

## **HUBUNGAN DUKUNGAN KELUARGA DENGAN SELF CARE MANAGEMENT PADA LANSIA HIPERTENSI DI PUSKESMAS LUBUK BUAYA PADANG**

**Bella Puspita**

[bellapuspitapuspitabella@gmail.com](mailto:bellapuspitapuspitabella@gmail.com)

**Universitas Alifiah Padang**

### **ABSTRAK**

Menurut WHO (2023) hipertensi salah satu penyebab kematian dini dan kecacatan nomor 1 di dunia. Prevalensi hipertensi di Indonesia sebesar 34,1%. Sumatera Barat menempati posisi ke 20 dengan penderita hipertensi. Hipertensi merupakan salah satu penyakit kronis yang membutuhkan self care management. Penderita hipertensi membutuhkan dukungan keluarga untuk melakukan self care. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui hubungan dukungan keluarga dengan self care management pada penderita hipertensi di Puskesmas Lubuk Buaya Padang. Metode pada penelitian ini adalah kuantitatif dengan analitik korelasi dengan desain cross sectional. Penelitian dilaksanakan pada bulan Januari-Agustus 2025. Pengumpulan data pada tanggal 23 Juli – 04 Agustus 2025. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh lansia hipertensi yang datang berkunjung ke Puskesmas Lubuk Buaya Padang berjumlah 812 orang dengan sampel 89 orang. Teknik pengambilan sampel accidental sampling. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner. Analisa data univariat dan bivariat menggunakan uji Chi-Square. Hasil penelitian ini menunjukkan kurang dari separoh (42,7%) memiliki self care management rendah. Kurang dari separoh (43,8%) memiliki keluarga tidak mendukung tentang self care management. Ada hubungan dukungan keluarga dengan self care management pada penderita hipertensi di Puskesmas Lubuk Buaya Padang ( $p$ -value=0,000). Kesimpulan penelitian dukungan keluarga berhubungan dengan self care management. Disarankan kepada pihak Puskesmas Lubuk Buaya Padang meningkatkan peran aktif petugas Puskesmas dalam memberikan informasi dan edukasi yang lengkap secara intensif tentang self care management pada penderita hipertensi dan keluarga dapat meningkatkan lagi peran penting dalam pelaksanaan self care management lansia hipertensi.

**Kata Kunci:** Hipertensi, Dukungan Keluarga, Self Care Management.

### **ABSTRACT**

*According to the WHO (2023), hypertension is the number one cause of premature death and disability worldwide. The prevalence of hypertension in Indonesia is 34.1%. West Sumatra ranks 20th in the number of hypertension sufferers. Hypertension is a chronic disease that requires self-care management. Hypertension sufferers need family support to perform self-care. The purpose of this study was to determine the relationship between family support and self-care management in hypertensive patients at the Lubuk Buaya Community Health Center, Padang. The method used in this study was quantitative with correlational analysis and a cross-sectional design. The study was conducted from January to August 2025. Data collection took place from July 23 to August 4, 2025. The population was all 812 elderly patients with hypertension who visited the Lubuk Buaya Padang Community Health Center, with a sample size of 89. The sampling technique used was accidental sampling. Data were collected using a questionnaire. Univariate and bivariate data analysis used the Chi-square test. The results showed that less than half (42.7%) reported low self-care management. Less than half (43.8%) had family members who did not support self-care management. There was a relationship between family support and self-care management among patients with hypertension at the Lubuk Buaya Padang Community Health Center ( $p$ -value = 0.000). The study concluded that family support was associated with self-care management. It is recommended that the Lubuk Buaya Padang Community Health Center increase the active role of health center staff in providing comprehensive and intensive information and education on self-care management to patients with hypertension, and that families play a more significant role in implementing self-care management for elderly patients with hypertension.*

**Keywords:** Hypertension, Family Support, Self-Care Management.

## PENDAHULUAN

Menurut World Health Organization (WHO) lansia adalah seseorang yang telah memasuki usia 60 tahun keatas. Lanjut usia merupakan kelompok umur pada manusia yang telah memasuki tahapan akhir dari fase kehidupannya. Lansia adalah seseorang yang telah mencapai usia 60 tahun keatas (Mahyar, 2023). Lansia atau lanjut usia adalah seseorang yang telah mencapai usia 60 tahun ke atas. Kemenkes juga membagi lansia menjadi beberapa kategori, yaitu Pra-Lanjut Usia (Pra-LU) (60-69 tahun), Lanjut Usia (LU) (70-79 tahun), dan Lanjut Usia Akhir (LUA) (80 tahun ke atas (Kemenkes RI, 2022).

Laju pertumbuhan lansia secara global, data dari The United Nations Population Fund (UNFPA) tahun 2022 menyebutkan sudah ada 727 juta orang yang berusia 60 tahun atau lebih pada tahun 2020. Jumlah tersebut diproyeksikan akan berlipat ganda menjadi 1,5 miliar jiwa lansia pada 2050 di seluruh dunia. Jumlah penduduk dunia yang berusia 60 tahun keatas diperkirakan akan meningkat dari 1,4 miliar pada tahun 2022 menjadi 2,1 miliar pada tahun 2025 (WHO, 2023).

Persentase penduduk lansia di Indonesia tahun 2024 sebesar 12% dengan rasio ketergantungan sebesar 17,08%. Ini berarti 100 penduduk usia produktif menanggung 17 penduduk lansia. Adapun, 63,59% lansia merupakan lansia muda atau berada di rentang usia 60-69 tahun. Sebanyak 26,76% lansia berusia 70-79 tahun atau madya. Sementara, 8,65% sisanya merupakan lansia tua atau berusia 80 tahun ke atas (BPS, 2023). Badan Pusat Statistik melaporkan Sumatera Barat memiliki jumlah lansia tertinggi ketujuh di Indonesia yaitu 629.493 orang atau 11,16% dari jumlah penduduk (BPS, 2024).

Lansia pada umumnya mengalami berbagai masalah kesehatan akibat terjadinya perubahan fisik, psikologis, psikososial dan spiritual (Nasrullah, 2016). Perubahan fisik yang terjadi pada lansia akan mempengaruhi sistem kekebalan tubuh terhadap beberapa penyakit. Penambahan usia pada manusia sampai menjadi tua terjadi resiko peningkatan penyakit antara lain kelainan jantung, dan pembuluh darah. Meningkatnya usia seseorang akan diikuti dengan meningkatnya kejadian hipertensi, hal ini disebabkan karena adanya perubahan alami jantung, pembuluh darah dan kadar hormon. Akibatnya, masalah kesehatan yang sering terjadi pada lansia adalah hipertensi atau tekanan darah tinggi (Junaidi, 2021).

Hipertensi dan tekanan darah tinggi atau dikenal dengan istilah hipertensi sebagai elevasi persisten dari tekanan dari sistolik pada level 140 mmHg atau lebih dan tekanan darah diastolik pada level 90 mmHg atau lebih (Black & Hawks, 2024). Hipertensi ini dikategorikan sebagai the silent disease karena penderita tidak mengetahui dirinya mengidap hipertensi sebelum memeriksakan tekanan darahnya (Lingse, 2020)

Menurut World Health Organization (WHO) tahun 2023, hipertensi merupakan salah satu penyebab kematian dini dan kecacatan nomor 1 di dunia. Sebanyak 1,28 miliar orang dewasa di seluruh dunia menderita hipertensi. Diperkirakan 46% orang dewasa penderita hipertensi tidak menyadari bahwa mereka mengidap penyakit tersebut. Salah satu target global untuk penyakit tidak menular adalah mengurangi prevalensi hipertensi sebesar 33% antara tahun 2010 dan 2030 (WHO, 2023).

Prevalensi hipertensi di Indonesia berdasarkan data Riskesdas 2018 menyatakan prevalensi hipertensi berdasarkan hasil pengukuran pada penduduk usia  $\geq 18$  tahun sebesar 34,1%. Provinsi Sumatera Barat menempati posisi ke 20 dengan penderita hipertensi terbanyak dari Provinsi yang ada di Indonesia. Peningkatan kasus hipertensi di Sumatera Barat dengan jumlah sebanyak 152.182 kasus pada tahun 2019 dan tahun 2020 kasus terdeteksi hipertensi sebanyak 184.873 kasus serta tahun 2021 berjumlah 969.000 kasus (Profil Dinas Kesehatan Sumatera Barat, 2021).

Dampak tekanan darah tinggi dapat menyebabkan risiko terjadinya komplikasi seperti stroke, Infark Miokardium, gagal ginjal, kerusakan pada mata, aneurisma atau aneurysm, sindrom metabolik dan ensefalopati (Ardiansyah, 2021). Penanganan hipertensi dapat

dilakukan dengan cara farmakologi terapi obat pada penderita hipertensi dimulai dengan salah satu obat berikut Hidroklorotiazid (HCT), Reserpin, Prapanolol, Kaptopril dan Nifedipin dan cara non farmakologi menurunkan berat badan, mengubah pola makan, mengurangi pemakaian garam, mengurangi konsumsi alkohol, berhenti merokok, olahraga aerobik dan gaya hidup yang lebih sehat, latihan fisik, terapi musik, terapi relaksasi progresif, slow deep breathing, autogenic suggestion, imagery, relaxing self talk dan meditasi (Ardiansyah, 2021).

Hipertensi merupakan salah satu penyakit kronis yang membutuhkan self care management (manajemen perawatan diri). Self care management cukup efektif untuk meningkatkan status kesehatan seseorang yang menderita penyakit kronik (Mufidah, 2020). Perawatan diri adalah kegiatan individu dalam berinisiatif dan membentuk perilaku untuk memelihara kehidupan, kesehatan dan kesejahteraan. Aktivitas perawatan diri ini merupakan kombinasi antara terapi farmakologis dan non farmakologis yang harus dilakukan secara baik, benar, dan terukur untuk memperoleh hasil yang maksimal (Afiyanti, 2020).

Komponen Self Care Management yang dilakukan penderita hipertensi terhadap pengelolaan penyakitnya meliputi integritas diri, regulasi diri, interaksi dengan tenaga kesehatan, pemantauan tekanan darah dan kepatuhan terhadap aturan yang dianjurkan. Perilaku pengelolaan self care management aspek upaya pengobatan, diet rendah garam, melakukan aktifitas fisik, kebiasaan merokok, mengendalikan berat badan dan alkohol merupakan hal yang penting untuk diperhatikan (Smeltzer, 2022).

Self Care hipertensi ialah suatu tugas yang penting dalam mengendalikan konsekuensi negatif dari penyakit, dan itu memerlukan perubahan perilaku seperti pemahaman tentang pendidikan kesehatan dan sikap terhadap pasien yang mengidap hipertensi. Self care management merupakan suatu kegiatan dan strategi yang dilakukan oleh individu secara mandiri untuk memenuhi kebutuhan hidupnya dalam mempertahankan kesehatan dalam jangka panjang (Suprayitno, 2021).

Penelitian ini didukung oleh penelitian Gusty (2020) tentang perilaku perawatan diri dan faktor-faktor yang berhubungan dengan pasien hipertensi di Padang ditemukan hasil 62,3% tidak patuh minum obat, 83,14% tidak patuh dalam diet rendah garam, 89,6% tidak melakukan aktifitas fisik dan 79,2% tidak melakukan management berat badan. Penelitian lain yang mendukung dilakukan oleh Ellen (2024) di Puskesmas Purwokerto Selatan ditemukan hasil bahwa self care behaviour kurang baik (51,4%)

Menurut Yatim et al (2019) faktor yang mempengaruhi self care Management yaitu faktor dukungan psikososial penerimaan diri, peningkatan motivasi, kepercayaan diri), dukungan keluarga, pendidikan dan pendapatan. Penderita hipertensi membutuhkan seseorang untuk melakukan self care atau perawatan terkait penyakit hipertensi baik itu berupa dukungan moral maupun sosial. Salah satu dukungan sosial yang dapat mempengaruhi perilaku pasien hipertensi adalah mereka yang sering berinteraksi dengan penderita, yaitu keluarga penderita hipertensi itu sendiri (Ayuni, 2020). Adanya dukungan dari keluarga membuat individu memiliki perasaan nyaman, diperdulikan dan dicintai oleh keluarga sehingga dapat menangani masalah dengan baik

Dukungan keluarga merupakan semua bantuan yang diterima oleh salah satu anggota keluarga yang diperoleh dari anggota keluarga lainnya seperti dukungan emosional, instrumental, informatif dan penilaian. Dukungan dari keluarga penting bagi keluarga lainnya yang memiliki penyakit, keluarga berperan untuk mengingatkan pasien dalam minum obat, mengontrol pola makan, dan gaya hidup sesuai dengan anjuran dari petugas kesehatan (Dewi et al., 2022).

Dukungan keluarga menunjukkan bahwa adanya perhatian akan kasih sayang dari keluarga yang diberikan melalui perhatian keluarga serta ikut memikirkan tentang kondisi keluarga yang sakit. Dukungan dari keluarga sangat diperlukan dalam penanganan keluarga

yang sakit. Keluarga dapat berperan dalam mengingatkan pasien kapan waktunya harus minum obat, mengontrol pola makan dan gaya hidup sesuai anjuran petugas kesehatan (Ayuni, 2020).

Dukungan keluarga juga berpengaruh positif dalam mengontrol penyakit merupakan salah satu faktor yang tidak dapat diabaikan begitu saja, karena dukungan keluarga merupakan salah satu dari faktor yang memiliki kontribusi yang cukup berarti dan sebagai faktor penguat yang mempengaruhi kepatuhan pasien. Keluarga memiliki peranan penting dalam proses pengawasan, pemeliharaan dan pencegahan terjadinya komplikasi hipertensi di rumah (Imran, 2020).

Penelitian ini didukung oleh penelitian Yulita (2023) tentang hubungan dukungan keluarga dengan penerapan self care management di wilayah kerja Puskesmas Nita ditemukan hasil keluarga tidak mendukung 41,6% penerapan self care management dan penelitian Wachyu (2021) tentang hubungan dukungan keluarga dengan self care management di Posyandu lansia Kelurahan Manyar Sabrangan Surabaya ditemukan hasil keluarga tidak mendukung 46% pada self care management. Penelitian lain yang dilakukan oleh Miranti (2023) tentang Analisis Dukungan Keluarga dengan Self Care Management pada lansia hipertensi ditemukan hasil dukungan keluarga kurang 46% dan self care management kurang 45%. Ada hubungan dukungan keluarga dengan self care management ( $p$ -value=0,040).

Data Dinas Kesehatan Kota Padang tahun 2023, dari 23 Puskesmas yang ada di Kota Padang, angka kejadian hipertensi pada lansia ini terbanyak di Puskesmas Lubuk Buaya Padang dengan kejadian hipertensi pada lansia sebanyak 4.806 orang. Kunjungan lansia yang mengalami hipertensi pada bulan Januari tahun 2025 berjumlah 380 orang (Profil Dinas Kesehatan Kota Padang, 2023).

Berdasarkan survey awal yang peneliti lakukan di Puskesmas Lubuk Buaya Padang pada tanggal 17 Februari 2025 terhadap 10 orang. Dari 10 orang ini ditemukan 7 orang (70%) jarang melakukan kontrol ke pelayanan kesehatan, tidak melakukan diet hipertensi, tidak pernah melakukan aktifitas fisik atau olah raga. Dari 10 orang tersebut 6 orang (60%) dengan hipertensi mengatakan keluarga sibuk dengan pekerjaannya sehingga tidak dapat mengantarkan pasien hipertensi untuk kontrol ke tenaga kesehatan, tidak mengingatkan untuk minum obat serta kurangnya perhatian tentang diet hipertensi selain itu keluarga jarang menanyakan tentang keadaan tekanan darah penderita hipertensi, keluarga tidak mengingatkan saya tentang jadwal kontrol ke pelayanan kesehatan dan 4 orang mendukung terhadap perawatan diri penderita hipertensi.

Berdasarkan uraian tersebut peneliti telah melakukan penelitian tentang hubungan dukungan keluarga dengan self care management pada penderita hipertensi di Puskesmas Lubuk Buaya Padang tahun 2025.

## **METODE PENELITIAN**

Jenis penelitian kuantitatif dengan desain cross sectional. Penelitian dilakukan di Puskesmas Lubuk Buaya Padang. Pengumpulan data dilaksanakan tanggal 10 Juli - 09 Agustus 2025. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh lansia hipertensi yang datang berkunjung ke Puskesmas Lubuk Buaya Padang bulan Februari 2025 berjumlah 812 orang. Teknik pengambilan sampel secara accidental sampling yaitu teknik pengambilan sampel yang ada pada saat dilakukan penelitian. Sampel yang diambil sebanyak 89 orang. Data dianalisa secara univariat dengan statistik deskriptif dan bivariat menggunakan uji Chi-Square. Uji statistik yang digunakan uji validitas dan reabilitas.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Analisa Univariat

Hasil penelitian Hubungan Dukungan Keluarga dengan Self Care Management pada Lansia Hipertensi di Puskesmas Lubuk Buaya Padang Tahun 2025 disajikan dalam bentuk tabel. Pada analisa data yang digambarkan secara univariat dapat dilihat sebagai berikut :

#### Self Care Management pada Penderita Hipertensi

**Tabel 1. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Self Care Management Pada Penderita Hipertensi di Puskesmas Lubuk Buaya Padang**

<i>Self Care Management</i>	<i>f</i>	<i>%</i>
Rendah	38	42,7
Tinggi	51	57,3
Jumlah	89	100,0

Berdasarkan tabel 1. menunjukkan bahwa dari 89 penderita hipertensi di Puskesmas Lubuk Buaya Padang, kurang dari separoh (42,7%) memiliki self care management rendah di Puskesmas Lubuk Buaya Padang.

#### Dukungan Keluarga Pada Penderita Hipertensi

**Tabel 2. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Dukungan Keluarga Di Puskesmas Lubuk Buaya Padang**

<b>Dukungan Keluarga</b>	<i>F</i>	<i>%</i>
Tidak Mendukung	39	43,8
Mendukung	53	56,2
Jumlah	89	100,0

Berdasarkan tabel 2. menunjukkan bahwa dari 89 hipertensi di Puskesmas Lubuk Buaya Padang, kurang dari separoh (43,8%) memiliki keluarga tidak mendukung di Puskesmas Lubuk Buaya Padang

### Analisa Bivariat

Pada analisa data yang digambarkan secara bivariat dapat dilihat sebagai berikut :

#### Hubungan Dukungan Keluarga dengan Self Care Management

**Tabel 3. Hubungan Dukungan Keluarga dengan Self Care Management Pada Penderita Hipertensi di Puskesmas Lubuk Buaya Padang**

<b>Dukungan Keluarga</b>	<i>Self Care Management</i>				<b>Jumlah</b>	<i>p value</i>
	<b>Rendah</b>		<b>Tinggi</b>			
	<i>f</i>	<i>%</i>	<i>f</i>	<i>%</i>		
Tidak Mendukung	2	66,	1	33,	3	100,
Mendukung	6	7	3	3	9	0
Mendukung	1	24,	3	76,	5	100,
	2	0	8	0	0	0
Jumlah	3	42,	5	59,	8	100,
	8	7	1	6	9	0

Berdasarkan tabel 3. dapat dilihat bahwa proporsi hipertensi di Puskesmas Lubuk Buaya Padang yang memiliki self care management yang rendah lebih banyak ditemukan pada penderita hipertensi dengan keluarga tidak mendukung (66,7%) dibandingkan dengan keluarga mendukung (24,0%). Dari uji statistik Chi Square diperoleh p value = 0,000 (< 0,05), artinya terdapat hubungan dukungan keluarga dengan self care management pada penderita hipertensi di Puskesmas Lubuk Buaya Padang.

## **PEMBAHASAN**

### **Analisa Univariat**

#### **Self Care Management pada Penderita Hipertensi**

Hasil penelitian ini menunjukkan kurang dari separoh (42,7%) memiliki self care management rendah di Puskesmas Lubuk Buaya Padang. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Yulita (2023) ditemukan hasil 41,6% penerapan self care management. Penelitian yang sejalan juga dilakukan oleh Wachyu (2021) ditemukan hasil 48% self care management kurang baik. Penelitian lain yang sejalan dilakukan oleh Miranti (2023) ditemukan hasil self care management kurang 45%.

Self Care hipertensi ialah suatu tugas yang penting dalam mengendalikan konsekuensi negatif dari penyakit, dan itu memerlukan perubahan perilaku seperti pemahaman tentang pendidikan kesehatan dan sikap terhadap pasien yang mengidap hipertensi (Suprayitno, 2019). Self care management hipertensi meliputi kepatuhan kontrol tekanan darah sesuai anjuran tenaga kesehatan, teratur minum obat anti hipertensi, makan makanan rendah lemak, rendah garam, dan berolahraga secara teratur (Oktria et al., 2021).

Pendidikan yang tinggi akan mempengaruhi kemampuan manusia untuk menangkap informasi yang diperoleh, dalam hal ini berkaitan

dengan informasi kesehatan sehingga dikaitkan dengan kesadaran untuk memeriksakan diri ke fasilitas kesehatan serta dapat mengerti cara mencegah hipertensi serta paham akan komplikasi-komplikasi lanjutan akibat hipertensi (Wahyuni, 2020).

Analisa peneliti self care management yang rendah dapat dilihat dari hasil penelitian dimana 46,1% tidak pernah mengkonsumsi buah dan sayur, 58,4% kadang-kadang mengkonsumsi makanan rendah garam, 51,7% kadang-kadang mengontrol jenis makanan yang saya konsumsi di rumah dan saat diluar rumah dan 57,3% kadang patuh terhadap aturan yang telah dianjurkan dokter.

Asumsi peneliti self care management rendah dapat dikarenakan penderita hipertensi banyak yang berjenis kelamin perempuan dan sebagai ibu rumah tangga sehingga untuk melakukan self care management tidak memiliki waktu karena mengurus rumah tangga dan ditemukan pula masih ada yang memiliki pendidikan rendah SD dan SMP (33,7%) sehingga tidak mengetahui tentang self care management tersebut, selain itu lama menderita juga menjadi faktor tidak melakukan self care management karena penderita hipertensi merasa bosan melakukan pengobatan hipertensi.

Selain pendidikan usia juga mempengaruhi pelaksanaan self care management. Dimana pada penelitian responden pada rentang usia lansia, bertambahnya usia juga mempengaruhi kemandirian dari berbagai aspek kehidupan, terutama dalam pemenuhan kebutuhan hidup sehari-hari, salah satunya adalah Self management hipertensi yang kurang baik pada lansia. Lansia sulit mengontrol diet, periksa tekanan darah dan minum obat secara teratur. Ketidakmampuan fisik adalah salah satu faktor yang menyebabkan lansia hanya diam di rumah dan tidak mengunjungi fasilitas pelayanan kesehatan yang ada.

#### **Dukungan Keluarga pada Penderita Hipertensi**

Hasil penelitian didapatkan hasil kurang dari separoh (43,8%) memiliki keluarga tidak mendukung tentang self care management. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Yulita (2023) tentang hubungan dukungan keluarga dengan penerapan self care management di wilayah kerja Puskesmas Nita ditemukan hasil keluarga tidak mendukung 41,6%. Penelitian Wachyu (2021) tentang hubungan dukungan keluarga dengan self care management di Posyandu lansia Kelurahan Manyar Sabrangan Surabaya ditemukan hasil keluarga tidak mendukung 46%. Penelitian lain yang dilakukan oleh Miranti (2023) tentang Analisis Dukungan Keluarga dengan Self Cafe Mangement pada lansia hipertensi ditemukan hasil dukungan keluarga kurang 46%.

Keluarga merupakan support system (sistem pendukung) yang berarti sehingga dapat memberi petunjuk tentang kesehatan mental klien, peristiwa dalam hidupnya dan sistem dukungan yang diterima. Sistem dukungan penting bagi kesehatan lanjut usia terutama fisik dan emosi. Keluarga adalah dua atau lebih individu yang bergabung karena hubungan darah, perkawinan dan adopsi dalam satu rumah tangga, yang berinteraksi satu dengan lainnya dalam peran dan menciptakan serta mempertahankan suatu budaya (Sukmawati, 2021).

Dukungan keluarga adalah semua bantuan yang diterima oleh salah satu anggota keluarga yang diperoleh dari anggota keluarga lainnya seperti dukungan emosional, instrumental, informatif dan penilaian. Dukungan dari keluarga penting bagi pasien hipertensi, keluarga berperan untuk mengingatkan pasien dalam minum obat, mengontrol pola makan, dan gaya hidup sesuai dengan anjuran dari petugas kesehatan (Dewi et al., 2022). Dukungan keluarga sebagai salah satu sumber dukungan sosial merupakan suatu sikap, tindakan, dan penerimaan keluarga berfungsi sebagai system pendukung bagi anggotanya. Dukungan keluarga meliputi empat aspek yaitu dukungan dimensi emosional, instrumental, penghargaan, dan informasi (Friedman, 2020).

Analisa penelitian keluarga yang tidak mendukung dapat dilihat dari hasil penelitian, dimana 48,3% keluarga tidak pernah mendampingi saya dalam perawatan, 51,7% keluarga jarang meyakinkan saya untuk bisa sembuh melalui perawatan yang saya jalani, 46,1% keluarga tidak pernah ikut berdiskusi setiap keputusan yang saya ambil, keluarga 46,1% tidak pernah didampingi oleh keluarga, 52,8% kadang keluarga membandingkan dengan positif penyakit hipertensi yang saya alami dengan pasien yang memiliki penyakit lebih parah dari saya dan 43,8% tidak pernah keluarga mengingatkan saya mengontrol minum obat, olah raga dan makan.

Asumsi peneliti kurangnya dukungan keluarga ini dapat dilihat dari empat dimensi dukungan keluarga yaitu dukungan emosional, penghargaan, informasi, dan instrumental. Kurangnya dukungan keluarga ini dikarenakan kesibukan dalam aktifitas seharusnya sehingga tidak memiliki waktu untuk memperhatikan keadaan yang menderita hipertensi. Dari hasil penelitian ini dapat disimpulkan kurangnya dukungan keluarga ini dikarenakan mayoritas keluarga tidak yakin keluarganya bisa sembuh melalui perawatan yang dijalani.

### **Analisa Bivariat**

#### **Hubungan Dukungan Keluarga dengan Self Care Management**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa proporsi hipertensi di Puskesmas Lubuk Buaya Padang yang memiliki self care management yang rendah lebih banyak ditemukan pada penderita hipertensi dengan keluarga tidak mendukung (66,7%) dibandingkan dengan keluarga mendukung (24,0%). Dari uji statistik Chi Square diperoleh p value = 0,000 (< 0,05), artinya terdapat hubungan dukungan keluarga dengan self care management pada penderita hipertensi di Puskesmas Lubuk Buaya Padang.

Penelitian ini didukung oleh penelitian Miranti (2023) tentang Analisis Dukungan Keluarga dengan Self Care Management pada lansia hipertensi ditemukan hasil dukungan keluarga kurang 46% dan self care management kurang 45%. Ada hubungan dukungan keluarga dengan self care management (pvalue=0,040). Penelitian lain yang sejalan dilakukan oleh hubungan dukungan keluarga dengan self care behaviour penderita hipertensi di Puskesmas Purwokerto Selatan ditemukan hasil p value=0,000. Penelitian yang dilakukan oleh Surani (2022) tentang hubungan antara dukungan keluarga dengan self-care pada penderita hipertensi ditemukan hasil ada hubungan dukungan keluarga dengan self care pada lansia hipertensi (pvalue=0,045).

Salah satu dukungan keluarga yang dapat memengaruhi perilaku pasien hipertensi adalah mereka yang sering berinteraksi dengan penderita, yaitu keluarga penderita hipertensi itu sendiri. Adanya dukungan ini membuat individu memiliki perasaan nyaman, diperdulikan dan dicintai oleh keluarga sehingga dapat menangani masalah dengan baik (Ayuni, 2020).

Dukungan keluarga sebagai salah satu sumber dukungan sosial merupakan suatu sikap, tindakan, dan penerimaan keluarga berfungsi sebagai sistem pendukung bagi anggotanya. Dukungan keluarga meliputi empat aspek yaitu dukungan dimensi emosional, instrumental, penghargaan, dan informasi (Friedman, 2016).

Keluarga merupakan support system (sistem pendukung) yang berarti sehingga dapat memberi petunjuk tentang kesehatan mental klien, peristiwa dalam hidupnya dan sistem dukungan yang diterima. Sistem dukungan penting bagi kesehatan lanjut usia terutama fisik dan emosi. Keluarga adalah dua atau lebih individu yang bergabung karena hubungan darah, perkawinan dan adopsi dalam satu rumah tangga, yang berinteraksi satu dengan lainnya dalam peran dan menciptakan serta mempertahankan suatu budaya (Sukmawati, 2018).

Analisis peneliti adanya hubungan dukungan keluarga dengan self care management pada penderita hipertensi ini dapat dilihat bahwa keluarga tidak mendukung lebih banyak pada self care management yang rendah (66,7%). Kurangnya dukungan keluarga ini dikarenakan kesibukan keluarga sehingga tidak dapat memberikan informasi, perhatian untuk mengantarkan kontrol minum obat, mendampingi saat berobat dan tidak pernah dibawa ikut diskusi tentang penyakitnya sehingga penderita hipertensi tidak dapat melaksanakan self care management dengan baik.

Selain itu ditemukan juga keluarga yang mendukung namun self care management rendah (24,0%). Hal ini dikarenakan penderita hipertensi yang mengalami hipertensi lebih banyak sudah berusia tua sehingga tidak diperlukan lagi mengikuti pelaksanaan self care behavior. Hal ini dapat dilihat dari hasil penelitian jarang berolahraga sedikitnya > 30 menit setiap hari, jarang berusaha menjaga diri agar tetap tenang ketika ada masalah, kadang-kadang merokok, tidak pernah mengontrol emosi dan hidup lebih santai dan tidak pernah kontrol tekanan darah ke pelayanan kesehatan sesuai anjuran dokter. Pada penelitian ini adanya hubungan dukungan keluarga dengan self care behavior dapat dilihat bahwa keluarga yang mendukung akan memperlihatkan self care behavior tinggi begitu pula sebaliknya jika keluarga tidak mendukung akan memperlihatkan self care behaviornya juga rendah.

## **KESIMPULAN**

Dari hasil analisis data dapat disimpulkan hubungan pengetahuan dan dukungan keluarga dengan self care management pada penderita hipertensi di Puskesmas Lubuk Buaya Padang sebagai berikut :

1. Kurang dari separoh (42,7%) memiliki self care management rendah pada penderita hipertensi di Puskesmas Lubuk Buaya Padang tahun 2025.
2. Kurang dari separoh (43,8%) memiliki keluarga tidak mendukung pada penderita hipertensi di Puskesmas Lubuk Buaya Padang tahun 2025.
3. Ada hubungan dukungan keluarga dengan self care management pada penderita hipertensi di Puskesmas Lubuk Buaya Padang tahun 2025 (pvalue=0,000).

## **Saran**

Berdasarkan hasil penelitian yang didapatkan, maka peneliti memiliki saran yang dapat dikemukakan :

1. Bagi Pelayanan Keperawatan

Disarankan kepada pihak Puskesmas Lubuk Buaya Padang meningkatkan peran aktif petugas Puskesmas dalam memberikan informasi dan edukasi yang lengkap secara intensif tentang self care management pada penderita hipertensi dan keluarga dapat meningkatkan lagi peran penting dalam pelaksanaan self care management lansia hipertensi.

2. Bagi Institusi Pendidikan

Saran peneliti bagi pendidikan keperawatan yaitu agar hasil penelitian ini dapat bermanfaat sebagai bahan bacaan untuk meningkatkan pengetahuan mahasiswa

keperawatan tentang pengetahuan dan dukungan keluarga dapat meningkatkan self care management pada penderita hipertensi hipertensi.

### 3. Bagi Penelitian Keperawatan

Diharapkan kepada peneliti selanjutnya dapat menggunakan penelitian ini untuk dilanjutkan dengan variabel yang berbeda seperti dukungan psikososial, pendidikan, pendapatan dan efficacy diri.

## DAFTAR PUSTAKA

- Akbar. (2019). Determinan Epidemiologi Kejadian Hipertensi pada Pasien di Wilayah Kerja Puskesmas Jatisawit. *Jurnal Hibualamo: Seri Ilmu-Ilmu Alam dan Kesehatan*. ; 2(2):41–47
- Ardiansyah. (2021). *Medikal Bedah Untuk Mahasiswa*, Yogyakarta : Diva Press
- Ayuni. (2020). Kepatuhan Penderita Penderita Hipertensi Dalam Pemenuhan Diet Hipertensi. *Sorot*, 6(1), 46-53
- Black & Hawks. (2024). *Keperawatan Medikal Bedah: Manajemen Klinis untuk Hasil yang Diharapkan*. Jakarta: Salemba Medika
- Dewi, et al. (2022). Hubungan Dukungan Keluarga dan Penerimaan Diri Terhadap Self Management pada Pasien Hipertensi di RSUD dr. R. Soetijono. Blora. *Jurnal Pena Nursing*. Vol 1 No. 1.
- Ekawati. (2021). Analisis Kepetuhan Kontrol Berobat Pasien Hipertensi Rwat Jalan Pada Pengujung Puskesmas Pisangan. *Jurnal Kajian dan Pengembangan Kesehatan Masyarakat*.
- Friedman. (2020). *Buku Ajar Keperawatan Keluarga: Riset, Teori dan Praktik*, (Edisi Ke-5). Jakarta: EGC
- Herdiana. (2021). Pengaruh Aktivitas Fisik Dan Obesitas Dengan Kejadian Hipertensi Pada Pasien di Puskesmas Klampis Ngasem Kota Surabaya. *An-Nadaa: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 8 (2) Desember 2021 :114-120
- Hidayat. (2019). *Metodologi Penelitian Keperawatan Teknik Analisa Data*. Jakarta : Salemba Medika
- Kemenkes RI. (2022). *Pusat Data dan Informasi*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Khoirul. (2022). Terapi Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Tekanan Darah Pada Pasien Penderita Hipertensi. *Jurnal Keperawatan*. Vol 2 No. 1.
- Mubarak. (2021). *Ilmu Kesehatan Masyarakat : Teori dan Aplikasi*. Jakarta: Salemba Medika.
- Mufidah. (2020). Development Of The Persian Hypertension Self Management Questionnaire. *International Cardiovascular Research Journal*. 13 (1)
- Notoatmodjo. (2019). *Metodologi Penelitian Kesehatan*, Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, (2019). *Perilaku dan Promosi Kesehatan*, Jakarta : Rineka Cipta
- Nwinee. (2021). Socio-Behaveoural Self-Care Management Nursing Model. *West African Journal Of Nursing*.
- Oktria. (2021). Intensi dan perilaku perawatan diri pada penderita hipertensi di Puskesmas 2 Sumbang Kabupaten Banyumas. *Seminar Nasional Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 169–177.
- Profil Dinas Kesehatan Sumatera Barat. (2023).
- Profil Dinas Kesehatan Kota Padang. (2023).
- Pudiastuti. (2020). *Penyakit-Penyakit Mematikan*. Yogyakarta : Nuha Medika.
- Puspita. (2021). Faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian hipertensi pada Pasien di Puskesmas Air Dingin Lubuk Minturun. *Health & Medical Journal*, 2(2), 68–77
- Setiati. (2021). *Ilmu Penyakit Dalam*, Jakarta : Interna Publishing
- Smeltzer. (2022). *Medical Surgical Nursing*. Vol 1 Ed. 12 Philadelphia. Lippincott
- Sukmawati. (2021). Pengetahuan Keluarga Tentang Hipertensi Pada Pasien. *Jurnal Keperawatan BSI*, Vol. 8 No. 2 September 2020
- Tarwoto. (2022). *Kebutuhan Dasar Manusia dan Proses Keperawatan Edisi 5*. 5th edn. Edited by Salemba Medika. Jakarta Selatan : Salemba Medika.
- WHO. (2023). Hypertension WHO. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/hypertension>. Diakses Pada Tanggal 02 April 2023
- Wijaya. (2020). *Keperawatan Medikal Bedah 1*. Yogyakarta : Nuha Medika.
- Wahyuni. (2020). *Self-management Among Patients with Hypertension in Bangladesh*.

- Winata et al. (2022). Faktor-Faktor Yang Berhubungan dengan Self Care Pada Orang Dewasa Yang Mengalami Hipertensi Di Puskesmas Kendal01 Kabupaten Kendal. *Jurnal Keperawatan*.
- Wulandari. (2024). Cara Jitu Mengatasi Hipertensi. Yogyakarta : CV. Andi
- Yatim et al. (2019). Factors influencing patients' hypertension self-management and sustainable self-care practices: a qualitative study. *Public health*. 173. 5-8.