

Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Diet Pasien Hipertensi Pada Lansia di Puskesmas Dulupi

Desi Arisandi^{1*}, Dion Kunto Adi Patria²

^{1,2}S1 Keperawatan, Institut Teknologi Sains Dan Kesehatan RS Dr. Soepraoen Malang, Jl. S. Supriadi NO.22, Kec. Sukun, Kota Malang, Jawa Timur

E-Mail: arisandidela96@gmail.com

*Corresponding Author



<https://doi.org/10.31004/jerkin.v4i4.6598>

ARTICLE INFO

Article history

Received: 25 Mei 2026

Revised: 29 Mei 2026

Accepted: 15 Juni 2026

Kata Kunci:

Dukungan Keluarga

Kepatuhan

Hipertensi

Lansia

Keywords :

Family Support

Adherence

Hypertension

Elderly



ABSTRACT

Hipertensi merupakan penyakit tidak menular yang menjadi masalah kesehatan global karena prevalensinya terus meningkat. Kondisi ini ditandai oleh tekanan darah yang tinggi secara menetap dan dapat menyebabkan komplikasi serius seperti penyakit jantung, stroke, dan gagal ginjal. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara Dukungan keluarga dengan kepatuhan diet pasien hipertensi pada lansia di puskesmas dulupi. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional dan metode cross-sectional untuk menganalisis hubungan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet pasien hipertensi di Puskesmas Dulupi. Sampel sebanyak 47 responden dari 99 populasi dipilih dengan purposive sampling menggunakan rumus Slovin (margin of error 10%). Analisis data menggunakan uji chi-square. Hasil uji statistik menunjukkan nilai p value sebesar 0,000 ($p \leq 0,05$), yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga dengan kepatuhan diet pada pasien hipertensi. Ada hubungan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet pasien hipertensi pada lansia di puskesmas dulupi.

Hypertension is a non-communicable disease that has become a global health problem due to its increasing prevalence. This condition is characterized by persistently high blood pressure and can lead to serious complications such as heart disease, stroke, and kidney failure. This study aims to analyze the relationship between family support and dietary compliance in elderly hypertensive patients at the Dulupi Community Health Center. This study used a quantitative approach with a correlational design and cross-sectional method to analyze the relationship between family support and dietary compliance in hypertensive patients at the Dulupi Community Health Center. A sample of 47 respondents from a population of 99 was selected by purposive sampling using the Slovin formula (margin of error 10%). Data analysis used the chi-square test. The statistical test results showed a p-value of 0.000 ($p \leq 0.05$), indicating a significant relationship between family support and dietary adherence in hypertensive patients. There is a relationship between family support and dietary adherence in elderly hypertensive patients at the Dulupi Community Health Center.



This is an open access article under the CC-BY-SA license.

How to Cite Desi Arisandi et al (2026) Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Diet Pasien Hipertensi Pada Lansia di Puskesmas Dulupi <https://doi.org/10.31004/jerkin.v4i4.6598>

PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular yang menjadi masalah kesehatan global karena prevalensinya yang terus meningkat dari tahun ke tahun. Kondisi ini ditandai dengan peningkatan tekanan darah secara persisten yang dapat menimbulkan berbagai komplikasi serius seperti penyakit jantung, stroke, dan gagal ginjal. Pada kelompok lanjut usia (lansia), hipertensi menjadi lebih kompleks

karena adanya proses penuaan yang menyebabkan penurunan fungsi organ tubuh serta meningkatnya kerentanan terhadap penyakit kronis. Oleh karena itu, pengendalian hipertensi pada lansia menjadi hal yang sangat penting untuk meningkatkan kualitas hidup dan mencegah komplikasi lebih lanjut (Rachmasari, 2025).

Penatalaksanaan hipertensi tidak hanya berfokus pada terapi farmakologis, tetapi juga melibatkan perubahan gaya hidup, salah satunya adalah kepatuhan dalam menjalankan diet hipertensi. Diet hipertensi, seperti pengurangan konsumsi garam, lemak, dan makanan tinggi kolesterol, serta peningkatan konsumsi buah dan sayur, merupakan komponen penting dalam menjaga tekanan darah tetap stabil. Namun, dalam praktiknya, banyak pasien lansia yang mengalami kesulitan dalam mematuhi anjuran diet tersebut karena berbagai faktor, termasuk kebiasaan makan yang sudah terbentuk sejak lama (Elsafrediniya, 2023).

Kepatuhan diet pada pasien hipertensi lansia dipengaruhi oleh berbagai faktor, baik internal maupun eksternal. Faktor internal meliputi pengetahuan, sikap, dan motivasi individu, sedangkan faktor eksternal mencakup dukungan dari lingkungan sekitar, terutama keluarga. Lansia umumnya memiliki ketergantungan yang lebih tinggi terhadap anggota keluarga dalam memenuhi kebutuhan sehari-hari, termasuk dalam hal penyediaan makanan. Hal ini menjadikan keluarga sebagai salah satu faktor penting yang dapat memengaruhi kepatuhan diet pada pasien hipertensi (Hikmawati, 2022).

Dukungan keluarga merupakan bentuk bantuan yang diberikan oleh anggota keluarga kepada individu yang sedang mengalami masalah kesehatan, baik dalam bentuk emosional, informasional, instrumental, maupun penghargaan. Dukungan ini dapat meningkatkan rasa percaya diri, motivasi, dan kepatuhan pasien dalam menjalani pengobatan dan perubahan gaya hidup. Pada lansia dengan hipertensi, dukungan keluarga sangat dibutuhkan untuk membantu mengingatkan jadwal makan, memilihkan makanan yang sesuai dengan diet, serta memberikan dorongan agar tetap konsisten dalam menjalankan anjuran Kesehatan (Ruqiah, 2025).

Namun demikian, kenyataan di lapangan menunjukkan bahwa tidak semua pasien lansia mendapatkan dukungan keluarga yang optimal. Beberapa keluarga masih kurang memahami pentingnya diet hipertensi atau belum mampu memberikan perhatian secara maksimal karena kesibukan maupun keterbatasan pengetahuan. Kondisi ini dapat menyebabkan rendahnya kepatuhan diet pada lansia, yang pada akhirnya berpotensi memperburuk kondisi kesehatan dan meningkatkan risiko komplikasi.

Selain itu, faktor budaya dan kebiasaan makan di masyarakat juga turut memengaruhi kepatuhan diet pada pasien hipertensi. Konsumsi makanan tinggi garam dan lemak masih menjadi bagian dari pola makan sehari-hari di banyak daerah, sehingga sulit untuk diubah, terutama pada kelompok lansia. Tanpa adanya dukungan keluarga yang kuat, upaya untuk mengubah pola makan tersebut menjadi lebih sehat akan semakin sulit dilakukan (Yulanda, 2021).

Penelitian oleh (Liawati, 2024) menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara dukungan keluarga dengan kepatuhan diet hipertensi pada penderita hipertensi. Penelitian dengan desain cross sectional pada 86 responden ini menemukan bahwa sebagian besar responden memiliki dukungan keluarga baik (82,8%) dan patuh terhadap diet (59,0%). Hasil uji Chi-Square menunjukkan $p\text{-value} = 0,025$ ($p < 0,05$), sehingga disimpulkan bahwa semakin baik dukungan keluarga, semakin tinggi kepatuhan diet pasien hipertensi. Selain itu penelitian (Megawani, 2022) menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara dukungan keluarga dengan kepatuhan diet hipertensi pada lansia di Puskesmas Harapan Kabupaten Jayapura. Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif dengan pendekatan cross sectional pada 53 responden. Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar responden memiliki dukungan keluarga kategori cukup dan kepatuhan diet yang cukup sebesar 60,4%. Hasil uji Chi-Square diperoleh $p\text{-value} = 0,01$ ($p < 0,05$), sehingga disimpulkan terdapat hubungan signifikan antara dukungan keluarga dengan kepatuhan diet hipertensi pada lansia.

Puskesmas sebagai fasilitas pelayanan kesehatan tingkat pertama memiliki peran penting dalam upaya promotif dan preventif terhadap penyakit hipertensi. Melalui program-program seperti penyuluhan kesehatan, pemantauan tekanan darah, dan edukasi diet, puskesmas diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat, khususnya lansia, dalam mengelola penyakit hipertensi. Namun, keberhasilan program tersebut juga sangat bergantung pada keterlibatan keluarga dalam mendukung pasien di lingkungan rumah (Kuba, 2021).

Puskesmas Dulupi sebagai salah satu fasilitas pelayanan kesehatan di tingkat kecamatan juga menghadapi permasalahan terkait tingginya jumlah pasien hipertensi pada lansia. Berdasarkan

pengamatan awal, masih ditemukan lansia yang belum patuh dalam menjalankan diet hipertensi, meskipun telah mendapatkan edukasi dari tenaga kesehatan. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat faktor lain yang memengaruhi kepatuhan tersebut, salah satunya adalah dukungan keluarga.

Berdasarkan uraian tersebut, dapat disimpulkan bahwa dukungan keluarga memiliki peran yang sangat penting dalam meningkatkan kepatuhan diet pada pasien hipertensi lansia. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Dukungan Keluarga dengan Kepatuhan Diet Pasien Hipertensi pada Lansia di Puskesmas Dulupi” guna mengetahui sejauh mana hubungan antara kedua variabel tersebut, sehingga diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi dasar dalam upaya peningkatan kualitas pelayanan kesehatan dan intervensi yang lebih efektif.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain analisis korelasional yang bertujuan untuk mengidentifikasi hubungan antara dua variabel atau lebih. Metode yang digunakan adalah cross-sectional, yaitu proses pengumpulan data dilakukan pada satu waktu tertentu guna melihat keterkaitan antar variabel yang diteliti. Fokus penelitian ini adalah menganalisis hubungan antara dukungan keluarga dengan kepatuhan diet pasien hipertensi di puskesmas dulupi. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh pasien lansia yang menderita hipertensi yang berjumlah 99 orang.

Penentuan sampel dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan teknik purposive sampling, yaitu metode pemilihan sampel berdasarkan kriteria dan pertimbangan tertentu yang disesuaikan dengan tujuan penelitian. Teknik ini memungkinkan peneliti memilih responden yang paling sesuai dan relevan, sehingga data yang diperoleh dapat menggambarkan kondisi yang diteliti secara lebih akurat. Jumlah sampel ditentukan menggunakan rumus Slovin dengan tingkat kesalahan (margin of error) sebesar 10%, sehingga diperoleh sebanyak 47 responden.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Responden yang berpartisipasi dalam penelitian ini sebanyak 47 responden diuraikan dalam tabel berikut.

Tabel 1 Distribusi Responden Berdasarkan Usia, Jenis Kelamin dan Pendidikan

Karakteristik Responden	Frekuensi (f)	Presentase (%)
Usia		
60-70 Tahun	27	57,4
71-80 Tahun	20	42,6
Jenis Kelamin		
Laki-Laki	18	38,3
Perempuan	29	61,7
Pendidikan		
SD	20	42,6
SMP	17	36,1
SMA	10	21,3

Berdasarkan data pada Tabel 1, dapat diketahui bahwa sebagian besar responden berada pada kelompok usia 60–70 tahun yaitu sebanyak 27 orang (57,4%), sedangkan usia 71–80 tahun sebanyak 20 orang (42,6%). Berdasarkan jenis kelamin, mayoritas responden adalah perempuan yaitu 29 orang (61,7%), sedangkan laki-laki sebanyak 18 orang (38,3%). Dilihat dari tingkat pendidikan, sebagian besar responden berpendidikan SD sebanyak 20 orang (42,6%), diikuti SMP sebanyak 17 orang (36,1%), dan SMA sebanyak 10 orang (21,3%). Hal ini menunjukkan bahwa responden dalam penelitian ini didominasi oleh lansia usia 60–70 tahun, berjenis kelamin perempuan, dan memiliki tingkat pendidikan dasar.

Tabel 2 Distribusi Dukungan Keluarga

Dukungan Keluarga	Frekuensi (f)	Presentase (%)
Baik	24	51,5
Cukup	12	25,5
Kurang	11	23,4

Berdasarkan Tabel 2, dari total 47 responden, diketahui bahwa sebagian besar responden memiliki dukungan keluarga dalam kategori baik yaitu sebanyak 24 orang (51,5%). Selanjutnya, responden dengan dukungan keluarga kategori cukup sebanyak 12 orang (25,5%), dan kategori kurang sebanyak 11 orang (23,4%). Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas responden dalam penelitian ini telah mendapatkan dukungan keluarga yang baik.

Tabel 3 Distribusi Kepatuhan Diet

Kepatuhan Diet	Frekuensi (f)	Presentase (%)
Patuh	32	68,1
Tidak Patuh	15	31,9

Berdasarkan data pada Tabel 3, diketahui bahwa sebagian besar responden termasuk dalam kategori patuh yaitu sebanyak 32 orang (68,1%), sedangkan responden yang tidak patuh sebanyak 15 orang (31,9%). Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas responden dalam penelitian ini telah memiliki kepatuhan yang baik terhadap diet yang dianjurkan.

Table 4 Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Diet

Dukungan Keluarga	Kepatuhan Diet						P Value
	Patuh		Tidak Patuh		Total		
	f	%	f	%	f	%	
Baik	24	51,1	0	0	24	51,1	0,000
Cukup	8	17,0	4	8,5	12	25,5	
Kurang	0	0	11	23,4	11	23,4	

Berdasarkan tabel 4 tentang hubungan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet, menunjukkan bahwa dari total responden, sebagian besar responden dengan dukungan keluarga baik memiliki kepatuhan diet yang tinggi, yaitu sebanyak 24 orang (51,1%) dan tidak ada yang tidak patuh. Pada kategori dukungan keluarga cukup, terdapat 8 orang (17,0%) yang patuh dan 4 orang (8,5%) yang tidak patuh. Sementara itu, pada kategori dukungan keluarga kurang, seluruh responden yaitu 11 orang (23,4%) tidak patuh terhadap diet, dan tidak ada yang patuh.

Hasil uji statistik menunjukkan nilai p value sebesar 0,000 ($p \leq 0,05$), yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga dengan kepatuhan diet pada pasien hipertensi. Dengan demikian, semakin baik dukungan keluarga yang diterima, maka semakin tinggi tingkat kepatuhan diet pada pasien.

Pembahasan

Dukungan Keluarga

Berdasarkan hasil penelitian, dari total 47 responden, mayoritas memiliki dukungan keluarga dalam kategori baik, yaitu sebanyak 24 orang (51,5%). Selanjutnya, sebanyak 12 orang (25,5%) termasuk dalam kategori dukungan keluarga cukup, sedangkan 11 orang (23,4%) berada pada kategori dukungan keluarga kurang.

Menurut asumsi peneliti bahwa tingginya dukungan keluarga menunjukkan adanya keterlibatan aktif anggota keluarga dalam membantu pasien hipertensi, baik melalui pemberian perhatian, motivasi, informasi, maupun bantuan langsung dalam menjalankan diet. Kondisi ini mencerminkan bahwa keluarga memiliki pemahaman yang cukup mengenai pentingnya pengelolaan hipertensi serta berperan sebagai sistem pendukung utama bagi lansia. Dukungan yang optimal tersebut berkontribusi terhadap meningkatnya kepatuhan pasien dalam menjalankan diet hipertensi secara konsisten.

Asumsi peneliti sejalan dengan penelitian (Krisnawati, 2025) Keterlibatan keluarga dalam proses edukasi dan perawatan berperan penting dalam membantu pasien memahami kondisi kesehatannya secara lebih menyeluruh. Melalui dukungan tersebut, pasien tidak hanya memperoleh informasi yang lebih jelas mengenai penyakit yang dialami, tetapi juga mendapatkan bimbingan dalam mengenali kebutuhan kesehatan yang harus dipenuhi. Selain itu, peran aktif keluarga dalam memberikan penjelasan, mengingatkan, serta mendampingi pasien selama menjalani perawatan dapat meningkatkan pemahaman pasien terhadap pentingnya pengelolaan penyakit secara tepat. Hal ini juga sejalan dengan Teori Self-Care Deficit yang dikemukakan oleh Orem menyatakan bahwa setiap individu pada dasarnya memiliki kemampuan untuk melakukan perawatan diri secara mandiri. Namun, ketika seseorang mengalami kondisi sakit, kemampuan tersebut dapat mengalami penurunan sehingga membutuhkan bantuan dari orang lain, khususnya keluarga. Dalam hal ini, keterlibatan keluarga dalam proses edukasi

dan perawatan berfungsi sebagai sistem pendukung yang penting, karena dapat membantu pasien memahami kondisi kesehatannya dengan lebih baik serta meningkatkan kemampuannya dalam menjalankan perawatan diri secara mandiri (Febriyona, 2023).

Menurut asumsi peneliti dukungan keluarga pada kategori kurang mencerminkan minimnya keterlibatan anggota keluarga dalam membantu pasien hipertensi, baik dalam bentuk perhatian, motivasi, pemberian informasi, maupun bantuan langsung dalam menjalankan diet. Kondisi ini dapat menyebabkan pasien kurang memahami pentingnya pengelolaan penyakit serta tidak memiliki dorongan yang cukup untuk mematuhi anjuran diet. Selain itu, keterbatasan dukungan keluarga juga dapat menghambat pasien dalam memenuhi kebutuhan kesehatannya secara optimal, sehingga berpotensi menurun.

Asumsi peneliti sejalan dengan penelitian (Fridina et al., 2021) Rendahnya dukungan keluarga dapat disebabkan oleh berbagai faktor, antara lain kurangnya pengetahuan anggota keluarga mengenai kondisi kesehatan pasien serta peran yang seharusnya dilakukan, kesibukan dalam aktivitas sehari-hari yang membatasi waktu untuk memberikan perhatian, serta kondisi sosial ekonomi yang kurang mendukung. Selain itu, komunikasi yang tidak efektif dan hubungan keluarga yang kurang harmonis juga dapat mengurangi kepedulian terhadap pasien. Faktor budaya, kebiasaan yang telah terbentuk, serta tingkat pendidikan keluarga yang rendah turut memengaruhi cara pandang dan kemampuan keluarga dalam memberikan dukungan secara optimal. Hal ini juga sejalan dengan Teori Dukungan Sosial (Social Support Theory) yang dikemukakan oleh House, J. S Menurut teori ini, rendahnya dukungan keluarga dapat terjadi apabila terdapat keterbatasan dalam pengetahuan, waktu, sumber daya, maupun kualitas komunikasi dalam keluarga. Selain itu, faktor budaya, tingkat pendidikan, dan kondisi sosial ekonomi juga dapat memengaruhi bagaimana keluarga memberikan dukungan kepada anggota yang sakit.

Kepatuhan Diet

Berdasarkan hasil penelitian dari total 47 responden, sebagian besar berada pada kategori patuh, yaitu sebanyak 32 orang (68,1%), sedangkan 15 orang (31,9%) termasuk dalam kategori tidak patuh.

Menurut asumsi peneliti pada kategori kepatuhan diet yang patuh disebabkan oleh kesadaran dan pemahaman yang baik mengenai pentingnya pengelolaan penyakit, sehingga mampu menjalankan anjuran yang diberikan secara konsisten. Kepatuhan ini juga mencerminkan adanya motivasi internal yang kuat, sikap positif terhadap perawatan, serta kemampuan dalam mengontrol perilaku sehari-hari. Selain itu, kondisi ini dapat dipengaruhi oleh adanya dukungan dari lingkungan sekitar, akses terhadap informasi kesehatan, serta pengalaman pasien dalam mengelola penyakitnya, sehingga mendorong pasien untuk tetap disiplin dalam mengikuti anjuran yang telah ditetapkan.

Asumsi peneliti sejalan dengan penelitian (Sapitri, 2023) Kepatuhan seseorang dalam menjalankan anjuran kesehatan dipengaruhi oleh berbagai faktor internal, seperti efikasi diri, motivasi, serta perilaku hidup sehat yang dimiliki. Efikasi diri mencerminkan keyakinan individu terhadap kemampuannya dalam mengelola kondisi kesehatannya, sedangkan motivasi menjadi pendorong utama untuk mempertahankan perilaku yang mendukung kesehatan. Selain itu, penerapan perilaku hidup sehat secara konsisten juga menunjukkan adanya kesadaran dan komitmen dari dalam diri pasien. Kombinasi dari faktor-faktor tersebut menggambarkan adanya dorongan internal yang kuat, sehingga pasien lebih mampu untuk mematuhi anjuran yang diberikan dan mempertahankan perilaku tersebut dalam jangka panjang. Hal ini juga sejalan dengan Teori Self-Efficacy yang dikemukakan oleh Bandura menjelaskan bahwa keyakinan individu terhadap kemampuannya dalam melakukan suatu tindakan akan memengaruhi perilaku yang ditampilkan. Individu dengan efikasi diri yang tinggi cenderung memiliki motivasi yang kuat serta mampu mempertahankan perilaku hidup sehat secara konsisten. Dalam konteks kesehatan, hal ini menunjukkan bahwa kepatuhan pasien dipengaruhi oleh faktor internal seperti motivasi, keyakinan diri, dan kebiasaan hidup sehat yang terbentuk dalam diri individu (Khoirunissa et al., 2023).

Menurut asumsi peneliti pada kategori tidak patuh bahwa pasien belum memiliki pemahaman yang memadai mengenai pentingnya pengelolaan penyakit, sehingga cenderung mengabaikan atau tidak konsisten dalam mengikuti anjuran yang diberikan. Kondisi ini juga dapat mencerminkan rendahnya motivasi dan keyakinan diri dalam menjalankan perawatan, serta kurangnya kemampuan dalam mengontrol perilaku sehari-hari. Selain itu, pasien yang tidak patuh kemungkinan menghadapi hambatan baik dari dalam diri maupun dari lingkungan, seperti kurangnya dukungan, kebiasaan yang sulit diubah, atau keterbatasan dalam menerima informasi kesehatan.

Asumsi peneliti sejalan dengan penelitian (Mentari, 2024) Kepatuhan pasien dalam menjalani pengelolaan penyakit dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti tingkat pendidikan, pengetahuan, motivasi, ketersediaan akses layanan kesehatan, serta peran tenaga kesehatan. Apabila faktor-faktor tersebut berada pada tingkat yang rendah atau tidak optimal, maka pasien cenderung menunjukkan perilaku tidak patuh dalam menjalankan anjuran perawatan yang diberikan. Hal ini juga sejalan dengan teori Health Belief Model yang menjelaskan bahwa perilaku kepatuhan seseorang dipengaruhi oleh persepsi individu terhadap penyakit, manfaat tindakan, serta hambatan yang dihadapi. Faktor seperti tingkat pendidikan, pengetahuan, motivasi, akses pelayanan kesehatan, dan peran tenaga kesehatan berperan dalam membentuk persepsi dan perilaku pasien. Apabila faktor-faktor tersebut tidak optimal, maka akan menurunkan kepatuhan pasien dalam menjalankan pengelolaan penyakit (Rusmadi, 2021).

Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Diet

Hasil analisa bivariat mengenai hubungan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet, terlihat bahwa mayoritas responden yang memperoleh dukungan keluarga baik menunjukkan tingkat kepatuhan diet yang tinggi, yaitu sebanyak 24 orang (51,1%), dan tidak ditemukan responden yang tidak patuh. Pada kelompok dengan dukungan keluarga cukup, terdapat 8 orang (17,0%) yang patuh dan 4 orang (8,5%) yang tidak patuh. Sementara itu, seluruh responden dengan dukungan keluarga kurang, yaitu 11 orang (23,4%), tergolong tidak patuh dan tidak ada yang menunjukkan kepatuhan terhadap diet. Hasil analisis statistik menunjukkan nilai p value sebesar 0,000 ($p \leq 0,05$), yang mengindikasikan adanya hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga dan kepatuhan diet pada pasien hipertensi. Hal ini menunjukkan bahwa semakin baik dukungan keluarga yang diberikan, maka semakin tinggi pula tingkat kepatuhan diet pasien.

Menurut asumsi peneliti tingginya kepatuhan diet pada responden dengan dukungan keluarga yang baik adalah bahwa keterlibatan keluarga berperan penting dalam membentuk perilaku kesehatan pasien. Dukungan keluarga yang baik kemungkinan mencakup pemberian motivasi, pengawasan terhadap pola makan, penyediaan makanan yang sesuai dengan anjuran diet, serta pengingat secara konsisten. Kondisi ini membantu pasien lebih disiplin dalam menjalankan diet yang dianjurkan. Selain itu, dukungan emosional dari keluarga dapat meningkatkan semangat dan rasa tanggung jawab pasien terhadap kesehatannya, sehingga mengurangi kecenderungan untuk melanggar diet.

Asumsi peneliti sejalan dengan penelitian (Agustina, 2023) Pengelolaan diet pada pasien hipertensi membutuhkan komitmen yang kuat dan konsistensi dalam menjalankannya sehari-hari. Dalam hal ini, dukungan keluarga memiliki peran yang sangat penting, baik dalam memberikan motivasi, mengingatkan, maupun membantu menyediakan makanan yang sesuai dengan anjuran kesehatan. Keterlibatan keluarga juga dapat menciptakan lingkungan yang mendukung pola makan sehat, sehingga pasien lebih mudah untuk mempertahankan kepatuhan terhadap diet yang dianjurkan. Hal ini juga sejalan dengan Social Support Theory yang menjelaskan bahwa individu akan lebih mampu menjalankan perilaku kesehatan apabila mendapatkan dukungan dari lingkungan terdekat, terutama keluarga. Dukungan tersebut meliputi dukungan emosional (perhatian dan kasih sayang), dukungan instrumental (bantuan langsung seperti penyediaan makanan), dukungan informasional (pemberian saran atau edukasi), serta dukungan penghargaan (apresiasi terhadap usaha pasien) (Khafid et al., 2024).

Menurut asumsi peneliti bahwa rendahnya dukungan dari keluarga dapat menyebabkan pasien kurang termotivasi dan tidak memiliki pengawasan yang cukup dalam menjalankan diet hipertensi. Kurangnya perhatian, bimbingan, serta bantuan dalam menyediakan makanan sesuai anjuran membuat pasien lebih sulit untuk disiplin, sehingga berisiko tidak patuh terhadap diet yang dianjurkan. Selain itu, minimnya dukungan emosional juga dapat menurunkan kesadaran dan komitmen pasien dalam menjaga pola makan sehat.

Asumsi peneliti sejalan dengan penelitian (Fridina et al., 2021) Rendahnya dukungan keluarga dapat memberikan dampak yang signifikan terhadap keberhasilan pasien dalam menjalankan diet yang dianjurkan. Kurangnya perhatian, motivasi, serta bantuan dari anggota keluarga membuat pasien cenderung mengalami kesulitan dalam mempertahankan pola makan yang sesuai dengan aturan diet. Kondisi ini dapat mengurangi kedisiplinan dan komitmen pasien, sehingga berisiko menyebabkan ketidakpatuhan terhadap diet hipertensi yang seharusnya dijalankan secara konsisten. Hal ini juga sejalan dengan teori Health Belief Model (HBM) dukungan keluarga berperan sebagai penguat yang mendorong pasien untuk menjalankan diet sesuai anjuran. Ketika dukungan keluarga rendah, pasien cenderung tidak mendapatkan pengingat, motivasi, maupun arahan yang cukup, sehingga persepsi

pentingnya diet dapat menurun dan hambatan untuk mematuhi diet menjadi lebih dominan. Kondisi ini akhirnya dapat menyebabkan kegagalan pasien dalam menjalankan diet hipertensi secara konsisten (Andayani, 2025).

SIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara dukungan keluarga dengan kepatuhan diet pada pasien hipertensi lansia di Puskesmas Dulupi. Lansia yang mendapatkan dukungan keluarga yang baik baik dalam bentuk perhatian, motivasi, pengawasan, maupun bantuan dalam pemenuhan kebutuhan sehari-hari cenderung memiliki tingkat kepatuhan diet yang lebih tinggi. Sebaliknya, kurangnya dukungan keluarga dapat menjadi salah satu faktor yang berkontribusi terhadap rendahnya kepatuhan dalam menjalankan diet hipertensi. Oleh karena itu, peran keluarga sangat penting dalam membantu lansia mengelola penyakitnya, sehingga diharapkan tenaga kesehatan dapat melibatkan keluarga dalam setiap program edukasi dan intervensi guna meningkatkan keberhasilan pengelolaan hipertensi.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada pembimbing yang telah dengan sabar memberikan bimbingan, arahan, serta motivasi selama proses penyusunan penelitian ini, sehingga penelitian ini dapat diselesaikan dengan baik.

Penulis juga menyampaikan terima kasih kepada seluruh pihak Puskesmas Dulupi yang telah memberikan izin, kesempatan, serta dukungan selama proses penelitian berlangsung. Bantuan dan kerja sama yang diberikan sangat berarti dalam kelancaran pelaksanaan penelitian ini

REFERENSI

- Agustina. (2023). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Perilaku Diet Rendah Garam Pada Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Melintang.
- Andayani, S. A. (2025). Health Belief Model_ Determinants Of Hypertension Dietary And Medication_ A Structural Equation Modeling Analysis.
- Elsafrediniya, A. R. (2023). Profil Dan Tingkat Kepatuhan Pasien Geriatri Penderita Hipertensi Dalam Mengonsumsi Obat Dan Diet Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Air Tawar Kota Padang Bulan Oktober 2022.
- Febriyona, R. (2023). Penerapan Model Kemandirian Keluarga Dalam Merawat Lansia Dengan Hipertensi Melalui Pendekatan Teori Orem (Self-Care) Di Desa Mongolato Kecamatan Telaga.
- Fridina, W., Rangkuti, S., Rahayu, H., Hutapea, B., Pontianak, P. K., Hulu, S., Utara, P., & Pontianak, K. (2021). Dukungan Sosial Keluarga Berhubungan Dengan Kepatuhan Diet Pasien Hipertensi. 9(1), 171–178.
- Hikmawati. (2022). Tingkat Pengetahuan Mempengaruhi Kepatuhan Diet Hipertensi Pada Lansia Di Desa Waimital Kecamatan Kairatu Kabupaten Seram Bagian Barat.
- Khafid, M., Krisnawati, D. I., Hatmanti, N. M., Mukti, P., Winoto, P., Khafid, M., Ulama, U. N., Krisnawati, D. I., Ulama, U. N., Hatmanti, N. M., & Ulama, U. N. (2024). Hubungan Dukungan Keluarga Terhadap Kepatuhan Diet Hipertensi: Literatur Review. 13, 27–34.
- Khoirunissa, M., Nurani, I. A., Studi, P., Keperawatan, I., Kesehatan, F. I., Nasional, U., & Diri, K. P. (2023). Hubungan Self Efficacy Dengan Kepatuhan Perawatan Diri Pada. 7(1), 26–38.
- Krisnawati, R. (2025). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Diet Pada Lansia Dalam Pengendalian Hipertensi Di Puskesmas Kedungmundu.
- Kuba, S. R. (2021). Upaya Promotif Preventif Dan Pengendalian Hipertensi Oleh Puskesmas Tegalrejo Kota Salatiga. 8487(2), 208–222.
- Liawati, N. (2024). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Diet Hipertensi Pada Penderita Hipertensi Nunung. 16, 37–44.
- Megawani. (2022). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Diet Hipertensi Pada Lansia Di Puskesmas Harapan Kabupaten Jayapura. 161–166.
- Mentari, W. D. (2024). Faktor Determinan Kepatuhan Pasien Dalam Pengobatan Hipertensi.
- Rachmasari, N. (2025). Peran Hipertensi Sebagai Faktor Resiko Terjadinya Gagal Ginjal Kronik.
- Ruqiah. (2025). Hubungan Dukungan Keluarga Dalam Merawat Lansia Hipertensi Dengan Derajat

- Hipertensi Di Desa Tarai Bangun Wilayah Kerja Upt Puskesmas Tambang.
Rusmadi, N. (2021). Validitas Dan Reliabilitas Kuesioner Kepatuhan Pengobatan Pasien Lansia Dengan Hipertensi Berdasarkan Teori Health Belief Model.
Sapitri, A. R. (2023). Tingkat Kepatuhan Diet Dengan Derajat Hipertensi Pada Lansia.
Yulanda, N. A. (2021). Pemberdayaan Masyarakat Mengenai Kepatuhan Diet Dan Pengobatan Hipertensi.