pada Pasien Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Wirobrajan Yokyakarta. Muhammadiyah Journal of Nursing.
- [3] Kamran, A. Sherkarchi, A. Sharirad, G (2015). The Relationship Between Blood Pressure and the Structures of Pender's Health Promotion Model in Rural Hipertension Patient. Journal Educ Health Promot. Vol .4
- [4] Khasanah, L.A. (2015). Hubungan Tingkat Stres dan Asupan Natrium dengan Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi Rawat Jalan RSUD Dr. Moerwardi di Surakarta.
- [5] Notoatmojo, S. (2012). Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku, Edisi Revisi, Jakarta: Rineka Cipta.
- [6] Novian, A (2013), Kepatuhan diit Pasien Hipertensi, Jurnal Kesmas 9 (1). 100-105.
- [7] Perdana, Muhammad Algisa and Salmiyati, Suri (2017) *Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Diet Hipertensi Pada Lansia Di Dusun Depok Ambarketawang Gamping Sleman Yogyakarta*. Jurnal Keperawatan (e-Kp) Volume 3, Nomor 2.
- [8] Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas). (2018). Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian RI tahun 2018.
- [9] WHO. (2016). Sebagian Besar penderita Hipertensi Tidak Menyadarinya. <http://www/kontak@kesmas.go.id>
- [10] Zahara. (2018). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kepatuhan Diet pada Penderita Hipertensi. <http://www/repository.co.id>. akses tanggal 12 Maret 2019.