



Literature Review: Pengaruh Support Keluarga Terhadap Manajemen Perawatan Diri Lansia Hipertensi

Cholifatun Nisa Aini^a, Ns.Wiwik Agustina, S.Kep., M.Biomed^a, Dian Samtyaningsih, SST., M.Kes^a

^aSTIKes Maharani, Malang, Indonesia
Email korespondensi: phj@gmail.com

Abstract

Introduction: Hypertension is one of the reasons for death that requires treatment since it can expand the gamble of heart, cerebrum, kidney and different sicknesses. Hypertension is the main source of sudden passing around the world. Hypertension in its administration requires constant consideration. This study means to decide the impact of family support on taking care of oneself administration of old with hypertension. **Methods:** This study utilized a writing concentrate on plan and these articles are gathered utilizing web search tools like PubMed, ProQuest and Scholar. The models for articles utilized are those distributed in 2016-2021. The examination in this exploration is Synthesized utilizing the story strategy. **Result:** The consequence of this study demonstrated that family support is a significant consider the course of treatment and avoidance, because it is very influential in managing self-care for elderly with hypertension. **Discussion:** Family can be a warning if the elderly do not apply hypertension diet, give praise if they adhere to the dietary patterns, gives data on the suggested food, and changing food so as not to exhausted with the eating regimen that is being lived. In this study it very well may be reasoned that family support affects the execution of taking care of oneself administration in the older with hypertension. In the administration of hypertension, it is normal to include the family in its exercises in order to work with consistence in the administration of hypertension.

Keywords: Family support, Self-Care Management, Hypertension elderly

Abstrak

Latar belakang: Hipertensi merupakan salah satu penyebab kematian yang perlu penanganan serius karena dapat menyebabkan meningkatnya risiko penyakit jantung, otak, ginjal serta penyakit lain, hipertensi menjadi dampak kematian dini di dunia. Hipertensi dalam penanganannya memerlukan perawatan berkelanjutan. Penelitian ini bertujuan guna mengkaji dampak support keluarga terhadap manajemen perawatan diri lansia hipertensi. Metode yang digunakan yakni *Literature Review* melalui mencari jurnal memakai database *PubMed*, *ProQuest* serta *Scholar*. Kriteria artikel yang dipakai yakni yang terbit pada tahun 2016-2021. Analisis dalam penelitian disintesis memakai metode naratif. Hasil penelitian menegaskan kalau support keluarga yakni factor penting dalam proses pengobatan serta pencegahan penyakit, karena sangat berpengaruh dalam management perawatan diri lansia hipertensi. Pembahasan: Dukungan keluarga dapat berupa memberikan teguran jika lansia tidak menerapkan pola makan hipertensi, memberikan pujian jika telah menuruti pola diet, memberikan informasi tentang makanan yang dianjurkan, dan melakukan modifikasi makanan agar tidak bosan dengan diet yang dijalannya. Dalam penelitian ini dapat disimpulkan bahwa support keluarga berpengaruh dalam pelaksanaan manajemen perawatan



diri lansia hipertensi. Dalam Manajemen hipertensi diharapkan mengikutsertakan keluarga dalam kegiatannya sehingga dapat membantu kepatuhan dalam manajemen hipertensi.

Kata kunci: Support Keluarga, Manajemen perawatan diri, Lansia hipertensi

PENDAHULUAN

Hipertensi yakni jenis dampak atas kematian yang mana memerlukan penanganan dikarenakan bisa meningkatkan resiko penyakit jantung, otak besar, ginjal serta berbagai infeksi. Hipertensi yakni sumber utama kejadian tak terduga di seluruh dunia. Dengan 1 dari setiap 4 pria serta 1 dari 5 wanita di tahun 2015 diseluruh dunia. WHO (*World Health Organization*) menyebutkan bahwa hipertensi telah mencapai 22% dari total penduduk serta angka di Asia Tenggara sudah mencapai 36%. Selain itu, hipertensi pula menjadi penyebab 23,7 dari total 1,7 juta kematian di Indonesia pada tahun 2016 (Anitasari,2019)

Hipertensi yakni suatu kondisi di mana hipertensi seseorang sudah berkembang di atas titik batas normal yang bisa menyebabkan peningkatan kesuraman serta kematian. Hipertensi merupakan salah satu penyakit yang berhubungan erat hubungannya dengan lama, perih ini terjadi sebab perubahan fisiologis seperti reaksi resistensi berkurang, katup jantung menebal serta padat, kontraktilitas jantung berkurang, penurunan fleksibilitas vena, serta viabilitas vena pinggiran guna oksigenasi. Perkembangan ini bisa menyebabkan perluasan penyumbatan pembuluh darah sehingga orang tua seringkali lebih rentan kepada hipertensi. Sampai saat ini, hipertensi masih yakni kondisi medis utama yang menjadi ujian guna bertahan. (Sumartini et al., 2019;Hariawan & Tatisina, 2020)

Dari informasi Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) yang dipimpin Kementerian Kesehatan tahun 2018, terjadi peningkatan kejadian hipertensi

dibandingkan dengan akibat RISKESDAS tahun 2013. Predominan hipertensi akibat RISKESDAS 2018 yakni 55,23% pada usia 55-64 tahun, 63,22% untuk usia 65-74 tahun, dengan akumulasi prevalensi hipertensi pada usia 18 tahun keatas ialah 34,1%, lebih tinggi dari hasil RISKESDAS 2013 yang mencapai laju dominan 25,8%. Hasil ini tergantung pada konsekuensi estimasi regangan sirkulasi pada individu Indonesia (Kemenkes RI, 2019; Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, 2019; Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, 2013; Hariawan & Tatisina, 2020).

Penyebab hipertensi belum diketahui secara pasti, namun gaya hidup mempengaruhi frekuensi terjadinya hipertensi, selain itu terdapat beberapa factor risiko yang mempengaruhi terjadinya hipertensi, yakni seperti usia, orientasi, kecenderungan merokok, serta cara hidup stasioner yang mendorong kekar. Mengurangi faktor pertaruhan ini menjadi alasan kesejahteraan buruh dalam memberikan mediasi. (Tirtasari & Kodim, 2019;(Hariawan and Tatisina, 2020). Dimana pada populasi lansia dengan peningkatan tekanan darah terkait dengan peningkatan risiko morbiditas kardivaskular dan kematian, jadi, pada tekanan darah sama yang mana risiko stroke, gagal jantung, penyakit jantung coroner, penyakit areteri perifer, penyakit ginjal kronis atau demensia akan terjadi beberapa kali lipat di atas pada lansia jika dibandingkan pada pasien hipertensi yang usianya lebih muda. Dalam beberapa tahun terakhir, ketidakpatuhan baik sebagian maupun total telah diakui sebagai masalah utama dalam penatalaksanaan hipertensi



jangka panjang pada semua kategori usia. (Hassanein, 2020).

Daziah & Rahayu (2020) Menyatakan hasil studi pendahuluan pada penelitian yang dilakukannya didapatkan manajemen perawatan diri yang dilakukan oleh penderita hipertensi yakni mereka mengatakan jarang memeriksakan kesehatannya, klien melakukan pemeriksaan jika kondisi kesehatannya dalam kondisi lemah. Klien tidak tabu oleh keluarganya guna makan serta minum apa yang disukai pasien, selain itu pasien pula hilang serta tidak pernah berolahraga, sebab keluarganya tidak mendukungnya. Pada peneilitian lain menyebutkan bahwa dari hasil wawancara singkat dengan responden, 8 dari 10 pasien hipertensi mengatakan mereka tidak setuju dengan obat, pola makan mereka tidak terkontrol, serta tekanan peredaran darah mereka tidak diperiksa. (Utami and Hudiyawati, 2020). Dalam Prevalensi manajemen perawatan diri pasien hipertensi di RS Khusus Universitas Jimma Ethiopia Barat Daya, terdapat 30,5% praktek perawatan diri dengan diet rendah garam, 44,9% aktivitas fisik, Penggunaan obat 61,9%, dan manajemen berat badan 56,9% yang mana hal tersebut tergolong rendah, sedangkan untuk praktik perawatan diri jenis penggunaan non alcohol dan non merokok tergolong baik. (Labata *et al.*, 2019)

Evaluasi kemampuan kognitif, penilaian rutin terhadap obat yang berpotensi tidak sesuai, dan proses deprescribing tampaknya menjadi tiga langkah tambahan baru untuk kepatuhan obat pada orang tua dengan demikian dapat memperbaiki manajemen global hipertensi. Dengan demikian penatalaksanaan hipertensi yang komprehensif membutuhkan modifikasi farmakologis dan gaya hidup. Pedoman hipertensi menyarankan perawatan diri seperti monitor tekanan darah, peningkatan aktivitas fisik, pengurangan asupan natrium makanan, pembatasan asupan

alcohol, dan pendekatan pola makan untuk menghentikan hipertensi. (Burnier, Polychronopoulou and Wuerzner, 2020)

Merawat diri sendiri bisa dipengaruhi oleh beberapa elemen, termasuk pendidikan kesejahteraan, kelangsungan hidup diri, inspirasi serta dukungan keluarga (Sabil, 2019). Dukungan keluarga sangat dibutuhkan oleh seorang pasien, sebab seseorang yang sedang dalam kondisi terpuruk tentunya membutuhkan perhatian dari keluarga. Pertimbangan keluarga bisa berupa kehangatan, pertimbangan serta dukungan guna menjaga diri sendiri perilaku yang dilakukan oleh keluarga.(Daziah and Rahayu, 2020)

Berdasarkan fenomena tersebut peneliti tertarik untuk melakukan *literature review* dengan menganalisis pengaruh support keluarga terhadap manajemen perawatan diri lansia hipertensi. Tujuan dalam penelitian ini yakni Menjelaskan pengaruh support keluarga dengan manajemen perawatan diri lansia hipertensi

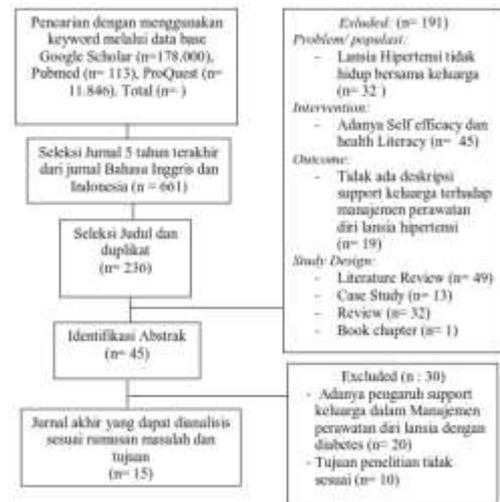
METODE

Rangkuman menyeluruh dengan bentuk *literature Review* terkait pengaruh support keluarga terhadap manajemen perawatan diri lansia dengan hipertensi. Pencarian literature dilakukan pada Januari-Maret 2020. Informasi yang dipakai dalam penelitian ini yakni informasi opsional yang diperoleh bukan dari persepsi langsung melainkan dari efek samping dari spesialis yang sudah diselesaikan oleh studi pemeriksaan sebelumnya. Sumber informasi opsional didapat selaku jurnal baik secara luas maupun universal dengan subjek yang sudah ditentukan sebelumnya. Cari tulisan di review memakai tiga kumpulan data, yakni Pubmed, ProQuest, Google Scholar.

Tabel 1. PICOS

| No | Kriteria | Penjelasan |
|----|----------|------------|
|----|----------|------------|

| | | |
|----|----------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1. | <i>Problem/ population</i> | Populasi atau masalah yang akan di analisis yakni lansia dengan hipertensi usia 60-74 tahun yang tinggal dengan keluarga maupun pasangan. |
| 2. | <i>Intervention</i> | Suatu tindakan penatalaksanaan yakni tindakan support keluarga terhadap manajemen perawatan diri lansia hipertensi |
| 3. | <i>Comparison</i> | Intervensi atau penatalaksanaan lain yang digunakan sebagai pembanding dalam penelitian ini tidak ada intervensi pembanding. |
| 4. | <i>Outcome</i> | Hasil atau luaran yang diperoleh pada studi terdahulu yakni adanya pengaruh support keluarga terhadap manajemen perawatan diri lansia hipertensi |
| 5. | <i>Study design</i> | Desain penelitian yang digunakan dalam artikel yang akan di review adalah penelitian Experiment, Kualitatif dan kuantitatif |



Gambar 1 hasil pencarian dan seleksi studi

HASIL

Mengingat konsekuensi dari pencarian tulisan melalui distribusi dalam tiga set data ialah Pubmed, ProQuest maupun Google Scholar dengan judul “Pengaruh Support keluarga Terhadap Manajemen Perawatan Diri Lansia Hipertensi” Peneliti mendapatkan jurnal 189.959 jurnal sesuai semboyan. Item query yang sudah diperoleh kemudian disaring dengan melihat perpanjangan waktu distribusi, yakni 5 tahun terakhir didapatkan 661 jurnal. Selain itu, disaring berdasarkan pertimbangan serta standar penolakan diperoleh 15 buku harian yang bisa diperiksa

Tabel 2. Karakteristik Responden

| | Kategori | n | % |
|---|--------------------------|-----------|-------------|
| A | Tahun Publikasi | | |
| | 2017 | 1 | 6,67% |
| | 2018 | 3 | 20% |
| | 2019 | 1 | 6,67% |
| | 2020 | 6 | 40% |
| | 2021 | 4 | 26,67% |
| | Total | 15 | 100% |
| B | Desain Penelitian | | |

| | | | |
|----------|----------------------------------------------------|-----------|-------------|
| | cross sectional | 8 | 53,33% |
| | Deskriptif | 6 | 40% |
| | Quasi eksperimen | 1 | 6,67% |
| | Total | 15 | 100% |
| C | Sampling Penelitian | | |
| | purposive sampling | 3 | 20% |
| | simple random sampling | 3 | 20% |
| | Systematic random sampling | 2 | 13,33% |
| | Total Sampling | 3 | 20% |
| | Multistage random sampling | 1 | 6,67% |
| | cluster sampling. | 1 | 6,67% |
| | stratified random sampling. | 1 | 6,67% |
| | Accidental Sampling | 1 | 6,67% |
| | Total | 15 | 100% |
| D | Intervensi Penelitian | | |
| | Support keluarga terhadap Manajemen perawatan diri | 15 | 100% |
| | Total | 15 | 100% |
| E | Analisis penelitian | | |
| | Spearman | 3 | 20% |
| | Chi Square tests | 8 | 53,33% |
| | analisis univariat. | 1 | 6,67% |
| | Central Tendency | 1 | 6,67% |
| | Analisis multivariate | 1 | 6,67% |
| | dependent t-test and independent t-test. | 1 | 6,67% |
| | Total | 15 | 100% |

sebagian besar dari penelitian 15 jurnal yang telah diperoleh oleh peneliti menunjukkan bahwa jurnal terbaru yang dipublikasikan pada tahun 2021 yaitu 26,67% atau sebanyak 4 jurnal, dengan sesain penelitian paling banyak yakni menggunakan cross secsional study yakni sebesar 53,33% atau sebanyak 8 jurnal, dan jenis sampel yang sering digunakan pada jurnal yaitu sama-sama mempunyai peresentase sebesar 20% atau 3 jurnal yakni purposive sampling, simple random sampling serta total sampling, serta

sebagian jurnal yang telah ditemukan oleh peneliti menggunakan analisis shi Square test yakni sebesar 53,33% atau 8 jurnal.

PEMBAHASAN

Support Keluarga

Berdasarkan analisis dari 15 jurnal yang telah didapatkan oleh peneliti, dukungan keluarga yaitu bantuan yang diberikan oleh kerabat kepada kerabat lainnya sehingga bisa memberikan penghiburan fisik serta mental kepada seseorang yang dihadapkan pada keadaan yang tidak menyenangkan. Dukungan keluarga yakni pertimbangan penting dalam pengobatan serta penghindaran penyakit, di mana keluarga berperan penting dalam mengamati serta mencegah komplikasi serta bisa menawarkan bantuan serta menentukan pilihan sehubungan dengan pertimbangan yang diperlukan oleh pasien, di mana dalam setiap kerabat bermain. bagian serta kewajiban mereka yang terpisah dan memiliki hubungan yang tidak terpisahkan. Tanggung jawab dan kebutuhan satu sama lain dalam keluarga menimbulkan kebutuhan timbal balik antara satu sama lain. Dimana hasil dari studi pendahuluan yang dilakukan oleh Daziah & Rahayu (2020) didapatkan bahwa manajemen perawatan diri yang dilakukan oleh penderita hipertensi yakni mereka mengatakan jarang memeriksakan kesehatannya, klien melakukan pemeriksaan jika kondisi kesehatannya dalam kondisi menurun saja. Klien tidak dilarang oleh keluarganya untuk makan dan minum yang pasien sukai, selain itu pasien juga kurang bahkan tidak pernah berolahraga, dikarenakan keluarganya tidak mensupport.

Pada peneelitian lain menyebutkan bahwa dari hasil wawancara singkat dengan responden didapatkan 8 dari 10 penderita hipertensi mengatakan tidak patuh dengan pengobatan, diet tidak terkontrol, serta tekanan darah tidak



terpantau, hasil observasi 9 dari 10 responden tersebut saat melakukan pemeriksaan di Puskesmas tidak didampingi oleh keluarga. (Utami and Hudiyawati, 2020).

Dalam Prevalensi manajemen perawatan diri pasien hipertensi di RS Khusus Universitas Jimma Ethiopia Barat Daya, terdapat 30,5% praktek perawatan diri dengan diet rendah garam, 44,9% aktivitas fisik, Penggunaan obat 61,9%, dan manajemen berat badan 56,9% yang mana hal tersebut tergolong rendah, sedangkan untuk praktik perawatan diri jenis penggunaan non alcohol dan non merokok tergolong baik. (Labata *et al.*, 2019).

Sehingga dapat ditarik kesimpulan bahwa Saat keluarga memberikan pertolongan kepada pasien, kondisi pasien hendak naik ke level selanjutnya. Bantuan yang diberikan oleh kerabat menunjukkan kecemasan mereka serta dengan kepedulian keluarga sehingga pasien hipertensi hendak terdorong guna menjalani pengobatan secara tepat serta akurat. Selain itu, dukungan keluarga pula yakni komponen penting dalam hasil dalam menjaga kekuatan setiap individu secara terus-menerus sehingga hubungan antara pasien serta keluarga yakni area kekuatan yang sangat besar. Keluarga yakni jaringan pendukung emosional utama bagi orang tua dalam menjaga kesejahteraan mereka. Tugas keluarga dalam memusatkan perhatian pada yang lama yakni guna mengikuti maupun merawat kesehatan yang lama, mengikuti serta bekerja pada status mental, mengharapkan perubahan finansial serta memberikan inspirasi serta bekerja dengan persyaratan yang mendalam guna yang lama. Dukungan keluarga hendak memberikan kekuatan serta membuat iklim memiliki tempat di antara kerabat guna mengatasi masalah perbaikan keluarga. Keluarga memiliki beberapa jenis bantuan, Cholifatun Nisa Aini, dkk., *Pengaruh Support Keluarga Terhadap Manajemen Perawatan Diri Lansia Hipertensi*

khususnya bantuan pencerahan, dukungan evaluasi, bantuan instrumental, serta dorongan dasar. Ini yakni cara terbaik guna meningkatkan dukungan keluarga yang solid dalam membantu kerabat menjaga kesehatan. Keluarga yang layak hendak berdampak positif bagi perbaikan yang lama, begitu pula sebaliknya. (Wahyuni, 2020); (Tutpai, Unja and Nura, 2021)

Konsep keluarga sangat relevan dengan perawatan diri, Fungsi keluarga sering dipahami sebagai pendahulu untuk perawatan diri yang efektif pada populasi penyakit kronis. Banyak intervensi pendidikan gagal karena keluarga dan konteks sosial di mana individu dengan penyakit kronis seperti hipertensi untuk melakukan perawatan diri belum diperhitungkan. Untuk mencapai hasil pengajaran pasien yang efektif, keluarga harus diikut sertakan dalam bagian dari rencana pengajaran. Misalnya, jika istri pasien hipertensi melakukan semua memasak di rumah, maka penting untuknya memasukkan dalam modifikasi diet. Jelas, akan sulit bagi seorang istri untuk mendukung program pengobatan tekanan darah suaminya jika dia tidak memahami alasan rekomendasi dan konsekuensi jika tidak menjalankan modifikasi dietnya. Melibatkan anggota keluarga dapat menjadi sumber dukungan masa depan yang penting bagi pasien saat ia bekerja pada perubahan perilaku. Hal di atas tidak dapat dicapai jika ada keluarga yang disfungsi. (Ayodapo *et al.*, 2018)

Dukungan keluarga diperlukan untuk meningkatkan kepercayaan diri dan motivasi menghadapi masalah. Pekerjaan keluarga harus dikaitkan dengan memenuhi kebutuhan, mengetahui kapan keluarga harus mencari bantuan serta mendukung kepatuhan guna mengurangi pertaruhan berulang serta ketidaknyamanan. Keluarga bisa membantu interaksi pengobatan dengan mengarahkan pola makan padat,



menyambut aktivitas, menemani serta mengingatkan mereka guna menyelesaikan pemeriksaan kesehatan rutin. Dukungan keluarga memainkan peran penting dalam membantu anggota dalam situasi penyakit, memahami perubahan gaya hidup terkait penyakit kronis, membuat perubahan yang diperlukan, dan membantu anggota yang sakit. Anggota keluarga harus berpartisipasi dalam program pelatihan untuk memahami dan mengidentifikasi kebutuhan pasien, mematuhi rencana dukungan, dan memberikan dukungan. (Purwandari, Indarti and Kurniansyah, 2021); (Sumarni *et al.*, 2021)

Berdasarkan opini peneliti dukungan keluarga yakni bantuan serta hiburan yang diberikan oleh keluarga kepada kerabat lainnya. Dimana dukungan keluarga bisa menjadi penolong sehari-hari, khususnya keluarga selaku tempat aman yang terlindung serta tenteram, serta itu berarti kalau keluarga bisa menjadi pendengar serta pemberi pertimbangan kepada kerabat lain saat menghadapi masalah. Dukungan keluarga bisa berupa dukungan evaluasi dimana keluarga berperan selaku perantara dalam menangani permasalahan dimana keluarga berperan selaku fasilitator dalam mengurus permasalahan yang sedang dihadapi. Selain itu, dukungan keluarga pula bisa menjadi bantuan instrumental dimana keluarga yakni sumber bantuan dalam memeriksa kebutuhan individu, di mana keluarga menemukan pengaturan yang bisa membantu orang dalam menyelesaikan latihan. Lebih dari itu, cenderung selaku bantuan pencerahan yang berimplikasi selaku penyebar serta penyedia data yang bisa dilibatkan oleh masyarakat dalam mengatasi persoalan yang dihadapinya.

Management Perawatan diri Lansia Hipertensi

Manajemen perawatan diri pada pasien hipertensi yakni penyakit para Cholifatun Nisa Aini, dkk., *Pengaruh Support Keluarga Terhadap Manajemen Perawatan Diri Lansia Hipertensi*

eksekutif dalam kehidupan sehari-hari dengan mengobati serta mengendalikan hipertensi selaku upaya guna mencegah komplikasi. Seperti yang mungkin kita ketahui, pengobatan hipertensi selalu ditentukan guna mengikuti tingkat denyut nadi normal serta harus diikuti dengan perubahan gaya hidup. Dengan melakukan modifikasi gaya hidup dapat mengurangi risiko komplikasi serta mengurangi kebutuhan terapi obat. Tetapi dalam mengontrol tekanan darah tidak hanya cukup dengan menjaga gaya hidup sehat tetapi juga membutuhkan adanya terapi farmakologi.

Cara hidup yang dilakukan pada penderita hipertensi yakni membatasi merokok, mengontrol pola makan dengan mengurangi penggunaan minuman keras, membatasi natrium hingga sekitar 2.400 mg/hari, serta melakukan pekerjaan aktif 3-4 hari dalam seminggu dengan waktu normal 40 menit guna setiap pertemuan. Perawatan obat ketika mediasi perubahan gaya hidup tidak bisa mencapai target ketegangan peredaran darah yang memuaskan. Penatalaksanaan hipertensi sejauh asupan makanan dimulai dengan pembatasan natrium serta lemak dalam pola makan, berat badan eksekutif (kalori per BMI), perubahan gaya hidup, program latihan, serta layanan medis lanjutan pada rentang standar. Ketidakpatuhan kepada program pengobatan yakni masalah utama pada pasien hipertensi. Dengan asumsi pasien secara efektif mengambil bagian dalam pelaksanaan sistem pemeriksaan nadi serta diet, konsistensi umumnya hendak membangun yang bisa mendapatkan kritik yang sesuai dengan perasaan lebih terkontrol. (Utami and Hudiawati, 2020); (Wahyuni, 2020)

Salah satu faktor terpenting dalam penatalaksanaan HTN yang efektif adalah modifikasi gaya hidup. Ini mencakup kemampuan pasien untuk mengadopsi pendekatan diet untuk menghentikan HTN

(DASH), mengadopsi diet rendah natrium, terlibat dalam aktivitas fisik, konsumsi alkohol sedang, dan berhenti merokok. Pasien diharapkan untuk mengikuti kegiatan tersebut untuk meringankan beban yang ditimbulkan oleh penyakitnya. Pola diet DASH, yang telah terbukti efektif dengan beberapa uji coba terkontrol secara acak, menekankan pola makan yang kaya hendak produk organik, sayuran, produk susu rendah lemak, serta kurangi lemak jenuh serta lemak sempurna. (Tibebu, Mengistu and Negesa, 2017); (Sumarni *et al.*, 2021)

Berdasarkan opini peneliti, Management perawatan diri merupakan kegiatan dan langkah mengatur serta mengelola diri dengan baik diikuti oleh kemampuan dan keinginan pasien guna berubah serta mengikuti cara berperilaku tertentu yang berarti guna mengikuti serta mengembangkan kesejahteraan lebih lanjut. Latihan perawatan diri hipertensi meliputi latihan guna mengarahkan pola makan (diet), tugas-tugas proaktif yang sehat seperti olah raga, pementauan tekanan darah, Kepatuhan dalam melakukan pengobatan, mengurangi merokok, berat badan eksekutif serta mengurangi penggunaan minuman keras.

Pengaruh Support Keluarga Terhadap Management perawatan Diri Lansia Hipertensi

Berdasarkan analisis dari 15 jurnal diperoleh bahwa Support keluarga dapat mempengaruhi management perawatan diri lansia hipertensi dimana support keluarga sangat penting guna mempertimbangkan jalannya pengobatan serta penanggulangan penyakit, dimana hal tersebut sangat berpengaruh dalam management perawatan diri lansia hipertensi. Menurut hasil penelitian dari (Purwandari, Indarti and Kurniansyah, 2021); (Sumarni *et al.*, 2021); dan (Wahyudi, Jadmiko and Ritanti, 2020) menjelaskan bahwa dukungan *Cholifatun Nisa Aini, dkk., Pengaruh Support Keluarga Terhadap Manajemen Perawatan Diri Lansia Hipertensi*

keluarga dalam manajemen kepatuhan diet berupa dukungan perhatian seperti membantu memberikan informasi yang berkaitan dengan hipertensi dan pola makan, pemberian nasehat, dan pengertian. Dukungan keluarga diperlukan untuk mengurangi pemberontakan lansia dengan program hipertensi berkelanjutan. Dukungan keluarga diperlukan dalam hal kepatuhan terhadap asupan gizi. Dukungan keluarga dapat membuat penderita hipertensi merasa diperhatikan dan dihargai. Perhatian keluarga dalam menawarkan bantuan kepada kerabat yang mengalami efek buruk hipertensi menyebabkan penderita hipertensi mematuhi pola makan hipertensi sehingga tidak timbul komplikasi lebih lanjut. Keluarga dapat memberikan dukungan berupa memberikan teguran jika penderita hipertensi tidak menerapkan pola makan hipertensi, memberikan pujian jika telah menuruti melaksanakan pola makan hipertensi, memberikan informasi tentang makanan yang dianjurkan untuk diet hipertensi, dan melakukan modifikasi makanan sehingga agar penderita hipertensi tidak merasa lelah atas diet hipertensi yang mereka jalani. Keluarga merupakan salah satu penunjang utama bagi lansia penderita hipertensi dalam menjaga kesehatannya. Keluarga mengambil bagian penting dalam perawatan medis serta menghindari kerabat lainnya.

Pada hasil penelitian yang dilakukan oleh (Tutpai, Unja and Nura, 2021); (Suprayitna, Prihatin and Fatmawati, 2020) berdasarkan analisis statistik uji chi-square dukungan keluarga terhadap kepatuhan kontrol pasien lansia menunjukkan nilai p sebesar $0,024 < 0,05$ maka dukungan keluarga cukup berpengaruh bagi pasien dalam mengendalikan penyakitnya.

Sedangkan untuk hasil penelitian (Ayodapo *et al.*, 2018); (Kurniawati,



Wahyuni and Toulasik, 2019) Dari 51 responden dari hasil analisis menunjukkan adanya hubungan antara dukungan keluarga dengan konsistensi diet pada penderita hipertensi. Nilai Sig = 0,42 ($<0,05$). Sedangkan untuk penelitian management perawatan diri yakni kepatuhan minum obat didapatkan hasil, secara umum sebagian besar responden (91%) mendapat dukungan keluarga yang kuat, dukungan emosional dan penghargaan yang kuat (94.5%), dukungan instrumental yang kuat (88%) dan dukungan informasi sedang (67%). Seperti yang diperkirakan, sebagian besar individu yang menerima dukungan keluarga yang kuat (53%) mengikuti resep pengobatan hipertensi mereka; sebaliknya, individu dengan dukungan keluarga yang lemah menunjukkan kepatuhan yang buruk untuk minum obat hipertensi. Pada penelitian yang dilakukan oleh (Purwandari, Indarti and Kurniansyah, 2021) disebutkan hasil dari uji statistic spearman rank menunjukkan bahwa nilai p value = 0,000 $< (p = 0,05)$ serta artinya H_a diakui sehingga cenderung disimpulkan kalau dukungan keluarga berpengaruh pada kepatuhan terhadap analisis penderita penderita hipertensi di Puskesmas Ngronggot Kabupaten Nganjuk dengan nilai $r = 0,851$, serta itu menyiratkan kalau ia memiliki tingkat hubungan yang sangat mengesankan.

Terlebih lagi, dalam pemeriksaan yang dipimpin oleh (Jeemon serta Chacko, 2020) dari konsekuensi peninjauan, dipandang kalau kepatuhan tertinggi dilakukan oleh pria dengan 60,4% jika dibandingkan dengan wanita yakni 51%. Dimana untuk tingkat aktivitas fisik tertinggi dilakukan oleh pria sedangkan untuk kepatuhan diet, tidak merokok dan mengurangi penggunaan alcohol pada pria lebih rendah daripada wania, dan secara keseluruhan 11,4 % individu mematuhi praktik manajemen berat badan.

Cholifatun Nisa Aini, dkk., Pengaruh Support Keluarga Terhadap Manajemen Perawatan Diri Lansia Hipertensi

menegaskan kalau dari hasil pemeriksaan faktual didapatkan p -esteem = 0,003 lebih rendah dari (0,05), maka sangat mungkin beralasan kalau ada hubungan kritis antara dukungan keluarga dengan perilaku pengobatan hipertensi yang dilakukan oleh keluarga di rumah. Dimana efek samping dari tingkat dukungan keluarga menunjukkan kalau dari 35 pasien hipertensi, lebih dari 5 orang (83,3%) memiliki dukungan keluarga rendah dengan melakukan pengobatan hipertensi di kelas kurang. Sebanyak 5 orang (55,6%) memiliki dukungan keluarga tinggi dengan perilaku pengobatan hipertensi dalam klasifikasi besar. Selain itu, dengan asumsi Anda melihat hubungan masing-masing jenis dukungan keluarga, diperoleh informasi kalau ada hubungan yang sangat besar antara bantuan instrumental serta perilaku pengobatan hipertensi yang dilakukan oleh keluarga di rumah (p -esteem = 0,001); ada hubungan kritis antara bantuan edukatif dengan perilaku pengobatan hipertensi yang dilakukan oleh keluarga di rumah (p -esteem = 0,000); ada hubungan kritis antara penenteraman hati yang konsisten dengan perilaku pengobatan hipertensi yang dilakukan oleh keluarga di rumah (p -esteem = 0,004). Sementara guna bantuan apresiasi tidak ada hubungan dengan cara berperilaku perawatan hipertensi yang dilakukan keluarga di rumah (p -value $> 0,05$). Dukungan keluarga penting dalam pengelolaan hipertensi jangka panjang, yang membutuhkan perubahan gaya hidup seumur hidup dari penderita hipertensi. Dukungan keluarga yang solid hendak membangun kepercayaan diri serta inspirasi mereka. Bisa dibayangkan, pasien hipertensi yang didorong hendak tetap pada pengaturan perbaikan dan karena itu, mencapai kontrol BP yang lebih baik. (Daziah and Rahayu, 2020); (Ojo, Malomo and Sogunle, 2017)



Pada penelitian lain yang dilakukan oleh (Wahyuni, 2020); (Utami and Hudiyawati, 2020) Mengingat konsekuensi dari tes terukur Rank Spearman, nilai $P = 0,02 < 0,05$, sehingga sangat mungkin beralasan kalau dukungan keluarga berpengaruh dalam hipertensi eksekutif, menyiratkan kalau klien hipertensi dengan dukungan keluarga besar lebih memilih hipertensi dewan daripada hipertensi. klien dengan dukungan keluarga kurang. Semakin banyak dukungan keluarga maka semakin banyak pula pemberian pasien hipertensi menjadi baik juga. Hasil penelitian tersebut selaras pernyataan Friedman (2003) dalam (Adriani, 2018) dimana Friedman menegaskan kalau Dukungan keluarga yakni perilaku menolong yang dilakukan oleh keluarga selaku penentraman, penghargaan/evaluasi secara konsisten, edukatif serta instrumental.

Dalam penelitian yang dilakukan oleh (Maryam *et al.*, 2018); (Tibebu, Mengistu and Negesa, 2017) dalam penelitian tersebut disebutkan bahwa Pengaruh Program mediasi dukungan keluarga kepada kepuasan pribadi lansia dengan hipertensi kedua kelompok (kelompok intervensi dan kelompok group) didapatkan hasil dengan nilai $p < 0,05$. Ini masuk akal kalau spekulasi yang diakui benar-benar bermaksud itu terdapat perbedaan rata-rata kualitas hidup lansia hipertensi setelah dilakukan program intervensi dukungan keluarga atau dengan kata lain lansia merasakan kepuasan terkait kualitas hidupnya setelah dilakukan program intervensi dukungan keluarga. Hal ini menjelaskan bahwa kualitas hidup lansia hipertensi menjadi tinggi setelah adanya program intervensi dukungan keluarga atau dengan kata lain lansia merasa puas terkait dengan kualitas hidup pasca intervensi. Dapat dijelaskan bahwa memiliki dukungan dari keluarga juga dikaitkan dengan kepatuhan terhadap

modifikasi gaya hidup sebagaimana tanggapan yang memiliki dukungan keluarga yang besar hendak berkali-kali terikat guna menyetujui.

Berdasarkan opini peneliti proses menua merupakan sebuah proses alami yang dialami oleh setiap manusia dan disertai adanya penurunan fungsi organ di dalam tubuh serta akan muncul masalah kesehatan degenerative, salah satunya yaitu hipertensi, dimana hipertensi membutuhkan pengobatan jangka panjang. Ini benar-benar sulit bagi pasien serta keluarga guna mengikuti inspirasi. Salah satu cara guna memperluas inspirasi yakni melalui dukungan keluarga. Dimana dukungan keluarga yakni bantuan yang diberikan oleh kerabat kepada individu yang berbeda dengan tujuan agar bisa memberikan penghiburan fisik serta mental. Dengan dukungan keluarga yang luar biasa dari semua jenis bantuan akan membantu meningkatkan motivasi dan membantu lansia dalam Manajemen perawatan diri hipertensi. Banyak penelitian yang sudah membuktikan peran dukungan keluarga dalam manajemen perawatan diri mulai dari kepatuhan pengobatan, diet, gaya hidup sehat, dengan menggunakan desain penelitian yang berbeda misalnya experimental, quasi experimental, control group dan lainnya. Meskipun menggunakan desain penelitian yang berbeda, hasil yang didapatkan pada sebagian besar peneliti adalah sama yaitu menunjukkan bahwa adanya pengaruh support keluarga terhadap manajemen perawatan diri lansia hipertensi

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan *literature review* tentang pengaruh support keluarga terhadap manajemen perawatan diri lansia hipertensi diatas dapat disimpulkan bahwa, dalam manajemen perawatan diri lansia



hipertensi dukungan keluarga sangat diperlukan adanya, dimana dukungan keluarga yakni faktor penting dalam pemeriksaan pengobatan serta penanggulangan penyakit, maka pekerjaan keluarga harus dikaitkan dengan pemenuhan kebutuhan, mengetahui kapan keluarga harus mencari bantuan serta konsistensi dukungan guna mengurangi pertaruhan berulang serta ketidaknyamanan.

Keluarga bisa membantu interaksi pengobatan dengan mengatur pola makan padat, menyambut aktivitas, menemani serta mengingatkan guna rutin melakukan pemeriksaan kesehatan rutin dan memberikan informasi terkait hipertensi serta pengobatannya. Dimana pelaksanaan pengobatan hipertensi dilakukan dalam periode terus menerus atau seumur hidup guna mengontrol kadar tekanan darah dalam ambang batas normal, dimana dalam penanganan hipertensi tidak hanya cukup dengan menggunakan obat-obatan tetapi harus disertai dengan perubahan gaya hidup, hal tersebutlah yang menjadi tantangan lansia serta keluarga guna menjaga semangat lansia hipertensi agar tetap kuat dalam menjalankan manajemen perawatan diri lansia hipertensi. Jenis perawatan diri yang diperlukan dalam manajemen hipertensi yakni mengadopsi pendekatan diet DASH, diet rendah natrium, terlibat dalam aktivitas fisik, pengurangan konsumsi alkohol sedang, dan berhenti merokok, menekankan pola makan padat, menyambut aktivitas, menemani serta mengingatkan guna rutin melakukan pemeriksaan kesehatan rutin serta memberikan data terkait hipertensi serta pengobatannya.

DAFTAR PUSTAKA

Adriani, S. W. (2018) 'Perilaku Keluarga Dalam Mendukung Manajemen Hipertensi Di Kabupaten Jember', *The Indonesian*

Journal of Health Science, 10(2), p. 36. doi: 10.32528/ijhs.v10i2.1855.

Ayodapo, A. O. *et al.* (2018) 'Family functioning and adherence to medication: A study of hypertensive in a tertiary hospital, South Western Nigeria.', *CHRISMED J Health Res*, 5(1), pp. 197–202.

Burnier, M., Polychronopoulou, E. and Wuerzner, G. (2020) 'Hypertension and Drug Adherence in the Elderly', 7(April), pp. 1–9. doi: 10.3389/fcvm.2020.00049.

Daziah, E. and Rahayu, S. (2020) 'Hubungan antara dukungan keluarga dengan perilaku perawatan hipertensi yang dilakukan oleh keluarga di rumah', *Dinamika Kesehatan: Jurnal Kebidanan Dan Keperawatan*, 11(1), pp. 79–88. doi: 10.33859/dksm.v11i1.477.

Hariawan, H. and Tatisina, C. M. (2020) 'Pelaksanaan Pemberdayaan Keluarga dan Senam Hipertensi Sebagai Upaya Manajemen Diri Penderita Hipertensi', *Jurnal Pengamas Kesehatan Sasambo*, 1(2), pp. 75–79. Available at: <http://jkip.poltekkes-mataram.ac.id/index.php/PKS/article/view/478>.

Hassanein, M. (2020) 'Adherence to antihypertensive fixed-dose combination among Egyptian patients presenting with essential hypertension'. *The Egyptian Heart Journal*. Available at: <http://www.jepublichealth.com/index.php?journal=jepublichealth&page=article&op=view&path%5B%5D=256>.

Jeemon, P. and Chacko, S. (2020) 'Role of family support and self-care practices in blood pressure control in individuals with hypertension: Results from a cross-sectional study in Kollam District, Kerala',



Wellcome Open Research, 5, pp. 1–15. doi: 10.12688/wellcomeopenres.16146.1.

KemkesRI (2019) 'Hari Hipertensi Dunia 2019: Know Your Number, Kendalikan Tekanan Darahmu dengan Cerdik'. Available at: <http://p2ptm.kemkes.go.id/kegiatan-p2ptm/dki-jakarta/hari-hipertensi-dunia-2019-know-your-number-kendalikan-tekanan-darahmu-dengan-cerdik>.

Kesehatan, B. P. dan P. (2013) 'Laporan Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) 2013'. Available at: <https://www.litbang.kemkes.go.id/laporan-riset-kesehatan-dasar-riskesdas/>.

Kesehatan, B. P. dan P. (2019) 'Laporan Riset Kesehatan Dasar 2018'. Available at: <https://www.litbang.kemkes.go.id/laporan-riset-kesehatan-dasar-riskesdas/>.

Kurniawati, N. D., Wahyuni, E. D. and Toulasik, Y. A. (2019) 'Family support improves hypertensive patient drug compliance', *Indian Journal of Public Health Research and Development*, 10(8), pp. 2660–2665. doi: 10.5958/0976-5506.2019.02270.8.

Labata, B. G. *et al.* (2019) 'Prevalence and predictors of self care practices among hypertensive patients at Jimma University Specialized Hospital, Southwest Ethiopia: Cross-sectional study', *BMC Research Notes*. BioMed Central, 12(1), pp. 1–8. doi: 10.1186/s13104-019-4125-3.

Maryam, R. S. *et al.* (2018) 'Effect of Family Support Intervention towards Quality of Life with Elderly's Hypertension in Community', *Jurnal Keperawatan Padjadjaran*, 6(3), pp. 281–288. doi: 10.24198/jkp.v6i3.670.

Ojo, O. S., Malomo, S. O. and Sogunle, P. T. (2017) 'Blood pressure (BP) control and Cholibatun Nisa Aini, dkk., Pengaruh Support Keluarga Terhadap Manajemen Perawatan Diri Lansia Hipertensi

perceived family support in patients with essential hypertension seen at a primary care clinic in Western Nigeria', *Journal of Family Medicine and Primary Care*, 5(3), p. 569. doi: 10.4103/2249-4863.197284.

Purwandari, H., Indarti, E. T. and Kurniansyah, D. (2021) 'The Correlation of Family Support and Dietary Compliance of The Eldery With Hypertension at Sub-District Health Center Klurahan, Ngronggot District Nganjuk Regency', pp. 101–106. doi: 10.26699/jnk.v8i1.ART.p101.

Sumarni, N. *et al.* (2021) 'Relationship Between Familysupport And Compliance In Implementing Diet Programs For Elderly', 08(03), pp. 99–106.

Sumartini, N. P., Zulkifli, Z. and Adhitya, M. A. P. (2019) 'Pengaruh Senam Hipertensi Lansia Terhadap Tekanan Darah Lansia Dengan Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Cakranegara Kelurahan Turida Tahun 2019', *Jurnal Keperawatan Terpadu (Integrated Nursing Journal)*, 1(2), p. 47. doi: 10.32807/jkt.v1i2.37.

Suprayitna, M., Prihatin, K. and Fatmawati, B. R. (2020) 'Pengaruh Self-Efficacy Dan Dukungan Keluarga Terhadap Kepatuhan Menjalani Terapi Pada Penderita Hipertensi', *Jurnal Keperawatan 'Aisyiyah*, 7(2), pp. 1–6. doi: 10.33867/jka.v7i2.194.

Tibebu, A., Mengistu, D. and Negesa, L. (2017) 'Adherence to recommended lifestyle modifications and factors associated for hypertensive patients attending chronic follow-up units of selected public hospitals in Addis Ababa, Ethiopia', *Patient Preference and Adherence*, 11, pp. 323–330. doi: 10.2147/PPA.S126382.



Tutpai, G., Unja, E. E. and Nura, F. (2021) 'Family Support for Controlling Blood Pressure of Elderly Patients in Health Facilities During the Covid-19 Pandemic in Banjarmasin', *KnE Life Sciences*, 2021, pp. 268–277. doi: 10.18502/cls.v6i1.8614.

Utami, A. P. and Hudiyawati, D. (2020) 'Gambaran Dukungan Keluarga terhadap Self-Management Penderita Hipertensi', pp. 9–15. Available at: <http://repository.urecol.org/index.php/proceeding/article/view/1117>.

Wahyudi, C. T., Jadmiko, A. W. and Ritanti (2020) 'Family Support on the Adherence to Nutrition Intake among Adults with Primary Hypertension in Kalanganyar', 05, pp. 132–140.

Wahyuni, S. (2020) 'Dukungan Keluarga dan Manajemen Hipertensi', *The Indonesian Journal of Health Science*, 12.