

# HUBUNGAN DUKUNGAN KELUARGA DENGAN PERILAKU PENCEGAHAN KEKAMBUIHAN HIPERTENSI PADA LANSIA

Gita Febriani Pratiwi<sup>1</sup>, Bayhakki<sup>2</sup>, Ririn Muthia Zukhra<sup>3</sup>

Program Studi Keperawatan Fakultas Keperawatan  
Universitas Riau

Email: gitafebrianipratiwi2@gmail.com

## Abstract

*Hypertension is a degenerative disease with abnormal limits that many elderly people experience. Prevention of hypertension relapse in addition with anti-hypertension drugs and the application of a healthy lifestyle. Additionally, the elderly also need the support from their family. This research aims to determine the relationship between family support with prevention behavior hypertension relapse in elderly in Working Area Puskesmas Payung Sekaki. This research used descriptive correlational design with a cross sectional approach. The research sample of 71 respondents taken based on the inclusion criteria by using purposive sampling. The measuring instruments in this study used is a family support questionnaire that has been tested for validity and reliability and prevention behavior hypertension relapse questionnaire designed by Caroline. The analysis used univariate and bivariate using chi square test. The result of research showed that the elderly people have positive family support (50,7%) and bad behavior in prevention of hypertension relapse (50,7%). The result of chi square test shows that there is correlation between family support with hypertension relapse prevention behavior in elderly  $p$  value  $0,024 < 0,05$ . It is recommended that the family can increase positive support for the elderly with hypertension and the elderly are expected have good behavior in healthy life and the elderly have time to check blood pressure regularly to prevent recurrence of more severe hypertension.*

*Keywords: Elderly, Family Support, Hypertension, Prevention Behavior*

## PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan permasalahan utama dalam kesehatan di dunia, termasuk Indonesia. Faktor risiko terpenting dalam penyakit kardiovaskular dan ginjal adalah hipertensi. Sekitar 1 miliar orang dewasa menderita hipertensi dan prevalensinya terus meningkat (Naseem et al, 2017). Menurut *World Health Organization* (WHO) 2018, sebanyak 972 juta (26,4%) populasi penduduk di dunia memiliki penyakit hipertensi dan penyebab kematian di Indonesia tahun 2016, dari seluruh 1,7 juta kematian didapatkan sebesar 23,7% disebabkan karena hipertensi (Hariawan, 2020). Berdasarkan data yang diperoleh dari Dinas Kesehatan Kota Pekanbaru (2020), hipertensi masuk ke dalam lima besar kasus penyakit terbanyak di Kota Pekanbaru. Kasus hipertensi terbanyak terdapat dalam beberapa Puskesmas yang ada di Kota Pekanbaru yaitu Puskesmas Rejosari sebanyak 5.662 kasus hipertensi, Puskesmas Lima Puluh sebanyak 1.977 kasus hipertensi, Puskesmas RI Sidomulyo sebanyak 1.873 kasus hipertensi dan Puskesmas Payung Sekaki sebanyak 1.792 kasus hipertensi. Puskesmas Payung Sekaki memiliki populasi lansia terbanyak dengan jumlah 6.327 lansia.

Hipertensi sangat berkaitan dengan lansia karena hipertensi merupakan penyakit degeneratif, dimana semakin bertambahnya usia juga semakin besar tingkat risiko terserangnya hipertensi (Arif et al, 2019). Lansia cenderung menderita hipertensi dikarenakan terjadinya aterosklerosis, penurunan kemampuan kontraktilitas jantung, menurunnya efektivitas pembuluh darah perifer dalam oksigenasi, dan menurunnya elastisitas pembuluh darah. Berdasarkan hasil survei Badan Pusat Statistik Penduduk Lanjut Usia Indonesia (BPS) 2020, menunjukkan bahwa tingkat ketergantungan lansia meningkat tajam di tahun 2014 sebesar 15,54% dari 12,71% yang dimana orang dengan usia produktif 15-59 tahun setiap 100 orang harus menanggung 15 lansia.

Kekambuhan hipertensi tidak terkontrol merupakan suatu kondisi yang mana munculnya kembali tanda dan gejala serupa dengan sebelumnya yang menyebabkan penderita hipertensi harus dirawat kembali. Kekambuhan hipertensi tidak terkontrol akan terjadi kembali jika tanpa minum obat dalam satu tahun atau 3 kali dalam sebulan tekanan darahnya tinggi atau dikatakan  $\geq 3$  kali dalam waktu 6 bulan terakhir terjadi hipertensi yang

berulang. Menurut Kementerian Kesehatan (Kemenkes) 2019, prevalensi hipertensi terkontrol hanya 4% dan tidak terkontrol 56,4%. Penyebabnya karena lansia yang tidak mengikuti perilaku hidup yang sehat antara lain tidak kontrol secara teratur, tidak tepat dalam melakukan diet, tidur yang tidak teratur, kurang olahraga dan stres (Marliani & Tatan, 2013).

Pencegahan kekambuhan hipertensi yang dapat dilakukan yaitu modifikasi perilaku hidup sehat seperti mengonsumsi makanan yang seimbang dan bergizi dalam memenuhi nutrisi yang tinggi serat, rendah lemak, natrium yang rendah tidak lebih dari 6 gr natrium per hari, rajin olahraga, tidak merokok, tidak minum alkohol dan mengurangi stres (Fernalia, 2019). Upaya pencegahan kekambuhan hipertensi disebabkan beberapa faktor yaitu terbatasnya sarana dan prasarana, terbatasnya akses informasi, kurangnya dukungan dari anggota keluarga, tetangga bahkan petugas kesehatan, serta kurangnya pengetahuan (Kurniati et al, 2012).

Kesadaran dan pengetahuan masyarakat Indonesia masih sangat rendah tentang hipertensi, sehingga diperlukan dukungan oleh keluarga. Orang yang paling dekat dengan lansia dan terlibat langsung dalam mengambil keputusan dan menjadi kunci utama bagi kesehatan adalah keluarga. Dukungan keluarga merupakan sikap, perilaku dalam merawat keluarga baik dalam bentuk penilaian, instrumental, informasi, serta dukungan emosional (Friedman, 2013). Dukungan keluarga dapat diperoleh dari orang tua, suami, anak, istri, saudara dekat atau yang lainnya yang tinggal serumah.

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan peneliti terhadap 10 lansia hipertensi, dukungan keluarga yang diperoleh yaitu 6 lansia mengatakan keluarga jarang meluangkan waktu untuk menemani lansia kontrol kesehatan dikarenakan sibuk bekerja, menu makanan yang dihidangkan memakai penyedap rasa dan tidak dipisahkan antara makanan lansia dengan anggota keluarga lainnya, keluarga tidak memberitahu informasi terkait penting untuk kontrol hipertensi, 4 lansia mengatakan keluarga menemani lansia untuk memeriksa kesehatan, keluarga memberi perhatian dan pujian selesai berobat, keluarga

mengingat waktu minum obat, keluarga memberi informasi penting untuk kontrol hipertensi.

Upaya pencegahan yang biasa dilakukan lansia hipertensi yaitu didapatkan 6 lansia mengatakan lansia membuat minuman rebusan daun salam, jus mentimun dan minum obat yang diberikan dokter, lansia masih suka makan makanan yang bersantan, ikan asin serta mengandung garam, 4 lansia mengatakan lansia hanya minum obat, lansia sudah mengurangi makan garam hanya makan makanan sayur bening. Berdasarkan latar belakang diatas, maka peneliti tertarik untuk meneliti tentang hubungan dukungan keluarga dengan perilaku pencegahan kekambuhan hipertensi pada lansia.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran karakteristik dan hubungan dukungan keluarga dengan perilaku pencegahan kekambuhan hipertensi pada lansia.

## METODE

Penelitian ini dilaksanakan di Wilayah Kerja Puskesmas Payung Sekaki yang dimulai dari bulan Februari sampai Juli 2021. Penelitian ini menggunakan desain deskriptif korelasi dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah lansia yang menderita hipertensi. Sampel diperoleh sebanyak 71 orang dengan teknik *purposive sampling* dengan kriteria inklusi yaitu lansia yang menderita hipertensi, lansia berusia 60-74 tahun, lansia yang tinggal bersama dengan keluarga (suami, istri, anak, menantu, cucu) dan bersedia menjadi responden.

Alat pengumpulan data yang digunakan pada penelitian ini adalah kuesioner tentang dukungan keluarga dan perilaku pencegahan kekambuhan hipertensi pada lansia. Analisa data yang digunakan adalah analisa univariat dan analisa bivariat. Analisa univariat digunakan untuk menggambarkan distribusi frekuensi responden berdasarkan umur, jenis kelamin, pendidikan, pekerjaan, lama menderita hipertensi dan tinggal bersama dengan keluarga. Analisa bivariat digunakan untuk mengetahui hubungan dukungan keluarga dengan perilaku pencegahan kekambuhan hipertensi pada lansia. Uji yang digunakan adalah uji *Chi Square*. Penelitian ini sudah mendapatkan ethical clearance dari

Komite Etik Penelitian Keperawatan dan Kesehatan Fakultas Keperawatan Universitas Riau.

## HASIL

### A. Analisa Univariat

#### 1. Karakteristik responden

Tabel 1

*Distribusi Karakteristik Responden*

Umur lansia	Jumlah	Persentase (%)
60	17	23,9
61	3	4,2
62	4	5,6
63	7	9,9
64	3	4,2
65	3	4,2
66	3	4,2
67	3	4,2
68	4	5,6
69	2	2,8
70	2	2,8
71	5	7,0
72	1	1,4
73	6	8,5
74	8	11,3
Jenis Kelamin		
Laki-laki	35	49,3
Perempuan	36	50,7
Pendidikan		
SD	28	39,4
SMP	19	26,8
SMA	19	26,8
PT	5	7,0
Pekerjaan		
Tidak bekerja/pensiunan	17	23,9
IRT	26	36,6
Wiraswasta	21	29,6
PNS	5	7,0
Lain-lain	2	2,8
Lama menderita hipertensi		
<5 tahun	45	63,4
≥5 tahun	26	36,6
Tinggal bersama keluarga		
Suami	3	4,2
Istri	5	5,6
Anak	36	50,7
Cucu	3	4,2
Anak, menantu, cucu	24	33,8
Total	71	100

Tabel 1 ini menunjukkan bahwa dari 71 responden, paling banyak berumur 60 tahun sebanyak 17 orang (23,9%), berjenis kelamin perempuan sebanyak 36 orang (50,7%), berpendidikan SD sebanyak 28 orang (39,4%), bekerja sebagai Ibu Rumah Tangga (IRT)

sebanyak 26 orang (36,6%), lama menderita hipertensi <5 tahun sebanyak 45 (63,4%), dan tinggal bersama dengan anak sebanyak 36 orang (50,7%).

Tabel 2

*Distribusi Frekuensi Berdasarkan Dukungan Keluarga*

Dukungan Keluarga	Jumlah	Persentase (%)
Positif	36	50,7
Negatif	35	49,3
Total	71	100

Tabel 2 menunjukkan bahwa jumlah terbanyak responden memiliki dukungan keluarga positif dengan jumlah 36 orang (50,7%).

Tabel 3

*Distribusi Frekuensi Berdasarkan Komponen Dukungan Keluarga*

Komponen	Jumlah	Persentase (%)
Dukungan Emosional		
Positif	43	60,6
Negatif	28	39,4
Dukungan Penghargaan		
Positif	37	52,1
Negatif	34	47,9
Dukungan Instrumental		
Positif	39	54,9
Negatif	32	45,1
Dukungan Informasi		
Positif	44	62,0
Negatif	27	38,0
Total	71	100

Tabel 3 menunjukkan bahwa jumlah terbanyak responden memiliki dukungan informasi positif dengan jumlah 44 orang (62,0%).

Tabel 4

*Distribusi Frekuensi Berdasarkan Perilaku*

Perilaku	Jumlah	Persentase (%)
Baik	35	49,3
Kurang baik	36	50,7
Total	71	100

Tabel 4 menunjukkan bahwa pling banyak responden memiliki erilaku kurang baik dengan jumlah 36 orang (50,7%).

## 2. Analisa Bivariat

Tabel 5

*Hubungan dukungan keluarga dengan perilaku pencegahan kekambuhan hipertensi pada lansia*

Dukungan Keluarga	Perilaku						P value
	Baik		Kurang Baik		Total		
	N	%	n	%	n	%	
Positif	23	63,9	13	36,1	36	100	0,024
Negatif	12	34,3	23	65,7	35	100	
Total	35	49,3	36	50,7	71	100	

Tabel 5 menunjukkan bahwa hasil analisa menggunakan *chi square* menunjukkan *p value* sebesar 0,024 dimana *p value* < 0,05 yang berarti  $H_0$  ditolak maka dapat disimpulkan ada hubungan antara dukungan keluarga dengan perilaku pencegahan kekambuhan hipertensi pada lansia.

## PEMBAHASAN

### 1. Analisa Univariat

#### a. Umur

Hasil penelitian yang telah dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Payung Sekaki berdasarkan karakteristik umur menunjukkan bahwa dari 71 responden didapatkan jumlah terbanyak berumur 60 tahun sebesar 17 orang (23,9%). Sejalan dengan penelitian Hamzah (2021), menunjukkan bahwa distribusi tertinggi karakteristik berdasarkan umur adalah berumur 60-74 tahun berjumlah 26 orang (83,9%).

Menurut penelitian Afriza (2020), hipertensi meningkat seiring bertambahnya umur dikarenakan adanya zat kolagen yang menumpuk pada lapisan otot yang menebalkan dinding arteri, sehingga menyebabkan penurunan elastisitas pembuluh darah dan menjadi kaku. Salah satu caranya dengan mengontrol pola makan dan tekanan darah, jika tidak diimbangi dengan gaya hidup yang tidak sehat, darah akan meningkat dan menimbulkan berbagai penyakit kardiovaskular.

#### b. Jenis kelamin

Hasil penelitian yang telah dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Payung Sekaki, berdasarkan karakteristik jenis kelamin dari 71

responden didapatkan jumlah terbanyak berjenis kelamin perempuan sebesar 36 orang (50,7%). Sejalan dengan penelitian Agustono (2018), didapatkan jumlah perempuan hipertensi lebih banyak dibandingkan laki-laki sebesar 47 orang (55,3%). Kondisi ini dipengaruhi oleh hormon.

Menurut Novitaningtyas (2014), menyatakan bahwa rata-rata wanita yang sudah memasuki masa menopause rentan memiliki peningkatan hipertensi. Pada saat sebelum menopause, kadar High Density Lipoprotein (HDL) dalam tubuh perempuan mengalami peningkatan, dimana hal itu disebabkan oleh hormon estrogen. Hormon tersebut akan mengalami penurunan kemampuan dalam memproduksi HDL seiring bertambahnya usia, sehingga beresiko terjadinya aterosklerosis dimana Low Density Lipoprotein (LDL) mengalami peningkatan.

#### c. Pendidikan

Hasil penelitian yang telah dilakukan didapatkan hasil dari 71 responden jumlah terbanyak yaitu berpendidikan SD sebesar 28 orang (39,4%). Sejalan dengan penelitian Anwar dan Masnina (2019), mayoritas berpendidikan SD sebanyak 35 responden (42,2%). Menurut Zaenurrohman dan Rachmayanti (2017), pendidikan mempengaruhi daya serap setiap orang mengenai informasi. Semakin tinggi tingkat pendidikannya, maka semakin mudah masyarakat menyerap informasi.

Dalam penelitian ini, pendidikan menghambat lansia untuk memperoleh pengetahuan, dikarenakan ditemukannya mayoritas lansia berpendidikan SD. Pengetahuan kesehatan dapat diperoleh bukan hanya dari pendidikan formal saja tetapi dari berbagai jalur. Semakin tinggi tingkat pendidikannya maka semakin luas pengetahuannya dan semakin mudah untuk memperoleh informasi kesehatan yang diberikan oleh tenaga kesehatan terutama untuk mencegah terulangnya hipertensi.

#### d. Pekerjaan

Hasil penelitian yang telah dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Payung Sekaki, berdasarkan karakteristik pekerjaan didapatkan bahwa dari 71 responden dengan jumlah terbanyak yaitu Ibu Rumah Tangga (IRT)

sebesar 26 orang (36,6%). Menurut penelitian Yulita (2019), mayoritas pekerjaan pasien hipertensi sebagai Ibu Rumah Tangga (IRT) sebesar 48 responden (49,5%). Hasil ini mungkin karena mayoritas pasien hipertensi yang mengunjungi Puskesmas adalah perempuan, sehingga hal ini dapat mengarah pada temuan penelitian bahwa mayoritas responden bekerja sebagai Ibu Rumah Tangga (IRT).

Menurut Azmi (2018), karena begitu banyak tugas yang harus dilakukan sebagai ibu rumah tangga itulah yang membuat ibu rumah tangga tertekan dan stres. Stres akan mempengaruhi aktivitas saraf simpatis yang menyebabkan tekanan darah meningkat. Peningkatan tekanan darah disebabkan karena stres atau ketegangan jiwa yang ditandai dengan rasa marah, dendam, tertekan, bingung, cemas dan rasa berdebar-debar akan merangsang kelenjar adrenal untuk melepaskan hormon adrenalin dan akan merangsang detak jantung lebih cepat dan kuat (Hermawan, 2014).

#### **e. Lama menderita hipertensi**

Hasil penelitian yang telah dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Payung Sekaki berdasarkan karakteristik lama menderita hipertensi menunjukkan bahwa dari 71 responden didapatkan mayoritas responden lama menderita hipertensi <5 tahun sebanyak 45 orang (63,4%). Penelitian ini didukung oleh penelitian Noorhidayah (2016), menunjukkan sebagian besar lama menderita hipertensi <5 tahun sebanyak 68 orang (65,4%).

Hasil penelitian ini ditemukan lansia yang menderita hipertensi kurang 5 tahun lebih patuh mengenai pengobatan hipertensi dibandingkan lansia hipertensi yang telah menderita lebih dari 5 tahun, hal ini disebabkan lansia yang mengalami hipertensi kurang 5 tahun seringkali lebih mengkhawatirkan kondisinya sehingga menimbulkan motivasi atau kemauan untuk mengontrol tekanan darahnya yang lebih besar. Dibandingkan lansia yang telah menderita hipertensi lebih dari 5 tahun cenderung mempunyai kepatuhan terhadap pengobatan hipertensi yang lebih buruk dikarenakan lebih banyak pengalaman pasien yang tidak sesuai harapan mengenai pengobatan sehingga pasien cenderung pasrah

atau bosan dan tidak mentaati proses pengobatan. Lebih banyak responden yang menderita hipertensi mendekati lanjut usia atau setelah lansia yang disebabkan karena usia lebih dari 60 tahun dimana terjadi masa peralihan dari dewasa akhir menuju masa tua, yang ditandai dengan terjadinya penurunan penglihatan, pendengaran, finansial serta kondisi fisik, sehingga timbul perasaan kurang dihargai dalam lingkungan keluarga dan sekitar lansia.

#### **f. Tinggal bersama keluarga**

Hasil penelitian yang telah dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Payung Sekaki berdasarkan karakteristik tinggal bersama keluarga menunjukkan bahwa dari 71 responden didapatkan jumlah terbanyak adalah tinggal bersama dengan anak sebanyak 36 orang (50,7%). Sejalan dengan penelitian Susanti et al (2019), menunjukkan bahwa mayoritas responden tinggal bersama dengan anak, menantu, cucu sebanyak 38 orang (70,4%).

Status keluarga merupakan faktor utama dalam dukungan keluarga. Kebanyakan anak kandung lebih banyak peduli dengan lansia dibandingkan suami, istri, menantu atau cucu. Meskipun sibuk bekerja dan tidak punya waktu luang untuk menemani orangtua, kasih sayang anak-anak masih relatif kuat. Namun, jika bisa mendapatkan dukungan dari anggota keluarga lain yang tinggal bersama seperti menantu dan cucu itu lebih baik lagi karena akan mendapat perhatian dan perawatan penuh dari keluarga. Kemudian, juga dapat dipengaruhi oleh budaya ketimuran yang masih menjunjung tinggi berbakti kepada orangtua.

#### **g. Dukungan keluarga**

Hasil penelitian yang telah dilakukan di wilayah Puskesmas Payung Sekaki terhadap 71 responden didapatkan hasil mayoritas responden memiliki dukungan keluarga positif dengan jumlah 36 orang (50,7%) dan dukungan keluarga terbanyak yang didapatkan responden yaitu dukungan informasi sebanyak 44 orang (62,0%). Menurut penelitian Widyaningrum (2019), mayoritas dukungan keluarga baik sebesar 62 lansia (45,3%). Dukungan keluarga merupakan penentu utama dalam pencegahan kekambuhan hipertensi

serta menjadi penentu pengobatan apa yang harus diikuti oleh penderita hipertensi. Ketika menghadapi masalah dalam anggota keluarganya maka dukungan keluarga sangat dibutuhkan karena membuat penderita hipertensi bertambah semangat dan motivasinya untuk berperilaku dengan gaya hidup sehat (Irnawati, 2016).

Dalam penelitian ini dukungan informasi menjadi dukungan tertinggi yang diberikan oleh keluarga, karena keluarga merupakan pengumpul dan penyebar informasi tentang permasalahan yang dihadapi. Sejalan dengan penelitian Herlinah et al (2013), dukungan yang paling berpengaruh dengan perilaku lansia dalam pengendalian hipertensi yaitu dukungan informasi. Secara fisiologis fungsi kognitif lansia menurun, mudah lupa dan lambat dalam menerima rangsangan. Sehingga, lansia perlu memperoleh informasi dari yang lainnya khususnya anggota keluarga dalam menambah wawasan tentang pengobatan kesehatan dan pencegahan kekambuhan hipertensi.

Hasil penelitian ini juga ditemukan dukungan negatif dalam jumlah besar yang disebabkan karena kondisi keluarga seperti anggota keluarga yang sibuk dengan pekerjaannya, masalah ekonomi, pekerjaan rumah, masalah di dalam anggota keluarga seperti anak, cucu dan sebagainya.

#### **h. Perilaku pencegahan kekambuhan hipertensi**

Hasil penelitian yang telah dilakukan di Puskesmas Payung Sekaki terhadap 71 responden, didapatkan mayoritas memiliki perilaku pencegahan yang kurang baik sebesar 36 responden (50,7%). Sejalan dengan penelitian Caroline (2018), menunjukkan bahwa responden mempunyai perilaku kurang baik sebesar 33 orang (56,9%).

Hasil penelitian ini menunjukkan mayoritas responden belum memiliki perilaku pencegahan kekambuhan hipertensi yang baik seperti kurangnya kemauan lansia untuk rutin melakukan pengukuran tekanan darah di fasilitas pelayanan kesehatan pada situasi pandemi Covid-19 ini, dikarenakan mereka takut untuk berobat ke fasilitas kesehatan karena takut tertular dan lansia yang memiliki komorbid risikonya lebih tinggi terkena Covid-19. Hal inilah yang membuat kurangnya

keinginan lansia memeriksa tekanan darahnya dan terjadi hipertensi tidak terkontrol, lansia masih memiliki kebiasaan-kebiasaan yang dapat mempengaruhi tekanan darah misalnya lansia masih makan yang tinggi garam, lemak yang tinggi dan olahraga yang tidak rutin.

#### **2. Analisa Bivariat**

Analisa bivariat bertujuan mengetahui hubungan antara dukungan keluarga dengan perilaku pencegahan kekambuhan hipertensi. Berdasarkan data yang diolah dengan uji chi square program statistik komputer menunjukkan hasil p value  $(0,024) < \alpha (0,05)$  maka hasil hipotesis penelitian ini adalah  $H_0$  ditolak, yang artinya terdapat hubungan dukungan keluarga dengan perilaku pencegahan kekambuhan hipertensi pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Payung Sekaki.

Menurut Widyaningrum (2019), hipertensi memerlukan pengobatan seumur hidup. Motivasi dan dukungan dalam menindaklanjuti perawatan hipertensi merupakan tantangan bagi lansia dan keluarganya. Dukungan keluarga sangat diperlukan untuk mencegah kekambuhan hipertensi, karena keluarga mempunyai pengaruh paling besar dalam memutuskan pengobatan apa yang akan diberikan pada lansia hipertensi berupa tenaga, dana dan waktu.

Sejalan dengan penelitian Sinaga (2015), didapatkan p-value 0,013 yang berarti ada hubungan yang bermakna antara dukungan keluarga dengan pencegahan hipertensi pada lansia. Menurut penelitian Angkawijaya (2016), sebagian responden menganggap hipertensi hanya dapat dicegah dan disembuhkan dengan mengonsumsi obat-obatan yang diberikan dengan resep dokter tanpa harus menerapkan perilaku hidup sehat. Tindakan untuk mencegah kekambuhan hipertensi sangat penting dilakukan bagi lansia karena lansia harus memperhatikan dan menghindari kebiasaan-kebiasaan yang dapat menyebabkan terjadinya tekanan darah tinggi seperti membatasi asupan garam dan lemak, menghindari untuk tidak merokok, minuman beralkohol dan stres. Keluarga yang dapat memberikan dukungan positif maka perilaku pencegahan kekambuhan hipertensi juga semakin baik, namun sebaliknya semakin

negatif dukungan keluarga yang diberikan maka perilaku pencegahan kekambuhan hipertensi juga semakin kurang baik.

## SIMPULAN

Hasil dari penelitian dan pembahasan mengenai dukungan keluarga dengan perilaku pencegahan kekambuhan hipertensi pada lansia yang melibatkan 71 responden didapatkan kesimpulan bahwa mayoritas responden berusia 60 tahun dengan jenis kelamin perempuan. Sebagian besar berpendidikan SD dan pekerjaannya sebagai IRT dengan lama menderita hipertensi <5 tahun serta mayoritas tinggal bersama dengan anak. Sebagian besar dukungan keluarga positif dan perilaku pencegahan kekambuhan hipertensi yang kurang baik.

Hasil penelitian ini menjawab rumusan masalah peneliti dengan menunjukkan bahwa terdapat hubungan dukungan keluarga dengan perilaku pencegahan kekambuhan hipertensi pada lansia. Hasil penelitian ini juga ditemukan bahwa dukungan keluarga mempengaruhi perilaku pencegahan kekambuhan hipertensi, semakin tinggi dukungan keluarga maka semakin baik perilaku pencegahan kekambuhan hipertensi, sehingga dapat membantu lansia untuk meningkatkan gaya hidup yang lebih sehat dan dapat meluangkan waktunya untuk memeriksa tekanan darahnya secara teratur.

## SARAN

### 1. Bagi Puskesmas

Hasil penelitian dapat menjadi bahan masukan untuk puskesmas dalam rangka meningkatkan kinerja pelayanan puskesmas dalam upaya promotif dan preventif. Pihak puskesmas sebaiknya terjun langsung ke masyarakat melalui posyandu lansia dan kunjungan rumah untuk memberikan pendidikan kesehatan terkait pencegahan kekambuhan hipertensi pada lansia sehingga lansia dapat mengubah perilaku pencegahan kekambuhan hipertensi yang kurang baik menjadi baik.

### 2. Bagi Masyarakat

Hasil penelitian ini diharapkan lansia yang menderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Payung Sekaki lebih memahami bagaimana perilaku yang baik untuk melakukan pencegahan kekambuhan

hipertensi. Lansia juga diharapkan dapat meluangkan waktunya untuk memeriksa tekanan darah mereka secara teratur untuk mencegah terulangnya hipertensi yang lebih parah.

### 3. Bagi Penelitian Selanjutnya

Bagi penelitian selanjutnya, hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan referensi yang lain terkait bagaimana perilaku yang harus dilakukan dalam mencegah kekambuhan hipertensi dan hendaknya peneliti selanjutnya dapat menambahkan sampel penelitian lebih banyak lagi dan menggunakan variabel yang belum diteliti seperti peran petugas kesehatan dalam upaya pencegahan kekambuhan hipertensi.

## UCAPAN TERIMAKASIH

Terima kasih kepada pembimbing yang telah memberikan saran dan bimbingan mulai dari pembuatan proposal hingga hasil. Terimakasih kepada penguji yang telah memberikan kritik dan saran demi kesempurnaan skripsi ini. Terimakasih kepada Kepala Puskesmas Payung Sekaki dan seluruh responden. Terimakasih untuk keluarga tercinta dan teman satu angkatan FKp A2017.

---

<sup>1</sup>**Gita Febriani Pratiwi:** Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Riau, Indonesia

<sup>2</sup>**Ns. Bayhakki, M.Kep., Sp.KMB., PhD:** Dosen Bidang Keilmuan Keperawatan Medikal-Bedah Fakultas Keperawatan Universitas Riau, Indonesia

<sup>3</sup>**Ns. Ririn Muthia Zukhra, S.Kep., M.Kep:** Dosen Bidang Keilmuan Keperawatan Jiwa Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Riau, Indonesia

---

## DAFTAR PUSTAKA

- Afriza, D. (2020). Hubungan Aktivitas Fisik dengan Tekanan Darah pada Lansia yang Menderita Hipertensi. *Jurnal Online Mahasiswa (JOM) Bidang Ilmu Keperawatan*, 7(1), 36-43.
- Agustono, Zulfitri, R., & Agrina. (2018). Hubungan Kondisi Psikososial Lansia Hipertensi Dengan Kejadian Insomnia. *Jurnal Online Mahasiswa (JOM) Bidang Ilmu Keperawatan*, 5(2), 51-61.
- Angkawijaya, A. A. (2016). Hubungan Tingkat Pengetahuan Hipertensi di Desa

- Motoboi Kecil Kecamatan Kotamobagu Selatan. *Jurnal Kedokteran Komunitas dan Tropik*, 4(1).
- Anwar, K., & Masnina, R. (2019). Hubungan Kepatuhan Minum Obat Antihipertensi dengan Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Air Putih Samarinda. *Borneo Student Research (BSR)*, 1(1), 494-501.
- Arif, M., Amalia, E., Sesrianty, V., & Moidaliza, M. (2019). Pemberian Intervensi Teknik Relaksasi Autogenik Pada Pasien Hipertensi di Kecamatan Guguk Kabupaten Lima Puluh Kota. *Jurnal Abdimas Kesehatan Perintis*, 1(1), 35-39.
- Azmi, N., Karim, D., & Nauli, F. A. (2018). Gambaran Kualitas Hidup Lansia dengan Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Sidomulyo Kecamatan Tampan Pekanbaru. *Jurnal Online Mahasiswa (JOM) Bidang Ilmu Keperawatan*, 5(2), 439-448.
- Badan Pusat Statistik (BPS). (2020). *Statistik Penduduk Lanjut Usia 2020*. Jakarta: Badan Pusat Statistik
- Caroline, S. (2018). Hubungan Pengetahuan Tentang Hipertensi dengan Perilaku Pencegahan Kekambuhan Hipertensi pada Lansia. *Naskah Publikasi Jurnal Keperawatan Universitas Riau*, 5(2), 251-258
- Dinas Kesehatan Kota Pekanbaru. (2020). *Data penemuan penyakit hipertensi*. (Tidak dipublikasikan). Pekanbaru: Dinas Kesehatan Kota Pekanbaru
- Fernalia, Busjra, W. Jumaiah. (2019). Efektivitas Metode Edukasi Audiovisual Terhadap Self Management pada Pasien Hipertensi. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 3, 221-233.
- Friedman, M. M. (2013). *Buku Ajar Keperawatan Keluarga: Riset, teori, praktik*. Jakarta: EGC
- Hamzah, Akbar, H., Langingi, A. R. C., & Hamzah, S. R. (2021). Analisis Hubungan Pola Makan dengan Kejadian Hipertensi pada Lansia. *Journal Health and Science Community*, 5(1).
- Hariawan, H., & Tatisina, C. M. (2020). Pelaksanaan Pemberdayaan Keluarga dan Senam Hipertensi sebagai Upaya Manajemen Diri Penderita Hipertensi. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Sasambo*. 1(2), 75-79
- Herlinah, L., Wiarsih, W., & Rekawati, E. (2013). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Perilaku Lansia Dalam Pengendalian Hipertensi. *Jurnal Keperawatan Komunitas*, 1(2), 104172.
- Hermawan, F. (2014). *Hubungan Tingkat Stres Dengan Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi di Gamping Sleman Yogyakarta*. Naskah Publikasi. 5(10), 11-13.
- Irnowati, N. M., Siagian, I. E. T., & Ottay, R. I. (2016). Pengaruh Dukungan Keluarga Terhadap Kepatuhan Minum Obat pada Penderita Tuberkulosis di Puskesmas Motoboi Kecil Kota Kotamobagu. *Jurnal Kedokteran Komunitas dan Tropik*, 4(1).
- Kurniati, D. P. Y., Inayah, G., & Samaria, K. (2012). Perilaku Berolahraga dalam Upaya Pencegahan Hipertensi pada Wanita Usia Produktif di Pancoran Mas, Depok Jawa Barat. *Archive of Community Health (Arc. Com. Health)*, 109-119.
- Marliani, L., & Tantan, HS. (2013). *100 Question & answer hypertension*. Jakarta: Elex Media Komputindo
- Naseem, R., et al. (2017). Prevalence and Characteristic of Resistant Hypertensive Patients in an Asian Population. *Indian Heart Journal*, 69(4), 442-446.
- Noorhidayah, S. (2016). Hubungan Kepatuhan Minum Obat Antihipertensi terhadap Tekanan Darah Pasien Hipertensi di Desa Salamrejo. *Universitas Muhammadiyah Yogyakarta*, 1-19.
- Novitaningtyas, T. (2014). Hubungan Karakteristik Umur, Jenis Kelamin, Tingkat Pendidikan dan Aktivitas Fisik dengan Tekanan Darah pada Lansia di Kelurahan Makamhaji Kecamatan Kartasura Kabupaten Sukoharjo. [https://eprints.ums.ac.id/29084/9/02.-\\_Naskah\\_Publikasi.pdf](https://eprints.ums.ac.id/29084/9/02.-_Naskah_Publikasi.pdf)
- P2PTM Kemenkes RI. (2019). Hari Hipertensi Dunia 2019: “Know Your Number, Kendalikan Tekanan Darahmu dengan CERDIK.”. Diperoleh tanggal 3 Maret 2021. <http://p2ptm.kemkes.go.id/kegiatan-p2ptm/dki-jakarta/harihipertensi-dunia-2019-know-your-number-kendalikan-tekanandarhmu-dengan-cerdik>

- Sinaga A. (2015). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Pencegahan Hipertensi Pada Lansia di Desa Sukamaju Wilayah UPTD Cikalog Kecamatan Cimaung. *Jurnal Stikes Santo Barromeus*. 1(2), 39-46.
- Susanti, A. dwi, Sajidin, M., & Hidayat, R. N. (2019). Hubungan Peran Keluarga dengan Motivasi Lansia dalam Pencegahan Kekambuhan Hipertensi di Dusun Lontar Desa Kebondalem Kecamatan Mojosari Kabupaten Mojokerto. *Stikes Bina Sehat PPNI Mojokerto*, 1, 1-9.
- Widyaningrum, D., Retnaningsih, D., & Tamrin, T. (2019). Hubungan Dukungan Keluarga dengan Kepatuhan Minum Obat pada Lansia Penderita Hipertensi. *Jurnal Ilmu Keperawatan Komunitas*, 2(2), 21.
- WHO. (2018). *Global health estimates 2016: Death by cause, age, sex, by country and by region, 2000-2016*. Geneva: World Health Organization
- Yulita, Zulfitri, R., & Deli, H. (2019). Hubungan gaya hidup dan riwayat control dengan derajat hipertensi pada lansia. *JOM FKp Vol. 6 No.1 (Januari-Juni) 2019*
- Zaenurrohmah, D. H., & Rachmayanti, R. D. (2017). Relationship Between Knowledge and Hypertension History with Blood Pressure Control in Elderly. *Jurnal Berkala Epidemiologi*, 5(2), 174. <https://doi.org/10.20473/jbe.v5i22017.174-184>