

HUBUNGAN DUKUNGAN KELUARGA DENGAN *SELF CARE MANAGEMENT* PADA LANSIA HIPERTENSI

Savira Nurfitasari¹, Luh Titi Handayani², Susi Wahyuning Asih³
Universitas Muhammadiyah Jember^{1,2,3}
saviranur2001@gmail.com¹

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan dukungan keluarga dengan *self care management* pada lansia hipertensi. Metode penelitian penelitian ini adalah metode kuantitatif menggunakan desain penelitian korelasional dengan pendekatan *cross-sectional*. Hasil penelitian melalui uji statistik *Spearman Rank* (Rho) diperoleh p-value $0,040 < (\alpha = 0,05)$ yang artinya terdapat hubungan antara dukungan keluarga dengan *self care management* pada lansia hipertensi. Dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara dukungan keluarga dengan *selfcare management* pada lansia hipertensi.

Kata Kunci: Hipertensi, Keluarga, Lansia, *Self care Management*

ABSTRACT

This study aims to determine the relationship between family support and self-care management in hypertensive elderly. The research method for this research is a quantitative method using a correlational research design with a cross-sectional approach. The results of the research using the Spearman Rank (Rho) statistical test obtained a p-value of $0.040 < (\alpha = 0.05)$, which means there is a relationship between family support and self-care management in hypertensive elderly. It can be concluded that there is a relationship between family support and self-care management in hypertensive elderly

Keywords: *Elderly, Family, Hypertension, Self care Management*

PENDAHULUAN

Keluarga merupakan unit terkecil dari masyarakat yang terdiri dari dua orang atau lebih yang tinggal bersama dalam satu rumah karena adanya ikatan perkawinan, yang memiliki hubungan darah maupun yang diadopsi dimana anggotanya memiliki peran masing-masing. Keluarga memiliki fungsi penting dalam mendukung anggota keluarga untuk mencapai derajat kesehatan yang optimal. Tekanan darah akan terkendali jika peran dan fungsi keluarga berjalan dengan baik. Fungsi keluarga tersebut terdiri dari *affective function* (fungsi afektif), *reproductive function* (fungsi reproduksi), *sozialitation and social placement function* (fungsi sosialisasi dan tempat bersosialisasi), *healthcare function* (fungsi perawatan/pemeliharaan kesehatan), *economic function* (fungsi ekonomi). (Syahla, 2021).

Keluarga berperan membina dan membimbing anggota-anggotanya untuk beradaptasi dengan lingkungan fisik maupun budaya di sekitarnya. Jika semua anggota dapat beradaptasi dengan baik di lingkungan tempat tinggalnya, maka kehidupan masyarakat akan tercipta dengan tenang, aman, dan tenteram. Selain itu, setiap keluarga

memiliki peran yang berkaitan dengan proses regenerasi bagi anak-anaknya. Peran keluarga sangat di perlukan dalam mempertahankan dan meningkatkan kesejahteraan anggota keluarganya, di antaranya adalah menjaga dan merawat kondisi anggota keluarganya (Wasliah, 2020).

Fungsi perawatan kesehatan keluarga berperan dalam melakukan perawatan atau pemeliharaan kesehatan. Fungsi ini mendukung proses pengendalian hipertensi dengan mengontrol tekanan darah. Fungsi tersebut berperan dalam menunjang kesehatan sehingga keluarga dapat menjadi inti dalam melakukan perawatan termasuk juga pada lansia. Masalah kesehatan yang dialami lansia salah satunya yaitu hipertensi. Lansia yang mempunyai masalah kesehatan akan berdampak terhadap kemandirian lansia tersebut. Aktivitas yang dilakukan oleh lansia normalnya dilakukan tanpa bantuan dari orang lain. (Kurniawati, 2018). Kondisi hipertensi pada lansia akan berpengaruh terhadap kemampuan kemandirian lansia seperti lansia tidak mampu untuk datang ke posyandu lansia secara mandiri untuk melakukan pemeriksaan secara rutin. Perilaku lansia yang tidak teratur dalam melakukan perawatan dan pengobatan secara rutin disebabkan penderitanya merasa bosan untuk melakukan pengobatan secara rutin karena membutuhkan waktu yang lama, sehingga menjadikan lansia selalu mengabaikan penyakitnya dikarenakan takut membebani keluarga. (Rahmawati et al., 2022).

Dukungan keluarga sangat di perlukan dalam menghadapi masalah salah satu anggota keluarganya dan sangat memiliki peran penting dalam upaya perawatan kesehatan, karena dukungan tersebut keluarga dapat meningkatkan semangat untuk hidup sehat (Widyaningrum, 2019). Keluarga menjadi *suport system* dalam kehidupan lansia dengan hipertensi, agar keadaan yang dialami tidak semakin memburuk dan terhindar dari komplikasi akibat hipertensi. Dukungan keluarga pada lansia sangat berdampak besar pada lansia sehingga *self care management* pada lansia tidak dilakukan dengan baik. dukungan tersebut yang akan membuat lansia memiliki semangat untuk selalu kontrol ke posyandu lansia secara mandiri. *Self care management* merupakan suatu cara yang dilakukan oleh seseorang dalam melakukan perawatan secara mandiri. Dengan adanya *self care management* maka program dalam pengobatan dapat berjalan dengan efektif karena penderita akan menyadari pentingnya pengobatan dan perawatan yang dilakukan. (Handriana, 2020). Dukungan keluarga yang di dapatkan oleh lansia akan menambah motivasi dan menambah percaya diri untuk menghadapi suatu masalah, dukungan ini berupa motivasi serta mengingatkan lansia untuk selalu kontrol ke posyandu lansia (Niman et al., 2017). Dukungan keluarga sangat mempengaruhi minat lansia terhadap posyandu karena keluarga juga merupakan tempat dimana individu memulai interpersonal dengan lingkungannya oleh karena itu, keluarga perlu meningkatkan dukungan penuh terhadap lansia (Hastuti, 2019).

METODE PENELITIAN

Metode penelitian ini menggunakan desain penelitian korelasional dengan menggunakan pendekatan *Cross Sectional*. Penelitian korelasional merupakan suatu penelitian yang bertujuan membuktikan sejauh mana keterkaitan atau keeratan hubungan antara 2 variabel. Pendekatan yang digunakan adalah pendekatan *Cross Sectional* yaitu melihat atau melakukan observasi atau pengumpulan data sekaligus pada satu waktu yang sama. Artinya tiap subjek penelitian hanya akan dilakukan observasi sekali saja pada saat pemeriksaan. Populasi penelitian ini adalah seluruh penderita hipertensi pada lansia yang tinggal bersama keluarganya di Desa Balung Kulon sebanyak 138 penderita. Terdapat 2 posyandu lansia yaitu Mahoni 29 yang terdata pada

daftar hadir lansia pada bulan januari yaitu berjumlah 80 lansia dan Mahoni 41 yang berjumlah 58 lansia. Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *probability sampling* dengan menggunakan pendekatan *simple random sampling*. *Probability sampling* merupakan teknik sampling dengan setiap anggota populasi memiliki peluang sama dipilih menjadi sampel dengan kata lain, semua anggota tunggal dari populasi memiliki peluang tidak nol (Pierce et al., 2020). Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan teknik *simple random sampling*, yaitu pengambilan sampel secara acak sederhana pada setiap lansia hipertensi yang tinggal bersama keluarga dari populasi mempunyai kesempatan yang sama untuk dijadikan sampel penelitian.

HASIL PENELITIAN

Tabel 1. Data Demografi Lansia Hipertensi di Desa Balung Agustus 2023

Variabel	Frekuensi (Orang)	Persentase (%)
Usia		
60-69	77	74,8 %
70-79	20	19,4 %
80-89	5	4,9 %
>90	1	1,0 %
Jenis Kelamin		
Laki-laki	28	27,2 %
Perempuan	75	72,8 %
Status Pernikahan		
Nikah	87	84,5 %
Cerai Mati	2	1,9 %
Janda/Duda	14	13,6 %
Pekerjaan		
Petani	48	46,6 %
Wiraswasta	29	28,2 %
Pensiunan PNS	3	2,9 %
Tidak bekerja	23	22,3 %
Lansia Tinggal		
Suami/Istri	87	84,5 %
Anak/Cucu	12	11,7 %
Tempat tinggal Lainnya	4	3,9 %

Tabel 1 menunjukkan bahwa responden rata-rata berusia 60-69 tahun sebanyak 70 responden (74,8 %). Jenis kelamin responden paling banyak adalah perempuan yaitu 75 responden (72,8 %). Status pernikahan paling banyak yaitu menikah sejumlah 87 responden (84,5 %). Perkerjaan yang paling banyak yaitu petani sebanyak 48 responden (46,6 %) dan 87 lansia banyak yang tinggal dengan suami/istri (84,5 %).

Tabel 2. Distribusi Dukungan Keluarga

Dukungan Keluarga	Frekuensi (Orang)	Persentase (%)
Dukungan Keluarga Baik	60	58,3%
Dukungan Keluarga Cukup	39	37,9%
Dukungan Keluarga Kurang	4	3,9%
Total	103	100 %

Tabel 2 menunjukkan bahwa dukungan keluarga pada lansia hipertensi mayoritas memberikan dukungan yang baik sebesar 60 orang (58,3 %).

Tabel 3. Distribusi *Self Care Management*.

<i>Self Care Management</i>	Frekuensi (Orang)	Persentase (%)
Baik	13	12,6%
Cukup	68	66,0%
kurang	22	21,4%
Total	103	100 %

Tabel 3 menunjukkan bahwa distribusi *self care management* dalam kategori cukup sebanyak 68 orang (66,0 %).

Tabel 4. Analisis Hubungan Dukungan Keluarga dengan *Self Care Management*

Variabel Independen	Variabel Dependen	P	R
Dukungan Keluarga	<i>Selfcare Management</i>	0,044	-0,199

Tabel 4 menunjukkan ada hubungan antara dukungan keluarga dengan *selfcare management* pada lansia hipertensi.

PEMBAHASAN

Dukungan Keluarga

Berdasarkan hasil sebagian besar yaitu menunjukkan bahwa 60 orang (58,3%) dukungan keluarga pada lansia baik, dan 87 orang (84,5%) lansia tinggal bersama suami/istri. Hal ini menunjukkan bahwa keluarga memiliki dukungan yang baik bagi lansia. Dukungan keluarga yang baik karena keluarga mengetahui benar tentang kebutuhan dasar lansia untuk mencapai kualitas hidup di masa tuanya. Peran keluarga sangat penting dalam upaya pemberian pelayanan keperawatan kepada anggota keluarga dan terutama bagi lansia.

Lansia pada dasarnya akan mengalami penurunan dalam berbagai macam fungsi kesehatan dalam hal ini keluarga memiliki peran yang sangat penting dalam memberikan dukungan yang penuh kepada lansia. Keluarga yang berperan baik kepada lansia maka lansia akan merasa di perhatikan dan diperdulikan. Dukungan keluarga sangat di perlukan dalam menghadapi masalah salah satu anggota keluarganya dan sangat memiliki peran penting dalam upaya perawatan kesehatan, karena dukungan tersebut keluarga dapat meningkatkan semangat untuk hidup sehat

Keluarga merupakan *suport system* utama bagi lansia dalam mempertahankan kesehatannya. Peranan keluarga dalam perawatan lansia yaitu menjaga atau merawat lansia, mempertahankan dan meningkatkan status mental, mengantisipasi perubahan sosial ekonomi serta memberikan motivasi dan memfasilitasi kebutuhan spiritual bagi lansia. Adanya dukungan keluarga akan memberikan kekuatan dan menciptakan suasana saling memiliki satu sama lain pada anggota keluarga tersebut dalam memenuhi kebutuhan perkembangan keluarga. Menurut Friedman (2003) Keluarga memiliki beberapa bentuk dukungan yaitu: dukungan informasi, dukungan penilaian, dukungan instrumental dan dukungan emosional. Hal ini merupakan strategi preventif yang paling

baik untuk meningkatkan dukungan keluarga yang adekuat dalam membantu anggota keluarga dalam mempertahankan kesehatan. Keluarga yang baik akan memberi berpengaruh positif bagi perkembangan lansia, dan sebaliknya. (Sudirman, 2022)

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Nanin Juliana & Era Zana Nisa (2023) mengatakan bahwa Peran keluarga yang baik sangat diperlukan untuk manajemen perawatan hipertensi pada penderita hipertensi, peran keluarga formal maupun informal diharapkan dapat membantu manajemen yang baik bagi lansia hipertensi, dalam arti bahwa anggota keluarga memerankan sesuai perannya dan mendukung manajemen perawatan hipertensi. Adanya keterlibatan anggota keluarga secara langsung untuk membantu lansia hipertensi merupakan salah satu wujud dukungan agar manajemen perawatan hipertensi dapat berjalan dengan baik. Penatalaksanaan hipertensi yang dilakukan dengan baik diharapkan pasien hipertensi dapat menjaga tekanan darahnya dengan normal. Dukungan keluarga akan membantu meningkatkan pengetahuan tentang hipertensi dan memberikan motivasi. Secara spesifik, dengan adanya dukungan keluarga yang adekuat terbukti berhubungan dengan menurunnya mortalitas (Juliana et al., 2023).

Selfcare Management

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa 68 orang (66,0%) *self care management* responden dalam kategori cukup. Kemampuan lansia dalam melakukan manajemen perawatan diri di Desa Balung Kulon masih di anggap rendah, kurangnya kesabaran lansia dalam melakukan perawatan diri masih kurang. Hasil penelitian ini menunjukkan 77 orang (74,8%) berada pada rentang usia 60-69 tahun. Faktor usia lanjut yang menderita hipertensi yaitu berkisar antara usia 60-70 tahun juga mempengaruhi *self care management*

Faktor lain yang mempengaruhi *self care management* yaitu lama menderita. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa 44 orang (42,7%) dengan lama menderita hipertensi 3 tahun. Seseorang yang lama menderita hipertensi mengetahui cara pengobatan saat penyakitnya kambuh. Lansia yang sudah lama menderita hipertensi akan menjauhi hal-hal yang akan menyebabkan kambuhnya hipertensi. Kebanyakan lansia mengonsumsi daging ayam, susu yang mengandung lemak dan gorengan yang banyak mengandung minyak. Makin tinggi lemak mengakibatkan kadar kolesterol dalam darah meningkat yang akan mengendap dan menjadi plak yang menempel pada dinding arteri, plak tersebut menyebabkan penyempitan arteri sehingga memaksa jantung bekerja lebih berat dan tekanan darah menjadi lebih tinggi. Tinggi lemak dapat menyebabkan obesitas yang dapat memicu timbulnya hipertensi (Prabasari, 2021).

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Yenni (2011) menyatakan bahwa secara umum pekerjaan akan berhubungan dalam memberikan dukungan kepada anggota keluarganya terutama dalam hal ini adalah lansia dengan hipertensi. Pekerjaan keluarga sebagai ibu rumah tangga yang memiliki pendapatan lebih kecil dibandingkan dengan pegawai dapat memberikan dukungan yang lebih baik kepada lansia. Peneliti berasumsi pekerjaan anggota keluarga yang dapat meluangkan waktu lebih banyak dengan lansia menjadikan dukungan keluarga lebih maksimal dibandingkan dengan yang bekerja di luar.

Hubungan Dukungan Keluarga dengan *Self Care Management*

Berdasarkan penelitian yang didapatkan hasil adanya hubungan antara dukungan keluarga dengan *self care management*. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian (Meo et al., 2023) berpendapat bahwa meskipun dukungan keluarga cukup namun penerapan *self care management* dipengaruhi oleh sejumlah faktor yakni usia, pendidikan, suku, jenis pekerjaan dan jenis kelamin. Usia termasuk faktor terpenting pada *self care management* karena secara fisiologis seiring bertambah usia lansia. Dalam penelitian ini responden mayoritas dikategorikan rentang usia 60-69 tahun, dimana pada masa ini lansia mulai mengalami kemunduran fisik seperti penglihatan kabur, pendengaran mulai berkurang, melemahnya daya ingat dan daya tahan tubuh mulai menurun sehingga apa yang disampaikan oleh keluarga tidak dapat dipahami oleh lansia (Susanti, 2020).

Dukungan keluarga ialah usaha dari anggota keluarga baik material ataupun moril dalam bentuk saran, motivasi, bantuan yang nyata dan informasi. Dukungan keluarga bisa memperbesar penghargaan terhadap diri sendiri, mendukung semua orang membentuk kekuatan keluarga, berpotensi sebagai cara untuk pencegahan pertama untuk setiap keluarga dalam mengatasi hambatan kehidupan sehari-hari. Friedman menyebutkan bahwa ada empat bentuk dukungan keluarga (2012) yakni dukungan penilaian, dukungan emosional, dukungan informasi, dukungan instrumental. Dukungan emosional yakni keluarga yang menjadi tempat yang damai dan aman untuk pemulihan maupun istirahat juga membantu pengendalian emosional (Niman et al., 2017)

SIMPULAN

Berdasarkan dari hasil penelitian ini dapat di simpulkan tentang hubungan dukungan keluarga dengan *self care management* pada lansia hipertensi di Desa Balung Kulon Kabupaten Jember memiliki hubungan dengan memiliki arah korelasi negatif berarti semakin baik dukungan keluarga maka semakin buruk *self management* pada lansia hipertensi di Desa Balung Kulon

SARAN

Hasil penelitian ini diharapkan dapat di jadikan dasar untuk mengembangkan variabel pada penelitian selanjutnya dengan melibatkan faktor-faktor lainnya dengan menggunakan pendekatan dan analisis lainnya. Terutama untuk lansia yang mengalami hipertensi diharapkan untuk rajin datang ke posyandu lansia secara mandiri serta diharapkan untuk meningkatkan *self care management* agar dapat mengendalikan penyakitnya, memiliki kualitas hidup yang lebih baik serta dapat mencapai derajat kesehatan yang lebih baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Handriana, I., & Hijriani, H. (2020). Gambaran Self-Care Management pada Pasien Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Majalengka. *Prosiding Senantis 2020*, 1(1), 1189–1194. <http://openjournal.unpam.ac.id/index.php/Senan/article/view/8384>
- Hastuti, A. P., & Mufarokhah, H. (2019). Pengaruh Health Coaching Berbasis Teori Health Belief Model Terhadap Tekanan Darah pada Lansia dengan Hipertensi. *Journal of Islamic Medicine*, 3(2), 1–8. <https://doi.org/10.18860/jim.v3i2.8238>
- Juliana, N., Nisa, E. Z., Tinggi, S., & Kesehatan, I. (2023). Hubungan Dukungan Keluarga dengan Self care Management pada Penderita Hipertensi di Wilayah

- Kerja Puskesmas Alue Bilie Tahun. *Jurnal Kebidanan Keperawatan dan Kesehatan (J-Bikes)*. 2(3), 5–10. <https://doi.org/10.51849/j-bikes.v2i3.37>
- Kurniawati, E., & Bakhtiar, N. (2018). Manusia Menurut Konsep Al-Qur`an dan Sains. *Journal of Natural Science and Integration*. 1(1) <http://dx.doi.org/10.24014/jnsi.v1i1.5198>
- Meo, M. Y., Paulus, Y., Rangga, P., Ovi, F., Meo, M. Y., Paulus, Y., Rangga, P., Ovi, F., & Nipa, U. N. (2023). Dukungan Keluarga dan Penerapan Self care Management Lansia Penderita Hipertensi (Family Support and Implementation of Self care Management In Elderly with Hypertension). *Jurnal Kesehatan*. 12(1), 34–40. <http://dx.doi.org/10.46815/jk.v12i1.127>
- Niman, S., Hariyanto, T., & Dewi, N. (2017). Hubungan Antara Dukungan Keluarga Dengan Fungsi Sosial Lansia di Wilayah Kelurahan Tlogomas Kecamatan Lowokwaru Malang. *Nursing News: Jurnal Ilmiah Keperawatan*, 2(2), 479–489. <https://doi.org/10.33366/nn.v2i2.494>
- Pierce, M., Hope, H., Ford, T., Hatch, S., Hotopf, M., John, A., Kontopantelis, E., Webb, R., Wessely, S., McManus, S., & Abel, K. M. (2020). Mental Health Before and During The Covid-19 Pandemic: A Longitudinal Probability Sample Survey of The UK Population. *The Lancet Psychiatry*, 7(10), 883–892. [https://doi.org/10.1016/S2215-0366\(20\)30308-4](https://doi.org/10.1016/S2215-0366(20)30308-4)
- Prabasari, N. A. (2021). Self Efficacy, Self Care Management, dan Kepatuhan pada Lansia Hipertensi (Studi Fenomenologi) Self Efficacy, Self Care Management, And Adherence to Elderly Hypertension (Fenomenology Study). *Jurnal Keperawatan Malang*, 6(1), 1–10. <http://jurnal.stikespantiwaluya.ac.id/index.php/JPW/article/view/115%0Ahttps://jurnal.stikespantiwaluya.ac.id/index.php/JPW/article/download/115/89>
- Rahmawati, N. N., Adi, G. S., & Setiyawan, S. (2022). Hubungan Dukungan Keluarga Terhadap Perilaku Pemeliharaan Kesehatan pada Lansia Penderita Hipertensi di Desa Jatisobo. https://eprints.ukh.ac.id/id/eprint/3576/1/Hubungan%20Dukungan%20Keluarga%20Terhadap%20Perilaku%20Pemeliharaan%20Kesehatan%20Pada%20Lansia%20Penderita%20Hipertensi%20Di%20Desa%20Jatisobo_Nabilla%20Nur%20R.pdf
- Sudirman, A. N., & Febriyona, R. (2022). Hubungan Dukungan Keluarga dengan Kesiapan Keluarga Merawat Lansia yang Menderita Penyakit Hipertensi di Puskesmas Tabongo Kabupaten Gorontalo. *Zaitun (Jurnal Ilmu Kesehatan)*, 9(2). <https://doi.org/10.31314/zijk.v9i2.1372>
- Susanti, Y. (2020). Hubungan Dukungan Keluarga dengan Self care pada Pasien Hipertensi: Literature Review. Universitas Aisyiyah Yogyakarta, 1–13. <http://digilib.unisayogya.ac.id/5106/1/YuliSusanti%201610201107%20S1%20Keperawatan%281%29%20-%20yulia%20susan.pdf>
- Syahla, N. (2021). Peran Keluarga dalam Pencegahan Penularan Covid- 19. *Jurnal Kesehatan*, 1–7. <https://osf.io/p4gdu>
- Syamdarniati, S., Indah Wasliah, & Bahtiar, H. . (2020). Hubungan Peran Keluarga dalam Merawat Lansia dengan Kejadian Osteoartritis di Dusun Aik Nyet Narmada Kabupaten Lombok Barat. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Diagnosis*, 15(4), 412-415. Retrieved from <https://jurnal.stikesnh.ac.id/index.php/jikd/article/view/369>
- Widyaningrum, D., Retnaningsih, D., & Tamrin, T. (2019). Hubungan Dukungan Keluarga dengan Kepatuhan Minum Obat pada Lansia Penderita Hipertensi.

Jurnal Ilmu Keperawatan Komunitas, 2(2), 21–26.
<https://doi.org/10.32584/jikk.v2i2.41> 1