

**HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN KELUARGA DAN
KEPATUHAN DIIT PADA PENDERITA HIPERTENSI
DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS PERUMNAS II
KOTA PONTIANAK**

**HANA ULFIAH
I1031191028**

SKRIPSI



**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS TANJUNGPURA
PONTIANAK**

2023

**HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN KELUARGA DAN
KEPATUHAN DIIT PADA PENDERITA HIPERTENSI
DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS PERUMNAS II
KOTA PONTIANAK**

**HANA ULFIAH
I1031191028**

SKRIPSI

**Sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan
pada Program Studi Keperawatan**



**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS TANJUNGPURA
PONTIANAK
2023**

SKRIPSI

**Hubungan Antara Dukungan Keluarga Dan Kepatuhan Diit Pada Penderita
Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Perumnas 2 Kota Pontianak**

Oleh :

Hana Ulfiah

NIM. I1031191028

Telah dipertahankan dihadapan dewan penguji Skripsi,
Program Studi Keperawatan, Fakultas Kedokteran,
Universitas Tanjungpura

Tanggal : 22 Juni 2023

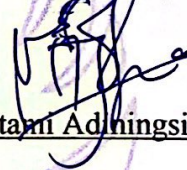
Disetujui,

Pembimbing I



Titan Ligita, S.Kp., MN., PhD
NIP. 197904042002122011

Pembimbing II



Ns. Berthy Sri Utami Adhingsih, S.Kep., M.Kep
NIDN.

Penguji I



Ns. Mita, S.Kep., M.Kep
NIP. 198901032018032001

Penguji II



Ns. Murtilita, S.Kep., M.Kep
NIP.

Mengetahui,
Plt. Dekan Fakultas Kedokteran
Universitas Tanjungpura

dr. Syarifah Nur Hamidah R. S.A., M.Biomed
NIP. 198602112012122003

Lulus Tanggal
No. SK Dekan FK
Tanggal

20 Juni 2023
: 1830/UN22.9/TD.06/2023
: 9 Maret 2023



**KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
RISET DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS TANJUNGPURA
FAKULTAS KEDOKTERAN**

Jalan Prof. Dr. H. Hadari Nawawi Pontianak 78124
Telepon (0561) 765342, 8121434, 8121432, 8121443, dan Sentral 8102617, 583865
Faximili (0561) 765342, 583865, 8102617, 8121443, 8121434, 8121432 Kotak Pos 1049
e-mail : kedokteran@untan.ac.id website: kedokteran.untan.ac.id

**PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN
JURUSAN KEPERAWATAN FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS TANJUNGPURA
PONTIANAK**

**LEMBAR PERSETUJUAN PERBAIKAN (REVISI)
SEMINAR HASIL PENELITIAN SKRIPSI**

Nama Mahasiswa : Hana Ulfiah
Nomor Induk Mahasiswa (NIM) : I1031191028
Tanggal Sidang Skripsi : Selasa, 20 Juni 2023
Judul Skripsi : Hubungan Antara Dukungan Keluarga Dan Kepatuhan
Diit Pada Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja
Puskesmas Perumnas II Kota Pontianak

Telah direvisi, disetujui oleh tim penguji/tim pembimbing dan diperkenankan untuk
Diperbanyak/Dicetak

NO.	NAMA PENGUJI	TANDA TANGAN
1.	Ns. Mita, S.Kep., M.Kep NIP. 198901032018032001	
2.	Ns. Murtilita, S.Kep., M.Kep NIP. -	

Pontianak, Juni 2023
Mengetahui,

Pembimbing I



Titan Ligita, S.Kp., MN., PhD
NIP. 197904042002122011

Pembimbing II



Ns. Berthy Sri Utami Adiningsih, S.Kep., M.Kep
NIDN. -

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Hana Ulfiah

NIM : I1031191028

Program Studi : Keperawatan

Fakultas : Kedokteran

Universitas : Tanjungpura

Dengan ini menyatakan bahwa judul skripsi ini “hubungan antara dukungan keluarga dan kepatuhan diit pada penderita hipertensi di wilayah kerja puskesmas perumnas II kota pontianak” memang benar bebas dari plagiat dan apabila pernyataan ini terbukti tidak benar maka saya bersedia menerima sanksi sesuai dengan ketentuan yang berlaku di Universitas Tanjungpura.

Demikian surat pernyataan ini saya buat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Pontianak, 20 Juni 2023



Hana Ulfiah

I1031191028

HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN KELUARGA DAN KEPATUHAN DIIT PADA PENDERITA HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS PERUMNAS II KOTA PONTIANAK

Skripsi, Juni 2023

Hana Ulfiah

XIV + 101 Halaman + 7 Tabel + 14 Lampiran

ABSTRAK

Latar Belakang: Hipertensi merupakan peningkatan tekanan darah yang dapat memicu terjadinya berbagai komplikasi. Saat ini banyak penderita yang tidak mematuhi diit yaitu dengan melakukan gaya hidup modern yang cenderung menyukai hal-hal yang instan. Keterlibatan keluarga dalam intervensi dan promosi kesehatan klien sangat penting karena keluarga dapat mempengaruhi pengambilan keputusan anggota keluarga yang memiliki hipertensi.

Tujuan: Untuk menganalisis hubungan antara dukungan keluarga dan kepatuhan diit pada penderita hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Perumnas II Kota Pontianak.

Metode: Penelitian ini bersifat kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional*. Adapun teknik *sampling* yang digunakan pada penelitian adalah teknik *accidental sampling* dengan jumlah responden sebanyak 62 responden. Instrument yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner dukungan keluarga dan diit hipertensi. Uji hipotesis dalam penelitian ini menggunakan *Spearman Rank (Rho)*.

Hasil: Hasil analisis univariat sebagian besar (53,2%) penderita hipertensi mendapatkan dukungan keluarga yang cukup sebanyak 33 responden dan sebagian besar juga (64,5%) penderita hipertensi cukup patuh terhadap diit hipertensi sebanyak 40 responden. Hasil uji bivariat menjelaskan bahwa terdapat korelasi yang signifikan antara dukungan keluarga dengan kepatuhan diit pada penderita hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Perumnas II Kota Pontianak dengan hasil uji nilai *Correlation Coefficient* yaitu 0,599 yang menunjukkan tingkat korelasi kuat dan adanya hubungan positif yang searah antara kedua variabel tersebut. Hasil nilai *Sig. (2-tailed)* yaitu 0,000 ($p = \text{value} < 0,05$).

Kesimpulan: Terdapat hubungan positif antara dukungan keluarga pada penderita hipertensi berupa keluarga memberi informasi tentang pentingnya memperbanyak minum air putih dan memberikan dukungan untuk mengurangi makanan yang banyak mengandung garam untuk kepatuhan diit di Wilayah Kerja Puskesmas Perumnas II Kota Pontianak.

Kata Kunci: Diit, Dukungan Keluarga, Hipertensi, Kepatuhan, Keperawatan Keluarga, PTM

Referensi: 68 (2011-2023)

**THE RELATIONSHIP BETWEEN FAMILY SUPPORT AND
DIETARY ADHERENCE IN PATIENTS WITH HYPERTENSION
IN THE WORKING AREA OF THE PERUMNAS II HEALTH CENTER
IN PONTIANAK CITY**

Thesis, June 2023

Hana Ulfiah

XIV + 101 Pages + 7 Tables + 14 Attachments

ABSTRACT

Background: Hypertension is an increase in blood pressure that can trigger complications. Today many who disobey the diet are pursuing a modern lifestyle that tends to attract instant attention. Family involvement in the intervention and promotion of the client's health is very important because the family can influence the decision-making of family members who have hypertension.

Objective: To analyze the relationship between family support and dietary adherence in patients with hypertension in the Perumnas 2 health center.

Methods: This research was a quantitative type of study using a cross-sectional approach. The sampling technique used in this study was an intermediate sampling technique with a total of 62 respondents. The instrument used in this study was family support questionnaire and hypertension diet. The research hypothesis was tested using the Spearman Rank.

Results: The results of the univariate analysis showed that the majority (53.2%) of hypertension sufferers received adequate family support (33 respondents) and the majority (64.5%) of hypertensive patients were quite compliant with hypertension diets of 40 respondents. The results of the bivariate test explained that there was a significant correlation between family support and diet adherence in hypertension sufferers in the Working Area of the Public Health Center of Perumnas II Pontianak City with the test results of the Correlation Coefficient of 0.599 indicating a strong correlation level and a unidirectional positive relationship between the two variables. The results of the Sig value. (2-tailed) is 0.000 ($p = \text{value} < 0.05$).

Conclusion: There is a positive relationship between family support for people with hypertension in the form of families, providing information about the importance of increasing drinking water and providing support to reduce foods that contain lots of salt for diet compliance in the Working Area of the Perumnas II Health Center Pontianak City.

Keywords: Diet, Family Support, Hypertension, Adherence, Family Nursing, NCDS

Reference: 68 (2011-2023)

KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT yang telah melimpahkan segala rahmatNya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Hubungan Antara Dukungan Keluarga dan Kepatuhan Diet pada Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Perumnas II Kota Pontianak” guna memenuhi sebagian persyaratan untuk memperoleh tugas akhir Pendidikan Sarjana di Program Studi Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Tanjungpura Pontianak.

Penulis menyadari kelemahan serta keterbatasan yang ada sehingga dalam menyelesaikan skripsi ini memperoleh bantuan dari berbagai pihak, dalam kesempatan ini penulis menyampaikan ucapan terimakasih kepada :

1. Prof. Dr. H Garuda Wiko, SH, M.Si selaku Rektor Universitas Tanjungpura Pontianak.
2. dr. Syf. Nurul Yanti Rizki SA. M. Biomed selaku Plt Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Tanjungpura Pontianak.
3. Ibu Titan Ligita, S.Kp., MN., PhD, selaku Ketua Jurusan Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Tanjungpura Pontianak dan sekaligus dosen pembimbing pertama yang telah sabar membimbing dengan ketulusan hati, memberi kritik, saran dan arahan serta ilmu yang bermanfaat bagi peneliti sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini.
4. Ns. Ikbil Fradianto, M. Kep, selaku Ketua Program Studi S1 Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Tanjungpura Pontianak.
5. Ns. Nita Arisanti Yulanda, S.Kep., M.Kep, selaku dosen pembimbing akademik yang telah memberikan dukungan, kritik dan motivasi dari sejak awal perkuliahan .
6. Ns. Berthy Sri Utami Adiningsih, S.Kep., M.Kep selaku dosen pembimbing kedua yang telah memberikan arahan, saran dan kritik yang dapat membantu peneliti sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.

7. Ns. Mita, S.Kep., M.Kep, selaku dosen penguji pertama saya yang telah memberikan kritik dan saran dalam proses penyusunan skripsi ini dapat terselesaikan.
8. Ns. Murtilita, S.Kep., M.Kep, selaku dosen penguji kedua saya yang telah memberikan kritik dan saran dalam proses penyusunan skripsi ini dapat terselesaikan.
9. Seluruh dosen dan civitas akademik di Fakultas Kedokteran Universitas Tanjungpura Pontianak khususnya di Program Studi Keperawatan yang telah membantu dalam kelancaran proses skripsi ini.
10. UPK Puskesmas Perumnas II Kota Pontianak yang telah mengizinkan saya melakukan penelitian di wilayah tersebut sehingga penelitian ini berjalan dengan lancar.
11. Kedua orang tua saya bapak A.Karim dan ibu Halijah serta kakak dan abang saya yaitu Fiza Hanin dan Ahmad Saugi yang selalu memberikan dukungan, motivasi, saran dan doa sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini.
12. Teruntuk sahabat saya Zenita Indra Ramadhita, Nur Ramadhania, Ananda Aprilia, Elisabet Nopiana, dan Hazimah Mufidah yang telah membantu, memberikan solusi, dukungan serta doa sehingga bisa menyelesaikan skripsi dengan baik.
13. Seluruh teman-teman Keperawatan angkatan 2019 (EXOFAGUS) yang telah membantu dan memotivasi dalam penyusunan skripsi ini.
14. Berbagai pihak terkait yang tidak dapat disebutkan satu persatu atas segala bantuan secara langsung ataupun tidak langsung.

Peneliti menyadari bahwa penulisan ini masih banyak kekurangan dan masih jauh dari kata sempurna baik isi maupun susunannya. Semoga naskah penelitian ini dapat bermanfaat tidak hanya bagi peneliti juga bagi para pembaca.

Pontianak, 20 Juni 2023

Hana Ulfiah

NIM. I1031191028

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	
LEMBAR PENGESAHAN	i
HALAMAN REVISI	ii
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN	iii
ABSTRAK.....	iv
ABSTRACT.....	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR SINGKATAN	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	5
1.3 Tujuan Penelitian.....	6
1.3.1 Tujuan Umum	6
1.3.2 Tujuan Khusus	6
1.4 Manfaat Penelitian.....	7
1.4.1 Teoritis	7
1.4.2 Praktis.....	7
BAB II KAJIAN PUSTAKA PUSTAKA. KERANGKA TEORI DAN HIPOTESIS.....	9
2.1 Hipertensi.....	9
2.1.1 Definisi Hipertensi	9
2.1.2 Klasifikasi Hipertensi.....	10
2.1.3 Etiologi Hipertensi	11
2.1.4 Gejala Hipertensi.....	13
2.1.5 Komplikasi Hipertensi	14
2.2 Manajemen Penderita Hipertensi.....	15
2.3 Kepatuhan.....	15
2.3.1 Definisi Kepatuhan.....	15

2.3.2 Faktor Yang Mempengaruhi Kepatuhan.....	16
2.4 Manajemen Diet	17
2.5 Dukungan Keluarga	18
2.5.1 Definisi Dukungan Keluarga	18
2.5.2 Bentuk Dukungan Keluarga	19
2.5.3 Fungsi Keluarga	20
2.6 Lansia.....	24
2.6.1 Definisi Lansia	24
2.6.2 Batasan Lansia	24
2.6.3 Ciri-ciri Lansia	25
2.7 Kerangka Teori.....	26
2.8 Hipotesis	27
BAB III METODE PENELITIAN.....	28
3.1 Rancangan Penelitian	28
3.2 Populasi, Sampel, dan Setting Penelitian	28
3.2.1 Populasi	28
3.2.2 Sampel.....	29
3.2.3 Setting Penelitian	30
3.3 Kerangka Konsep	31
3.4 Variabel Penelitian	31
3.5 Definisi Operasional	32
3.6 Instrumen Penelitian	34
3.7 Uji Validitas dan Reliabilitas.....	34
3.8 Prosedur Pengumpulan Data	34
3.9 Prosedur Pengolahan Data.....	36
3.10Analisa Data	38
3.10.1Analisis Univariat	38
3.10.2Analisis Bivariat	38
3.11Pertimbangan Etika Penelitian.....	38
BAB IV HASIL PENELITIAN	41
4.1 Analisa Univariat.....	41
4.2 Analisa Variabel Dukungan Keluarga.....	42
4.3 Analisa Variabel Kepatuhan Diet.....	43
4.4 Analisa Bivariat	43

BAB V PEMBAHASAN.....	45
5.1 Karakteristik responden.....	45
5.1.1 Usia	45
5.1.2 Jenis Kelamin	46
5.1.3 Pendidikan.....	48
5.1.4 Pekerjaan	50
5.1.5 Informasi	52
5.2 Dukungan Keluarga Penderita Hipertensi	54
5.3 Kepatuhan Diit Penderita Hipertensi	56
5.4 Hubungan Antara Dukungan Keluarga dan Kepatuhan Diit Pada Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Perumnas II Kota Pontianak	58
5.5 Keterbatasan Penelitian	60
5.6 Implikasi Keperawatan	60
BAB VI PENUTUP.....	61
6.1 Kesimpulan.....	61
6.2 Saran	61
DAFTAR PUSTAKA	63

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1.2 Klasifikasi Hipertensi.....	11
Tabel 3.1 Definisi Operasional	332
Tabel 3.9 Coding Karakteristik Responden	36
Tabel 4.1 Analisa Univariat	41
Tabel 4.2 Analisa Variabel Dukungan Keluarga	42
Tabel 4.3 Anlisa Variabel Kepatuhan Diit	43
Tabel 4.4 Analisa Bivariat.....	43

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.7 Kerangka Teori.....	26
Gambar 3.3 Kerangka Konsep	31

DAFTAR SINGKATAN

Diet DASH	: <i>Dietary Approaches to Stop Hypertension</i>
Ha	: Hipotesis Alternatif
H0	: Hipotesis Nol
IRT	: Ibu Rumah Tangga
JNC	: <i>Join National Committee</i>
WHO	: <i>World Health Organization</i>

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Lembar Penjelasan Penelitian.....	70
Lampiran 2 Lembar Informed Consent.....	71
Lampiran 3 Lembar Kuesioner	72
Lampiran 4 Hasil Uji Univariat Karakteristik Responden.....	76
Lampiran 5 Hasil Uji Univariat Dukungan Keluarga dan Kepatuhan Diet.....	78
Lampiran 6 Coding Hasil Karakteristik Responden	79
Lampiran 7 Coding Hasil Kuesioner Dukungan Keluarga	81
Lampiran 8 Coding Hasil Kuesioner Diet Hipertensi	84
Lampiran 9 Surat Lolos Kaji Etik	87
Lampiran 10 Studi Pendahuluan	88
Lampiran 11 Surat Izin Penelitian.....	92
Lampiran 12 Lembar Konsultasi.....	94
Lampiran 13 Dokumentasi Penelitian.....	98
Lampiran 14 Biodata Peneliti	100

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Hipertensi sering disebut sebagai “*silent killer*”, sering terjadi tanpa gejala atau tanpa disadari oleh penderitanya dan jika tidak ditangani dapat menyebabkan kematian. Hipertensi didefinisikan sebagai peningkatan jangka panjang tekanan darah sistolik dan diastolik pada setiap orang di atas 140 mmHg dan di atas 90 mmHg (P2PTM Kemenkes RI, 2020; Rismayanti, 2021). Hipertensi yang terjadi dapat memicu terjadinya berbagai komplikasi seperti penyakit jantung, stroke, gangguan ginjal, retinopati (kerusakan retina), penyakit pembuluh darah tepi dan gangguan saraf. Hipertensi merupakan penyakit tidak menular dengan tingkat morbiditas dan mortalitas yang tinggi (Yankes Kemkes, 2022b).

World Health Organization (WHO) menyatakan bahwa 1,13 miliar orang di seluruh dunia telah didiagnosis menderita hipertensi dan diperkirakan akan mempengaruhi 1,5 miliar orang pada tahun 2025 dengan 9,4 juta orang akan meninggal setiap tahunnya (WHO, 2015). Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) menyebutkan prevalensi hipertensi pada kelompok usia 18 tahun sebesar 34,1%, dengan sekitar 63.309.620 kasus hipertensi di Indonesia (Riskesdas, 2018). Selanjutnya, kasus hipertensi pada ruang rawat inap rumah sakit di Indonesia didominasi oleh jenis kelamin perempuan dengan 39.823 kasus dibanding laki-laki dengan 29.725 kasus. Riskesdas (2018) juga menyebutkan bahwa prevalensi hipertensi

pada kelompok usia 31-44 tahun sebesar 31,6%, kemudian pada kelompok usia 45-54 tahun sebesar 45,3% dan kelompok usia 55-64 tahun sebesar 55,2%.

Prevalensi hipertensi pada umur > 18 tahun di Provinsi Kalimantan Barat pada tahun 2018 ditemukan sebanyak 17.940 kasus. Prevalensi hipertensi di Kota Pontianak pada tahun 2016 sebanyak 3.859 kasus dan meningkat lagi menjadi 14.639 kasus pada tahun 2017 dikarenakan perubahan gaya hidup yang kurang baik sedangkan pada tahun 2018 mengalami penurunan sebanyak 2.383 kasus dengan prevalensi tertinggi 35,76% dan angka terendah 30,00% disebabkan karena telah mendapatkan pengobatan (Dinas Kesehatan Kota Pontianak, 2017).

Taufandas (2021) mengatakan bahwa pola makan merupakan salah satu cara untuk menurunkan angka kekambuhan hipertensi. Diit adalah pengaturan kebiasaan makan dan konsumsi makanan dan minuman yang dilarang, dibatasi atau diperbolehkan dalam jumlah tertentu untuk tujuan mengobati penyakit, meningkatkan kesehatan atau penurunan berat badan. Saat ini banyak penderita yang tidak mematuhi diit karena kurangnya pengetahuan tentang diit antihipertensi. Isroin *et al* (2019) menyebutkan bahwa gaya hidup modern yang dianut masyarakat saat ini cenderung menyukai hal-hal yang instan. Akibatnya, mereka cenderung tidak aktif secara fisik dan lebih memilih makan makanan siap saji yang tinggi sodium. Mengikuti pola makan yang sehat tidak menjamin seseorang tidak akan

sakit, namun setidaknya memperhatikan kebiasaan konsumsi makanan sehari-hari dapat meminimalkan risiko seseorang terkena penyakit.

Aprillia (2020) menyebutkan bahwa pentingnya diit pada penderita hipertensi adalah memodifikasi diit dengan cara mengurangi asupan natrium dan asupan lemak. Ia melanjutkan bahwa penderita hipertensi juga dapat meningkatkan asupan buah-buahan, sayuran, biji-bijian, makanan kaya kalsium, magnesium dan kalium. Pengelolaan berat badan juga dapat dicapai dengan menerapkan gaya hidup yang baik dan menerapkan kebiasaan diit seperti aktivitas fisik secara teratur dan pembatasan kalori.

Hipertensi dan komplikasinya juga dapat diatasi dan dicegah dengan pengobatan teratur atau tanpa pengobatan dengan menjaga pola hidup sehat. Pola hidup pada penderita hipertensi adalah dengan mematuhi diit, mengurangi obesitas, olahraga teratur, mengurangi asupan garam, makan rendah lemak, rendah kolesterol, tidak merokok, tidak minum alkohol, mengurangi makanan kaya kalium, membatasi kafein, menghindari stres, dan memantau tekanan darah secara teratur (Isroin *et al.*, 2019).

Dietary Approaches to Stop Hypertension (Diet DASH) pertama kali diperkenalkan oleh sebuah Institusi di Amerika Serikat yang bernama National Institute of Health (NIH) pada tahun 1992 (Yankes Kemkes, 2022a). Diet DASH merupakan pola makan sehat “terbaru” yang telah terbukti membantu mengurangi tekanan darah, kolesterol, dan risiko kanker. Diet ini dapat membantu mencapai dan mempertahankan berat badan yang sehat. Pada jenis diet ini tidak ada larangan makan, hanya pola

makan sehat yang sangat bermanfaat (Yankes Kemkes, 2022b). Diet DASH dapat menurunkan tekanan darah sistolik 6-11 mmHg dan tekanan darah diastolik 3-6 mmHg dengan cara diet tinggi sayur, buah, dan hasil olahan susu rendah lemak serta tinggi akan kandungan kalium, kalsium, dan magnesium. Diet DASH mendorong praktisinya untuk mengonsumsi buah-buahan dan sayuran yang dikombinasikan dengan makanan rendah lemak susu, daging tanpa lemak, unggas, ikan, kacang-kacangan, dan biji-bijian Yankes Kemkes (2022).

Arindari & Puspita (2022) mengatakan bahwa dukungan keluarga sangat erat kaitannya dengan kepatuhan pasien terhadap pelaksanaan diit. Hal ini dikarenakan keluarga memiliki hubungan yang sangat erat dengan setiap anggotanya. Taufandas et al (2021) juga menambahkan bahwa dengan adanya dukungan dari keluarga dalam menjalankan kepatuhan diit hipertensi akan memotivasi pasien dengan adanya perhatian yang diberikan oleh keluarga. Dukungan keluarga merupakan bentuk perilaku pelayanan yang dilakukan oleh keluarga berupa dukungan emosional, penghargaan, evaluasi terhadap informasi dan instrumental.

Setiadi (2008) dalam Taufandas *et al* (2021) menjelaskan terdapat 5 (lima) tugas keluarga dalam bidang kesehatan. Kelima tugas tersebut adalah kemampuan mengenal masalah kesehatan, kemampuan mengambil keputusan untuk mengatasi masalah kesehatan, kemampuan merawat anggota keluarga yang sakit, kemampuan memodifikasi lingkungan untuk keluarga agar tetap sehat dan optimal, dan kemampuan memanfaatkan

sarana kesehatan yang tersedia di lingkungannya. Manajemen keluarga yang baik dapat membantu penderita hipertensi mengontrol tekanan darahnya dalam batas normal.

Berdasarkan hasil pengambilan data yang dilakukan di Dinas Kesehatan Kota Pontianak pada tanggal 03 februari 2023 didapatkan bahwa terdapat 23 puskesmas di Kota Pontianak yang memiliki data terkait penyakit hipertensi. Dari data tersebut, didapatkan jumlah penderita hipertensi yang tertinggi di puskesmas Kota Pontianak pada tahun 2022 yaitu ada di Puskesmas Perumnas II yang berjumlah 14.525 orang terdiri dari 7.205 laki-laki dan 7.320 perempuan. Kemudian, peneliti melakukan studi pendahuluan di Wilayah Kerja Puskesmas Perumnas II didapatkan data bahwa jumlah kunjungan penderita hipertensi pada bulan januari 2023 yaitu sebanyak 112 orang. Melalui wawancara singkat pada penderita hipertensi tanggal 25 februari 2023 bahwa mereka mengatakan tidak membatasi dalam mengkonsumsi garam dan masih sering memakan daging yang berlemak seperti bakso. Namun, mereka juga masih meningkatkan untuk konsumsi sayur dan buah-buahan. Berdasarkan latar belakang diatas, maka saya tertarik untuk mengetahui hubungan antara dukungan keluarga dan kepatuhan diit pada penderita hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Perumnas II Kota Pontianak.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang diatas penulis merumuskan masalah berupa pertanyaan sebagai berikut “Apakah Terdapat Hubungan

antara Dukungan Keluarga dan Kepatuhan Diit pada Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Perumnas II Kota Pontianak?”

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan umum penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi dukungan keluarga dengan kepatuhan diit pada pasien hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Perumnas II Kota Pontianak.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi karakteristik penderita hipertensi seperti usia, jenis kelamin, pendidikan, pekerjaan, dan informasi di wilayah kerja Puskesmas Perumnas II Kota Pontianak.
2. Mengidentifikasi dukungan keluarga pada penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Perumnas II Kota Pontianak.
3. Mengidentifikasi kepatuhan diit pada penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Perumnas II Kota Pontianak.
4. Mengidentifikasi hubungan antara dukungan keluarga dan kepatuhan diit pada penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Perumnas II Kota Pontianak.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Teoritis

Diharapkan dapat mengembangkan pengetahuan yang berhubungan antara dukungan keluarga dan kepatuhan diit pada penderita hipertensi sebagai materi untuk edukasi.

1.4.2 Praktis

1. Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi ataupun literatur untuk penelitian selanjutnya

2. Bagi Penderita Hipertensi

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan dalam kehidupan sehari-hari yang berkaitan dengan hubungan dukungan keluarga dan kepatuhan diit pada penderita hipertensi

3. Bagi Masyarakat

Hasil penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan wawasan terutama pada keluarga tentang pentingnya dukungan keluarga dan kepatuhan diit pada penderita hipertensi

4. Bagi Instansi Kesehatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai masukan bagi pihak instansi kesehatan untuk memberikan

informasi pada penderita hipertensi dan dapat dijadikan tolak ukur untuk meningkatkan kualitas pelayanan kesehatan

5. Bagi Instansi Pendidikan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan bacaan dalam proses belajar mengajar mengenai dukungan keluarga terhadap kepatuhan diit pada penderita hipertensi.