

ORIGINAL ARTICLES

IDENTIFIKASI DUKUNGAN KELUARGA LANSIA DALAM KEPATUHAN DIET HIPERTENSI

1. Siti Aisyah, Program Studi D3 Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Nahdlatul Wathan Mataram
2. Kurniatun, Program Studi D3 Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Nahdlatul Wathan Mataram, Email :
3. Amila Rosna Mayani, Program Studi D3 Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Nahdlatul Wathan Mataram
Korespondensi : mutiaraaisyah@gmail.com

ABSTRAK

Hipertensi atau tekanan darah tinggi adalah satu penyakit dengan angka kejadian tertinggi di dunia. Salah satu faktor adalah kepatuhan diet terutama pada penderita dengan usia lansia. Dukungan dari keluarga sangat diperlukan untuk menambah rasa percaya diri atau motivasi untuk meningkatkan kepatuhan diet hipertensi. Rumusan masalah dalam penelitian ini bagaimana dukungan keluarga lansia dalam kepatuhan diet hipertensi. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui dukungan keluarga lansia dalam kepatuhan diet hipertensi. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif, populasi dari penelitian ini sebanyak 232 orang dan sampel sebanyak 23 orang. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah Simple Random Sampling. Hasil penelitian didapatkan bahwa dari 23 responden terdapat kategori cukup 14 responden (60,8%), kategori kurang 7 responden (30,4%), dan kategori baik 2 responden (8,69%). Berdasarkan dukungan keluarga lansia sebagian besar kategori cukup sebanyak 14 responden (60,8%). Di harapkan dukungan keluarga dalam meningkatkan kepatuhan diet terhadap lansia yang hipertensi agar tidak menyebabkan komplikasi yang lain

Kata Kunci : Dukungan keluarga, Kepatuhan diet, Hipertensi, Lansia

1. Pendahuluan

Hipertensi atau tekanan darah tinggi adalah satu penyakit dengan angka kejadian tertinggi di dunia. Satu dari 4 orang di dunia mengidap gangguan tekanan darah tinggi dengan total jumlah penderita lebih dari satu miliar. Seiring dengan penambahan usia, persentase kejadian tekanan darah tinggi pun meningkat (Yahya 2010). Penyakit ini dikategorikan sebagai “the silent disease” karena kebanyakan penderita tidak mengetahui dirinya menderita hipertensi (Shadine, 2010). Menurut data badan kesehatan World Health Organization (WHO) pada tahun 2013, hipertensi di derita oleh 1 milyar orang diseluruh dunia. Tahun 2025 di perkirakan akan meningkat menjadi 1,15 milyar orang (WHO, 2015).

Tingginya angka kejadian hipertensi bisa terjadi karenaberbagai faktor pemicu. Faktor pemicu hipertensi digolongkan menjadi 2 golongan yaitu faktor yang tidak dapat dikontrol seperti keturunan dan jenis kelamin, dan yang dapat di kontrol seperti kegemukan, gaya hidup, pola makan , aktifitas kebiasaan merokok, serta alkohol dan garam (Sianutri, 2013). Kepatuhan diet pada lansia dipengaruhi oleh dukungan keluarga misalnya pasien tidak mengetahui tentang diet rendah garam tetapi keluarga tidak mendampingi sehingga penderita tidak patuh dalam melakukan diet rendah garam. Diet merupakan salah satu metode pengendalian hipertensi secara alami jika di bandingkan dengan obat penurun tekanan darah yang dapat menimbulkan berbagai efek samping yang terjadi. Tujuan dari diet ini adalah untuk membantu menurunkan tekanan darah tinggi serta mampu menghilangkan penimbunan garam atau air dalam jaringan tubuh (Sustrani, 2015).

Dukungan dari keluarga sangat diperlukan untuk menambah rasa percaya diri ataumotivasi untuk meningkatkan kepatuhan diet hipertensi Keluarga dapat membantu dalam perawatan hipertensi dengan mengatur pola makan yang sehat, mengajak berolah raga, menemani dan meningkatkan pemeriksaan secara rutin dalam pemeriksaan tekanan darah (Susriyanti, 2014).

Berdasarkan data dan kronologis diatas penulis tertarik untuk melakukan penelitian mengenai Dukungan Keluarga Lansia Dalam Kepatuhan Diet Hipertensi Di Puskesmas Karang Taliwang.

2. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dukungan keluarga dalam kepatuhan diet hipertensi pada lansia di Puskesmas Karang Taliwang

3. Metode Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif, yang menggambarkan bagaimana bentuk dukungan keluarga lansia dalam diet hipertensi. Responden dalam penelitian ini adalah keluarga yang mempunyai lansia dengan hipertensi yang berjumlah 23 orang dan telah dipilih sesuai dengan kriteria inklusi yang dibutuhkan oleh peneliti.

4. Hasil Penelitian

a. Gambaran dukungan keluarga lansia Di Puskesmas Karang Taliwang

Tabel 1. Gambaran dukungan keluarga lansia Di Puskesmas Karang Taliwang

No	Dukungan Keluarga	Jumlah	Persentase
1	Baik	2	8,69%
2	Cukup	14	60,8%
3	Kurang	7	30,4%
Total		30	100%

Sumber : Data penelitian, 2019

Berdasarkan tabel diatas menggambarkan Dukungan Keluarga Lansia yang cukup sebanyak 14 Responden (60,8%), kurang sebanyak 7 Responden (30,4%), sedangkan baik sebanyak 2 Responden (8.69%).

5. Pembahasan

Hasil penelitian dukungan keluarga terhadap lansia sebagian besar adalah cukup, yaitu sebanyak 14 responden(60,8%). Penting untuk melihat dukungan keluarga pada lansia dengan hipertensi, mengingat kejadian hipertensi yang terjadi dalam jangka waktu lama dan terus menerus dapat memicu stroke, serangan jantung, dan merupakan penyebab utama gagal ginjal kronik. Penyakit jantung terbanyak di temukan pada kelompok umur 55-54 tahun berada di urutan ke dua (19,6%) dan mendapatkan bahwa sebesar 34,1% penduduk umur 18 tahun ke atas di Indonesia mengalami hipertensi (Riskesdes, 2018). Prevelensi penyakit tidak menular (PTM) seperti hipertensi, gagal ginjal kornik dan stroke berdasarkan hasil Riskesdes tahun 2018 meningkat dibandingkan tahun 2013 penyakit gagal ginjal kronik dari 2% menjadi 3, 8%, dan stroke 7% menjadi 10, 9%. Fenomena ini di sebabkan karena perubahan gaya hidup masyarakat secara global , seperti kebiasaan mengkonsumsi makanan siap saji membuat konsumsi sayuran dan serat berkurang, konsumsi makanan tinggi garam, lemak gula, sehingga berperan besar dalam meningkatkan angka kejadian hipertensi (Agrina. 2013).

Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian Listyowati(2006) dukungan keluarga sangat penting dalam tahap-tahap perawatan kesehatan, mulai dari tahap peningkatan kesehatan, pencegahan, pengobatan (Andarmoyo,2012) Hal ini sejalan pendapat Rifki (2010), keluarga dengan anggota keluarga yang menderita hipertensi sudah tentu memerlukan perawatan terhadap dampak- dampak penyakit hipertensi yang menimbulkan ketidakmampuan pemenuhan kebutuhan pada individu. Dukungan keluarga yang diharapkan adalah membantu dalam memberikan perawatan dan pengendalian kenaikan tekanan darah pasien dengan hipertensi. Pengaturan pola hidup sehat sangat penting pada lansia penderita hipertensi untuk mengurangi komplikasi.

6. Kesimpulan

Dari hasil penelitian terhadap Dukungan Keluarga Lansia Dalam Kepatuhan Diet Hipertensi Di Puskesmas Karang Taliwang dapat diambil kesimpulan dukungan keluarga lansia sebagian besar kategori cukup sebanyak 14 Responden (60,8%).

7. Saran

Dalam memberikan pelayanan kesehatan, petugas kesehatan diharapkan dapat meningkatkan kualitas pelayanan dengan memperbaiki metode, media ataupun cara penyampaian informasi yang akan diberikan kepada keluarga pasien dan pasien

mengenai penyakit hipertensi. Selain itu, perawat hendaknya melakukan pendekatan kepada keluarga pasien sehingga keluarga lebih mudah untuk memberikan informasi mengenai penyakitnya

Daftar Pustaka

- Agrini, Rini & Hairitama. (2011). Kepatuhan Lansia Penderita Hipertensi Dalam Diet Hipertensi vol 6 No 1: 51. ISSN 190-364x. Studi Ilmu Keperawatan Universitas Riau
- Andarmoyo, Sulisty. (2012). Keperawatan Keluarga Konsep Teori, Proses dan Praktik Keperawatan. Yogyakarta: Graha Ilmu
- Ari, S. Y. (2011). Cara Jitu Mengatasi Hipertensi. Yogyakarta: Cv Andy Offset.
- Bandiyah. (2009). Lanjut Usia Dan Keperawatan Gerontik. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Dinas Kesehatan Provinsi NTB. (2018). Jumlah Kasus 10 Metode Penelitian Kebidanan Dan Teknik Analisa Data Penyakit Terbanyak Di Puskesmas Se Provinsi NTB Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Hasil Riset Dasar 2013 Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia ; 2013
- Listoyowati. (2006). Hubungan Dukungan Keluarga dengan Pemantuan Sikap Hidup Sehat Lansia Mengalami Dimensi di Beberapa Panti Werdha Surabaya. Universitas Airlangga.
- Ningsih, D. S. (2011). Jurnal Keperawatan Identifikasi Derajat Hipertensi Pada Pasien Hipertensi Di Puskesmas Kota Mataram. Mataram: Program Studi S1 Ilmu Keperawatan Stikes Yarsi/Indonesia, Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Mataram Indonesia.
- Notoatmodjo, S. (2007). Kesehatan Masyarakat Ilmu Dan Seni. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nursalam, 2013. Metode Penelitian Ilmu Keperawatan Pendekatan Praktis, Edisi 3. Jakarta. Salemba Medika
- Profil Kesehatan provinsi NUSA TENGGARA BARAT, 2016
- Sari, D. R. (2017). Skripsi Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Diet Hipertensi Pada Keluarga Dengan Lansia. Jombang kabupaten jombang: Program Studi S1 Ilmu Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Insan Cendikia Medika
- Satosa. (2014). Sembuh Total Diabetes Dan Hipertensi dengan Ramuan Herbal. Jakarta: Pinang Merah.
- Susriyanti. (2014). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Perilaku Perawatan Hipertensi Pada Lansia. Gamping Sleman Yogyakarta: Stikes Aisyiyah Yogyakarta