

Hubungan Pengetahaun, Pola Makan dan Dukungan Keluarga Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia

Mevi Lilipory*

Fakultas Kesehatan, Prodi Ilmu Keperawatan, Universitas Kristen Indonesia Maluku:
mevililipory2020@gmail.com

Geresya Talakua

Fakultas Kesehatan, Prodi Ilmu Keperawatan, Universitas Kristen Indonesia Maluku

ABSTRAK

Hipertensi adalah penyakit yang tidak menular, sering dikenal dengan tekanan darah tinggi dengan kondisi pembuluh darah mengalami peningkatan secara persistem atau dalam jangka waktu lama di atas normal 140/90 mmHg. Kurangnya pengetahuan, kurangnya dukungan keluarga serta pola makan yang salah dapat meningkatkan terjadinya risiko peningkatan Hipertensi pada seseorang. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara pengetahuan, pola makan dan dukungan keluarga dengan kejadian Hipertensi pada lansia di Negeri Porto. Desain penelitian yang digunakan adalah survei deskriptif analitik dengan pendekatan cross sectional. Dengan hasil penelitian yang dilakukan jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak 53 responden yang diteliti. Hasilnya di uji dengan menggunakan uji chi- square didapatkan bahwa ada hubungan pengetahuan dengan kejadian Hipertensi pada lansia dengan nilai $p=0,000$, ada hubungan antara pola makan dengan kejadian Hipertensi pada lansia dengan nilai $p=0,002$, dan ada hubungan dukungan keluarga dengan kejadian Hipertensi pada lansia dengan nilai $p=0,000$. Dari penelitian ini disarankan kepada lansia dan keluarga lansia agar dapat menambah pengetahuan terkait Hipertensi dan mengatur pola makan yang baik serta menambah dukungan kepada lansia.

Kata Kunci: Lansia, Pengetahuan, Pola Makan, Dukungan Keluarga, Kejadian Hipertensi

ABSTRACT

Hypertension is a non-communicable disease, often known as high blood pressure with the condition of blood vessels experiencing a systemic increase or in the long term above normal 140/90 mmHg. Lack of knowledge, lack of family support and the wrong diet can increase the risk of increasing hypertension in a person. This study aims to determine the relationship between knowledge, diet and family support with the incidence of hypertension in the elderly in Porto. The research design used was an analytical descriptive survey with a cross sectional approach. With the results of research conducted the number of samples in this study were 53 respondents studied. The results were tested using the chi-square test, it was found that there was a relationship between knowledge and the incidence of hypertension in the elderly with a p value = 0.000, there was a relationship between diet and the incidence of hypertension in the elderly with a p value = 0.002, and there was a relationship between family support and the incidence of hypertension in the elderly. elderly with $p = 0.000$. From this research, it is suggested to the elderly and their families in order to increase their knowledge related to hypertension and regulate a good diet and add support to the elderly.

Keywords: Elderly, Knowledge, Diet, Family Support, Hypertension Incidence

PENDAHULUAN

Latar Belakang

Lansia (lanjut usia) adalah suatu keadaan yang terjadi di dalam kehidupan manusia. Menua merupakan proses sepanjang hidup, tidak hanya dimulai dari suatu waktu tertentu, tetapi di mulai sejak permulaan kehidupan. Menjadi tua merupakan proses alamiah, berarti seseorang telah melalui tiga tahap kehidupannya, yaitu anak, dewasa dan tua (Nasrullah, 2018). Hasil Riskesdas (2018), menjelaskan bahwa penyakit terbanyak pada lanjut usia adalah Penyakit Tidak Menular (PTM) antara lain Hipertensi, artritis, stroke, Penyakit Paru Obstruktif Kronik (PPOK) dan Diabetes Melitus (DM).

Data dari World Health Organization (WHO, 2016) sekitar 1,13 milyar lansia di dunia menderita penyakit Hipertensi. Angka lansia penderita Hipertensi di dunia terus meningkat setiap tahunnya, dan tahun 2025 akan meningkat hingga 1,5 milyar lansia yang akan terkena Hipertensi (AHA, 2017). Berdasarkan data Kementerian Kesehatan pada tahun 2018 Hipertensi menjadi penyakit tidak menular peringkat pertama yang didiagnosis diberbagai fasilitas kesehatan hingga mencapai 185.857 kasus. Prevalensi Hipertensi di Indonesia cukup tinggi, berdasarkan data Kementerian Kesehatan tahun 2018 di Indonesia terjadi peningkatan jumlah lansia penderita Hipertensi pada tahun 2013 sebanyak 26,5% meningkat di tahun 2018 sebanyak 34,1% (Kemenkes RI, 2018). Sedangkan berdasarkan proporsi kerutinan mengukur tekanan darah pada lansia umur 60-74 tahun yang rutin 19,3%, kadang-kadang 50,0%, dan yang tidak 30,7% (Riskesdas, 2018). Di Indonesia tahun 2019, lansia penderita Hipertensi menurut data dari kemenkes RI tercatat prevalensi penderita Hipertensi naik dari tahun sebelumnya menjadi 38,7% (Kemenkes RI, 2019).

Hasil Riskesdas untuk Provinsi Maluku sendiri didapati prevalensi Hipertensi berdasarkan diagnosis dokter untuk lansia penderita Hipertensi umur 60-74 tahun adalah sebesar 23,31%. Prevalensi Hipertensi berdasarkan proporsi kerutinan mengukur tekanan darah pada lansia menurut Provinsi Maluku yang rutin 5,5%, kadang-kadang 51,1% dan tidak pernah 43,5% (Riskesdas, 2018). Hasil Riskesdas untuk Provinsi Maluku Tengah didapati prevalensi Hipertensi lansia berdasarkan diagnosis dokter adalah sebesar 5,8%, sedangkan prevalensi Hipertensi berdasarkan proporsi kerutinan mengukur tekanan darah menurut Provinsi Maluku Tengah 31,77%, dengan jumlah kasus sebanyak 1.816 kasus (Profil Dinkes Provinsi Maluku, 2018). Negeri Porto memiliki empat dusun yaitu Ulalesil, Moahatalea, Latarisa, dan Lounusa. Berdasarkan pengambilan data awal pada Wilayah Kerja Puskesmas Porto-Haria, sasaran lansia pada Negeri Porto sebesar 100 orang, diperoleh kasus Hipertensi pada lansia mengalami peningkatan dari tahun 2019 sebesar 35 pasien menjadi 42 pasien ditahun 2020. Sedangkan pada tahun 2021 dari bulan January-July ditemukan 53 pasien.

Berdasarkan beberapa artikel yang ditemukan, faktor risiko Hipertensi yang paling banyak yaitu pengetahuan, pola makan, dan dukungan keluarga. Tingkat pengetahuan lansia mempengaruhi kesadaran terhadap perilaku pencegahan Hipertensi, dengan kata lain makin tinggi pengetahuan individu mengenai penyebab Hipertensi, faktor pemicu, tanda dan gejala, dan tekanan darah normal dan tidak normal, maka lansia akan cenderung menghindari hal-hal yang dapat memicu terjadinya Hipertensi (Sinuraya et al., 2017). Begitu juga dengan pola makan. Pola makan lansia menunjukkan lebih sering mengkonsumsi makanan tinggi garam, kurang sayur, dan buah-buahan yang pada dasarnya lansia-lansia tidak mengetahui makanan apa saja yang memicu meningkatnya Hipertensi. Pola makan lansia dijaga dengan dengan cara mengkonsumsi makanan yang bergizi untuk kesehatannya (Kurniadi, 2017). Selain itu juga ada dukungan keluarga. Dukungan keluarga merupakan system pendorong bagi anggota keluarga, sehingga anggota keluarga akan

selalu berpikir bahwa orang yang mendukung akan selalu siap membantu jika diperlukan (Hasana Dkk, 2018).

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan peneliti dengan 10 orang lansia yang berada di Negeri Porto pada Wilayah Kerja Puskesmas Porto-Haria pada tanggal 25 Maret 2022, didapatkan 8 dari 10 orang lansia belum sepenuhnya memahami tentang Hipertensi karena saat ditanya apa itu Hipertensi, bagaimana cara mencegah terjadinya Hipertensi, obat apa yang harus diminum untuk menurunkan Hipertensi, lansia tidak bisa menjawab dengan benar. Pola makan pada lansia didapatkan 8 dari 10 lansia mengatakan bahwa sering mengonsumsi makanan berlemak, makanan cepat saji dan makanan dengan asupan garam berlebihan, dan 2 dari 10 lansia mengatakan bahwa tidak ada masalah dengan pola makan karena sudah benar-benar mengetahui tentang apa saja makanan yang harus dihindari oleh lansia agar tidak mudah terkena Hipertensi. Begitu juga dengan dukungan keluarga, didapatkan 7 dari 10 lansia mengatakan bahwa tidak mendapatkan dukungan keluarga disaat mengalami Hipertensi. Lansia mengatakan bahwa hal ini dikarenakan lansia tidak tinggal bersama dengan keluarga, dan 3 dari 10 orang lansia mengatakan bahwa mendapatkan dukungan dari keluarga saat mengalami Hipertensi.

Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan pengetahuan, pola makan dan dukungan keluarga dengan kejadian Hipertensi pada lansia...

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain survey deskriptif analitik dengan pendekatan cross sectional yang dilakukan di Wilayah Kerja Puskesmas Porto-Haria, dengan jumlah sampel 53 responden. Instrumen penelitian yang digunakan yaitu kuesioner pengetahuan, kuesioner pola makan dan kuesioner dukungan keluarga. Uji statistic yang digunakan yaitu uji *Chi Square*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

HASIL

Analisis Univariat

Tabel 1. Distribusi responden berdasarkan tingkat pengetahuan di Wilayah Kerja Puskesmas Porto-Haria

Tingkat Pengetahuan	n	%
Baik	6	11,3
Cukup	17	32,1
Kurang	30	56,6
Total	53	100

Pada tabel 1. menunjukkan bahwa distribusi responden berdasarkan perilaku pengetahuan sebagian besar perilaku pengetahuan kurang yaitu sebanyak 30 responden (56,6%).

Tabel 2. Distribusi responden berdasarkan pola makan di Wilayah Kerja Puskesmas Porto-Haria

Pola Makan	n	%
Baik	3	5,7
Kurang baik	50	94,3
Total	53	100

Pada tabel 2. menunjukkan bahwa distribusi responden berdasarkan pola makan sebagian besar pola makan kurang baik yaitu sebanyak 50 responden (94,3%).

Tabel 3. Distribusi responden berdasarkan dukungan keluarga di Wilayah Kerja Puskesmas Porto-Haria

Dukungan Keluarga	n	%
Baik	5	9,4
Buruk	48	90,6
Total	53	100

Pada tabel 3. menunjukkan bahwa distribusi responden berdasarkan dukungan keluarga sebagian besar dukungan keluarga buruk yaitu sebanyak 48 responden (90,6%).

Tabel 4. Distribusi Responden Berdasarkan Kejadian Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Porto-Haria

Kejadian Hipertensi	n	%
Tidak Hipertensi	6	11,3
Hipertensi	47	88,7
Total	53	100

Pada tabel 4. menunjukkan bahwa distribusi responden berdasarkan kejadian Hipertensi sebagian besar mengalami Hipertensi yaitu sebanyak 47 responden (88,7%).

Analisis Bivariat

1. Hubungan Pengetahuan dengan Hipertensi

Tabel 5. Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Kejadian Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Porto-Haria

Tingkat Pengetahuan	Kejadian Hipertensi				Total		P Value
	Tidak Hipertensi		Hipertensi				
	n	%	n	%	n	%	
Baik	6	100	0	0,0	6	100	0,000
Cukup	0	0,0	17	100	17	100	
Kurang	0	0,0	30	100	30	100	
Total	6	11,3	47	88,7	53	100	

Pada tabel 5. di atas menunjukkan bahwa dari 53 responden yang diteliti didapatkan hubungan pengetahuan dengan kejadian Hipertensi pada lansia yang terbanyak adalah lansia yang memiliki pengetahuan kurang sebanyak 30 orang (100%). Berdasarkan uji statistik yang menggunakan uji *chi Square* menunjukkan H_a diterima dengan nilai p -value 0,000 yang berarti bahwa ada hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan dengan kejadian Hipertensi pada lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Porto-Haria.

2. Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Hipertensi

Tabel 6. Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Porto-Haria

Pola Makan	Kejadian Hipertensi				Total		P Value
	Tidak Hipertensi		Hipertensi				
	n	%	n	%	n	%	
Baik	2	66,7	1	33,1	3	100	0,002
Kurang baik	4	8,0	46	92,0	50	100	
Total	6	11,3	47	88,7	53	100	

Pada tabel 6. di atas menunjukkan bahwa dari 53 responden yang diteliti didapatkan hubungan pola makan dengan kejadian Hipertensi pada lansia yang terbanyak adalah lansia yang memiliki pola makan kurang baik sebanyak 50 orang (100%). Berdasarkan uji statistik yang menggunakan uji *chi square* menunjukkan H_a diterima dengan nilai p -value 0,002 yang berarti bahwa ada hubungan yang signifikan antara tingkat pola makan dengan kejadian Hipertensi pada lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Porto-Haria.

3. Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kejadian Hipertensi

Tabel 7. Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kejadian Hipertensi di Negeri Porto Pada Wilayah Kerja Puskesmas Porto-Haria

Porto Padda Mayan Kerja Puskesmas Porto Padda						
Dukungan Keluarga	Kejadian Hipertensi				Total	P Value
	Tidak Hipertensi		Hipertensi			
	n	%	n	%	n	
Baik	5	100,0	0	0,0	5	100
Buruk	1	2,1	47	97,9	48	100
Total	6	11,3	47	88,7	53	100

Pada tabel 7 di atas menunjukkan bahwa dari 53 responden yang diteliti didapatkan hubungan dukungan keluarga dengan kejadian Hipertensi pada lansia yang terbanyak

adalah lansia yang memiliki dukungan keluarga buruk sebanyak 48 orang (100%). Berdasarkan uji statistik yang menggunakan uji *chi square* menunjukkan H_a diterima dengan nilai p -value 0,000 yang berarti bahwa ada hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga dengan kejadian Hipertensi pada lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Porto-Haria

PEMBAHASAN

1. Hubungan Pengetahuan dengan Kejadian Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Porto-Haria

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, peneliti kemudian melakukan analisis uji *Chi-Square* dengan hasil menunjukkan H_a diterima dengan nilai p -value 0,000 yang berarti bahwa ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan kejadian Hipertensi pada lansia di Negeri Porto pada Wilayah Kerja Puskesmas Porto-Haria. Hasil penelitian sebelumnya oleh Nahla (2021) dengan hasil penelitian ini menunjukkan bahwa responden mengenai Hipertensi dapat dibagi menjadi 3 tingkat yaitu baik, cukup dan kurang. Dari 50 responden, 33 responden (66%) termasuk dalam kategori cukup. uji statistik korelasi ganda, didapatkan nilai taraf signifikansi sebesar 0,000 yang mana hasil ini $<0,05$ dan bermakna ada hubungan antara pengetahuan dengan kejadian Hipertensi.

Penelitian sebelumnya juga dilakukan oleh Fachry (2020) yang menunjukkan bahwa tingkat pendidikan juga mempengaruhi tekanan darah, sebab semakin tinggi pendidikan seseorang akan semakin tinggi pengetahuannya tentang Hipertensi, dan sebaliknya semakin rendah pendidikan seseorang maka akan semakin rendah pengetahuannya tentang Hipertensi. Penelitian lain juga dilakukan oleh Astika (2016) bahwa dari 82 responden sebagian besar pengetahuan lansia tentang Hipertensi masuk kategori cukup sebanyak 60 responden dan yang termasuk kategori tingkat pengetahuan kurang sebanyak 22 responden. Maka disimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan kejadian Hipertensi pada lansia.

Penelitian diatas didukung oleh teori Widianingrum (2017) yang mengatakan bahwa pengetahuan merupakan suatu hasil yang terjadi setelah seseorang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu dari pengalaman yang didapat. Perilaku yang didasari oleh pengetahuan akan berkualitas dari pada perilaku yang tidak didasari oleh pengetahuan. Hal ini sejalan dengan apa yang diungkapkan oleh teori Handi Rustandi (2017) bahwa pengetahuan pasien mengenai Hipertensi juga berpengaruh pada kepatuhan pasien. Pasien dengan pengetahuan yang baik tentang Hipertensi akan patuh terhadap pengobatan dan pencegahan. Seiring dengan meningkatnya pengetahuan tentang Hipertensi, pasien Hipertensi dapat melakukan penatalaksanaan penyakitnya.

Berdasarkan hasil penelitian dan teori diatas peneliti berasumsi bahwa kurangnya pengetahuan responden karena dipengaruhi beberapa faktor, salah satunya pendidikan dan juga usia. Pengetahuan yang dimiliki responden berdampak besar terhadap pencegahan dan menjaga kesehatan responden itu sendiri terhadap penyakit Hipertensi. Penyakit hipertensi seringkali tidak memperlihatkan tanda dan gejala sehingga penderita tidak sadar bahwa tekanan darah naik. Penyakit ini membutuhkan terkontrolnya tekanan darah supaya tidak menimbulkan komplikasi ke organ lain seperti gagal jantung, stroke, dan gagal ginjal. Informasi yang diberikan tenaga kesehatan kepada pasien Hipertensi mengenai bagaimana praktek pencegahan gaya hidup yang tidak sehat seperti merokok, mengonsumsi alkohol,

kurang aktivitas fisik dan sebagainya yang dapat meningkatkan resiko terjadinya komplikasi Hipertensi. Dari informasi-informasi yang diberikan melalui penyuluhan tersebut mampu memotivasi pasien Hipertensi dalam memodifikasi gaya hidup sehingga dapat terhindar dari komplikasi Hipertensi.

2. Hubungan Pola Makan dengan Kejadian Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Porto-Haria

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, peneliti kemudian melakukan analisis uji *Chi-Square* dengan hasil menunjukkan H_a diterima dengan nilai p -value = 0,002 yang berarti bahwa ada hubungan yang signifikan antara pola makan dengan kejadian Hipertensi pada lansia di Negeri Porto pada Wilayah Kerja Puskesmas Porto-Haria. Hasil penelitian sebelumnya oleh Roza (2019) dengan hasil penelitian yang menunjukkan bahwa responden yang mempunyai pola makan dengan kategori sering sebanyak 17 responden (60,7%) dibandingkan dengan lansia yang mempunyai pola makan dengan kategori tidak sering sebanyak 5 responden (18,5%). Hasil uji statistik (*Chi square*) diperoleh nilai $p=0,004$ ($p < 0,05$) maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan pola makan dengan kejadian Hipertensi di Puskesmas Lubuk Buaya Padang.

Hasil penelitian sebelumnya juga oleh Risky (2017) tentang hubungan antara pola makan dengan kejadian Hipertensi pada lansia di posyandu lansia Desa Puncangan Surakarta. Hasil uji statistik menunjukkan bahwa ada hubungan signifikan antara pola makan dengan kejadian Hipertensi pada lansia. Terbukti bahwa pola makan akan mempengaruhi terhadap kejadian Hipertensi. Dimana pola makan yang kurang baik akan dapat menyebabkan terjadinya penyumbatan aliran darah sehingga dapat meningkatkan volume dan tekanan darah.

Penelitian diatas didukung oleh teori Sulistyoningih (2018) yang mengatakan bahwa pola makan adalah suatu cara atau usaha dalam pengaturan jumlah dan jenis makanan dengan informasi gambaran dengan meliputi mempertahankan kesehatan, status nutrisi, mencegah atau membantu kesembuhan penyakit. Hal ini sejalan dengan apa yang diungkapkan oleh Subkhi (2016), menyebutkan bahwa banyak kategori yang mengkonsumsi makanan pemicu Hipertensi. Seperti selalu mengkonsumsi daging sapi, kambing dan ayam, selain itu juga selalu mengkonsumsi ikan asin, pindang, susu full cream dan tepung susu.

Hasil penelitian ini terdapat kesenjangan yang ditemukan, yakni dari 3 responden yang memiliki pola makan baik, terdapat 1 orang yang mengalami Hipertensi. Berdasarkan kesenjangan yang ditemukan, asumsi peneliti bahwa responden selalu mengkonsumsi makanan dengan mengontrol jenis, jumlah dan frekuensi makan, namun ada faktor lain yang merupakan penyebab terjadinya Hipertensi yang diderita oleh responden seperti penyakit keturunan yang diturunkan dari orang tua responden yang sebelumnya juga mengalami Hipertensi. Hasil ini didukung oleh teori Sutanto (2014) yang mengatakan bahwa faktor keturunan sangat memiliki peran yang sangat besar terhadap munculnya penyakit Hipertensi. Jika seseorang yang sudah mematuhi cara pencegahan Hipertensi dengan baik tetapi Hipertensi merupakan penyakit keturunan maka kemungkinan besar Hipertensi tidak bisa sembuh total.

Dalam penelitian ini juga terdapat kesenjangan yaitu dari 50 responden yang memiliki pola makan kurang baik, terdapat 4 orang yang tidak mengalami Hipertensi. Responden tidak pernah mengikuti aturan makan untuk mencegah terjadinya Hipertensi, responden selalu mengkonsumsi makanan yang sudah disediakan keluarganya, namun responden tidak menderita Hipertensi. Menurut

peneliti, responden tidak menderita Hipertensi walaupun pola makannya kurang baik ini dikarenakan responden selalu melakukan aktivitas fisik seperti olahraga ringan di rumah. Hasil ini didukung oleh teori Purwanto (2014) yang mengatakan bahwa melakukan aktivitas fisik atau olahraga akan memberikan pengaruh yang baik terhadap berbagai macam sistem yang bekerja di dalam tubuh, salah satunya adalah sistem kardiovaskuler. Melakukan aktivitas fisik yang teratur bisa menurunkan tekanan darah secara efektif.

Berdasarkan hasil penelitian dan teori di atas peneliti berasumsi jika pola makan kurang baik maka akan dapat menyebabkan terjadinya penyumbatan terhadap aliran darah sehingga beresiko terjadinya Hipertensi. Cukup banyak lansia yang mempunyai pola makan kurang baik. Padahal pada usia lansia pola makan ini sangat perlu diperhatikan karena kebutuhan lansia sangat berbeda dengan kebutuhan usia muda karena aktifitas fisik yang sudah mulai berkurang. Pengontrolan pola makan lansia menjadi pola makan yang baik meliputi jumlah makanan, jadwal makan dan jenis makanan dengan kebutuhan lansia.

3. Hubungan Dukungan Keluarga dengan Kejadian Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Porto-Haria

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, peneliti kemudian melakukan analisis uji *Chi-Square* dengan hasil menunjukkan H_a diterima dengan nilai $p\text{-value} = 0,000$ yang berarti bahwa ada hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga dengan kejadian Hipertensi pada lansia di Negeri Porto pada Wilayah Kerja Puskesmas Porto-Haria. Support yang diberikan keluarga kepada responden yaitu berupa uang atau materi untuk kebutuhan responden dan juga informasi-informasi tentang Hipertensi dalam menjalani pengobatannya. Hasil penelitian sebelumnya oleh Nahla (2021) bahwa dukungan keluarga dari 50 responden, 28 responden (56%) yang mendapat dukungan keluarga dengan kategori cukup. Hasil uji statistik (*Chi square*) diperoleh nilai $p=0,000$ ($p < 0,05$) maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan dukungan keluarga dengan kejadian Hipertensi.

Hasil penelitian sebelumnya juga dilakukan oleh Radeak Jenita (2015) dimana diperoleh dukungan keluarga yang paling banyak adalah kategori kurang 53,2% dan paling sedikit kategori baik 17,7%. Dukungan dari keluarga merupakan faktor penting seseorang ketika mengalami masalah kesehatan. Penelitian di atas didukung oleh teori Niven (2013) yang menyatakan bahwa keluarga dapat menjadi faktor yang mempengaruhi dalam menentukan keyakinan dan nilai kesehatan individu serta dapat menentukan tentang program pengobatan yang diterima. Hal ini sejalan dengan apa yang diungkapkan oleh Tarigan (2016) bahwa dukungan keluarga meliputi dukungan harapan, penilaian, informasi dan emosional sehingga berpengaruh signifikan terhadap Hipertensi.

Dalam penelitian ini terdapat kesenjangan yaitu dari 48 responden yang memiliki dukungan keluarga buruk, terdapat 1 orang yang tidak mengalami Hipertensi. Berdasarkan kesenjangan di atas peneliti berasumsi bahwa responden tidak pernah mendapatkan dukungan apapun dari keluarga. Menurut peneliti, hal ini terjadi karena ada faktor lain yang menunjang terkontrolnya Hipertensi seperti selalu melakukan aktivitas fisik agar tidak memicu terjadinya Hipertensi. Responden selalu melakukan aktivitas fisik seperti olahraga ringan di rumah, walaupun keluarga responden tidak pernah memperhatikan atau memberikan support apapun kepada responden dalam menjaga kondisi kesehatannya. Hal ini didukung oleh teori Purwanto (2014) yang mengatakan bahwa melakukan aktivitas

fisik atau olahraga akan memberikan pengaruh yang baik terhadap berbagai macam system yang bekerja di dalam tubuh, salah satunya adalah system kardiovaskuler. Melakukan aktivitas fisik yang teratur bisa menurunkan tekanan darah secara efektif.

Berdasarkan hasil penelitian dan teori diatas maka peneliti berasumsi bahwa dukungan keluarga yang diberikan keluarga kepada responden sangat rendah. Keluarga sebagai orang yang paling dekat dengan pasien Hipertensi secara langsung maupun tidak langsung akan mempengaruhi semangat pasien untuk menjalani proses penyembuhan Hipertensi. Dukungan dari keluarga merupakan faktor penting seseorang ketika mengalami masalah kesehatan. Dukungan keluarga sangat dibutuhkan dalam perawatan pasien, dapat membantu menurunkan rasa kecemasan pasien, meningkatkan semangat hidup, dan komitmen pasien untuk tetap menjalani pengobatan Hipertensi sehingga dapat mencapai tujuan dari pengobatan Hipertensi itu sendiri

KESIMPULAN

Terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan dengan kejadian Hipertensi pada lansia di Negeri Porto pada Wilayah Kerja Puskesmas Porto-Haria, dengan nilai $p = 0,000$. Dan Terdapat hubungan yang signifikan antara pola makan dengan kejadian Hipertensi pada lansia di Negeri Porto pada Wilayah Kerja Puskesmas Porto-Haria, dengan nilai $p = 0,002$. Terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga dengan kejadian Hipertensi pada lansia di Negeri Porto pada Wilayah Kerja Puskesmas Porto-Haria, dengan nilai $p = 0,000$.

REFERENSI

1. AHA. (2017). *Global Impact of 2017 American Heart*.
2. Astika. (2016) *Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Diet Hipertensi Dengan Kejadian Kekambuhan Hipertensi Pada Lansia Di Desa Mancasan Sukoharjo*. Surakarta: UMS
3. Fachry. (2020). *Hubungan Antara Tingkat Pengetahuan Diet Hipertensi Dengan Derajat Hipertensi Pada Lansia Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Junrejo*. Malang
4. Handi. (2017). *Hubungan Pengetahuan Dan Gaya Hidup Dengan Kejadian Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Basuki Rahmad Kotabengkulu*. *Journal of Nursing And Public Health*, Vol 5 (1).40-45
5. Hasana, & dkk. (2018). *Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Penderita HT*. *Jurnal Kesehatan*, Vol 11-45.
6. Kementrian Kesehatan RI (2018). *Hipertensi membunuh diam-diam, ketahui tekanan darah anda*. *Sekertariat R Jenderal*. Rencana Strategis Kementrian Kesehatan
7. Nahla. (2021). *Hubungan Tingkat Pengetahuan Dan Dukungan Keluarga Dengan TekananDarah Pada Pasien Hipertensi Di Kabupaten Malang*.
8. Nasrullah. (2018). *Buku Ajar Keperawatan Gerontik Jilid 1, Dengan Pendekatan AsuhanKeperawatan NANDA NIC dan NOC*. Jakarta.TIM.
9. Niven. (2013). *Psikologi kesehatan : Pengantar Untuk Perawat Dan Profesional*. Jakarta: EGC
10. Riski. (2017). *Hubungan Stres Dan Pola Makan Dengan Terjadinya Hipertensi Pada Lansia Di Posyandu Desa Puncangan Surakarta*. *Artikel Diakses Dalam Eprints.Ums.ac.id*.2017.

11. Subkhi. (2016). *Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia Di Posyandu Mawar Desa Sangubanyu Kabupaten Purworejo*. Yogyakarta
12. Tarigan. (2016). *Pengaruh Pengetahuan, Sikap Dan Dukungan Keluarga Terhadap Diet Hipertensi Di Desa Hulu Kecamatan Pancur Batu*. *Jurnal Kesehatan* 2018;11(1):9-17
13. WHO. (2020). *Global Health Observatory (GHO) Data Raised Blood Pressure Situation And Trends*.
14. Widianingrum, T. (2017). *Hubungan Pengetahuan Dan Motivasi Kepatuhan Diet Pada Penderita Hipertensi*.