



Tingkat Dukungan Keluarga Dan Motivasi Diri Berhubungan Dengan Kepatuhan Diet Pada Penderita Hipertensi

Lestari Nona Ina¹⁾, Supriyadi²⁾, Novita Dewi³⁾

Program Studi Sarjana Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Tribhuwana Tunggaladewi Malang

ARTICLE INFO

Article history

Received : 6 Juli 2024
Revised : 5 November 2024
Accepted : 29 November 2024
Available Online: 30 November 2024
Published Regularly: 30 November 2024

DOI :

<http://dx.doi.org/10.33366/nn.v8i3.3102>

Keywords :

Dukungan keluarga; hipertensi; kepatuhan diet; motivasi diri

e-mail corresponding author :

lestarinonaina@gmail.com

PENERBIT

UNITRI PRESS Jl.

Telagawarna, Tlogomas-
Malang, 65144, Telp/Fax:
0341-565500



This is an open access article under the **Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License**. Any further distribution of this work must maintain attribution to the author(s) and the title of the work, journal citation and DOI. CC-BY-SA

ABSTRACT

The problem of hypertension increases every year, this is caused by many factors, one of which is still low dietary requirements. Actions to support diet compliance require family support and self-motivation. The aim of this research was to determine the relationship between family support and self-motivation with diet compliance in adult hypertensive sufferers at the Dinoyo Community Health Center, Malang City. The research design used cross sectional. The study population was 511 hypertensive sufferers with a total sample of 84 hypertensive sufferers. Samples were taken using the Accidental Sampling technique. The independent variables are family support and self-motivation, the dependent variable is compliance with hypertension. The instrument used is a questionnaire sheet. Data analysis used Fisher's exact test. The research results showed that the majority of respondents had good family support (67.9%). Almost all respondents have high self-motivation (91.7%). Most respondents had high diet compliance (50.7%). There is a relationship between family support ($p=0.024$; $OR=3.3$) and self-motivation ($p=0.000$; $OR=0.3$) with diet compliance in hypertension sufferers. Further research can conduct research directly examining family data regarding the family's

ABSTRAK

Masalah hipertensi setiap tahunnya mengalami peningkatan, hal ini disebabkan oleh banyak faktor salah satunya kepatuhan diet yang masih rendah. Tindakan untuk mendukung kepatuhan diet diperlukan dukungan keluarga dan motivasi diri. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan dukungan keluarga dan motivasi diri dengan kepatuhan diet pada penderita hipertensi usia dewasa di Puskesmas Dinoyo Kota Malang. Desain penelitian menggunakan *cross sectional*. Populasi penelitian sebanyak 511 penderita hipertensi dengan jumlah sampel sebanyak 84 orang penderita hipertensi. Sampel diambil dengan teknik *accidental sampling*. Variabel independen adalah dukungan keluarga dan motivasi diri, variabel dependen adalah kepatuhan diet hipertensi. Instrumen yang digunakan berupa lembar kuesioner. Analisis data menggunakan uji *fisher's exact test*. Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar responden memiliki dukungan keluarga yang baik (67,9%). Hampir seluruh responden memiliki motivasi diri yang tinggi (91,7%). Sebagian responden memiliki kepatuhan diet yang tinggi (50,7%). Ada hubungan dukungan keluarga ($p=0,024$; $OR=3,3$) dan motivasi diri ($p=0,000$; $OR=0,3$) dengan kepatuhan diet pada penderita hipertensi. Penelitian selanjutnya dapat melakukan penelitian tentang mengkaji secara langsung data keluarga.

Cara mengutip: Ina, L.N., Supriyadi., Dewi, N (2024). Tingkat Dukungan Keluarga Dan Motivasi Diri Berhubungan Dengan Kepatuhan Diet Pada Penderita Hipertensi. *Nursing News: Jurnal Ilmiah Keperawatan*, Vol 08, No 03, 2024, hal 213-227, Retrieved from. Retrieved from <https://publikasi.unitri.ac.id/index.php/fikes/article/view/3102>

1. PENDAHULUAN

Kepatuhan diet masih rendah dilakukan oleh penderita hipertensi, sehingga menyebabkan jumlah penderita hipertensi mengalami peningkatan setiap tahun (Kurniawati & Widiati, 2019). Tindakan untuk mendukung kepatuhan diet yaitu adanya dukungan keluarga dan motivasi diri (Kurniawati & Pandiangan, 2019). Dampak kurangnya dukungan keluarga dan motivasi diri untuk melakukan diet membuat tekanan darah tetap tinggi, hal ini akan membahayakan bagi penderita hipertensi (Amelia & Kurniawati, 2017). Bahaya hipertensi karena tidak menimbulkan gejala, namun bisa menyebabkan komplikasi penyakit seperti stroke, penyakit jantung koroner, diabetes, gagal ginjal dan kebutaan (Kemenkes RI, 2020). Hipertensi menjadi masalah penyakit yang banyak dialami oleh masyarakat kalangan usia dewasa sampai lansia di Indonesia, serta memiliki prevalensi meningkat setiap tahunnya (Barkah & Suara, 2022).

Prevalensi penderita hipertensi setiap tahunnya mengalami peningkatan, menurut data *World Health Organization* (WHO) tahun 2023 menunjukkan sekitar 1,28 miliar orang usia dewasa di dunia mengalami hipertensi, artinya 1 dari 5 orang di dunia terdiagnosis hipertensi. Jumlah penderita hipertensi terus meningkat setiap tahunnya, diperkirakan pada tahun 2025 sebanyak 1,56 miliar orang usia dewasa yang mengalami hipertensi dan diperkirakan setiap tahunnya 9,4 juta orang meninggal akibat hipertensi dan komplikasinya. Kemenkes RI (2020) mengungkapkan jumlah penderita hipertensi di Indonesia sebanyak 63.309.620 orang usia dewasa menyebabkan sebanyak 427.218 orang meninggal dunia. Sedangkan jumlah penderita hipertensi usia dewasa di Jawa Timur tahun 2021 sebesar 11.596.351 jiwa (Kemenkes RI, 2022). Menurut Profil Kesehatan Kota Malang tahun 2021 jumlah penderita hipertensi usia dewasa sebanyak 13.102 jiwa (Dinkes Kota Malang, 2022). Berdasarkan data Puskesmas Dinoyo tahun 2022 didapatkan sebanyak 761 orang usia dewasa mengalami hipertensi. Berdasarkan data tersebut, diperlukan tindakan untuk menurunkan jumlah penderita hipertensi dengan melakukan diet hipertensi.

Hipertensi dapat dicegah dengan melaksanakan diet hipertensi. Diet hipertensi merupakan pengaturan pola makan yang dirancang untuk mencegah peningkatan tekanan darah dan bahkan mengurangi tekanan darah pada penderita hipertensi (Kemenkes RI, 2020). Namun kenyataannya penderita hipertensi tidak mampu patuh melakukan diet hipertensi sehingga tekanan darah masih tetap tinggi (Amelia & Kurniawati, 2017). Penelitian Barkah & Suara (2022) membuktikan bahwa masih tingginya ketidakpatuhan penderita hipertensi melakukan diet hipertensi, sehingga sebagian besar (56,7%) tetap mengalami

tekanan darah tinggi. Faktor yang mempengaruhi kepatuhan diet salah satunya yaitu motivasi diri.

Motivasi diri melakukan diet hipertensi merupakan keinginan melakukan diet tanpa adanya paksaan. Motivasi diri yang kuat berasal dari diri penderita hipertensi untuk sembuh dan melakukan diet hipertensi (Susanti, 2018). Motivasi diri sangat penting dimiliki penderita hipertensi, karena dengan adanya motivasi maka penderita hipertensi semangat melakukan hidup sehat dengan melakukan diet hipertensi sehingga mempercepat kesembuhan dari penyakit hipertensi (Smith, 2020). Penelitian Muslim & Rahayu (2021) menjelaskan bahwa penderita hipertensi memiliki motivasi diri rendah untuk melakukan diet hipertensi, sehingga 46,7% tekanan darah tetap tinggi. Selain motivasi diri faktor yang mempengaruhi kepatuhan diet hipertensi dipengaruhi oleh dukungan keluarga.

Dukungan keluarga merupakan sumber dukungan sosial yang memiliki ikatan emosional yang paling besar dengan penderita hipertensi. Keluarga sebagai bentuk *support system* utama bagi penderita hipertensi dalam mempertahankan kesehatannya (Irani, 2019). Dukungan keluarga dalam perawatan penderita hipertensi antara lain menjaga atau merawatnya, mempertahankan dan meningkatkan status mental, memfasilitasi kebutuhan spiritual bagi penderita hipertensi (Amelia & Kurniawati, 2017). Dukungan keluarga sangat berperan dalam mendorong minat atau meningkatkan motivasi diri melakukan diet hipertensi.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan pada tanggal 20 Juli 2023 dengan mewawancarai 10 penderita hipertensi di Puskesmas Dinoyo Kota Malang didapatkan sebanyak 9 pasien memiliki motivasi diri lemah karena tidak pernah melakukan diet hipertensi seperti mengurangi konsumsi makanan yang asin atau gurih, dari 10 orang didapatkan sebanyak 7 orang keluarga tidak mendukung tindakan diet hipertensi karena tidak menyiapkan makanan yang sesuai kebutuhan diet. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui hubungan dukungan keluarga dan motivasi diri dengan kepatuhan diet pada penderita hipertensi usia dewasa di Puskesmas Dinoyo Kota Malang

2. METODE PENELITIAN

Desain penelitian menggunakan *cross sectional*. Populasi penelitian 511 penderita hipertensi (Data Rekam medis Puskesmas Dinoyo Kota Malang pada bulan Agustus 2023), dengan jumlah sampel sebanyak 84 orang penderita hipertensi. Sampel diambil dengan teknik *accidental sampling*. Variabel independen adalah dukungan keluarga dan motivasi diri, variabel

dependen adalah kepatuhan diet hipertensi. Instrumen variabel dukungan keluarga diadopsi dari Utari (2017) yang digunakan berupa lembar kuesioner dengan 20 pertanyaan, variabel motivasi diri diadopsi dari Susriwenti (2018) sebanyak 10 pertanyaan dan variabel kepatuhan diet hipertensi diadopsi dari Bahari (2021) sebanyak 12 pertanyaan. Dinyatakan valid karena probabilitas hasil korelasi lebih kecil dari 0,05 (0,050) dan $r_{hitung} > r_{tabel}$ (0,444) dan dinyatakan reliabel karena nilai α variabel $x_1 = 0,743 > 0,6$, $x_2 = 0,749 > 0,6$ dan α variabel $y = 0,725 > 0,6$. Analisis data menggunakan uji *fisher's exact test*.

3. HASIL

Tabel. 1. Karakteristik Responden

Karakteristik	Kategori	f	%
Umur	26-35 Tahun (Dewasa Awal)	18	21,4
	36-45 Tahun (Dewasa Akhir)	66	78,6
Jenis Kelamin	Laki-laki	32	38,1
	Perempuan	52	61,9
Pendidikan	Perguruan Tinggi	14	16,7
	SD	22	26,2
	SMP	26	31,0
	SMA	22	26,2
Pekerjaan	Buruh	1	1,2
	Gojek	1	1,2
	IRT	43	52,2
	Kuli Bangunan	1	1,2
	Petani	1	1,2
	PNS	2	2,4
	Satpam	1	1,2
	Serabutan	1	1,2
	Sopir	1	1,2
	Swasta	10	11,9
	Tidak bekerja	9	10,7
	Wiraswasta	13	15,5
Tekanan darah	Hipertensi tahap 1	63	75,0
	Hipertensi tahap 2	21	25,0
Konsumsi obat hipertensi	Ya	17	20,2
	Tidak	67	79,8
Tinggal bersama	Anak	12	14,3
	Istri dan anak	22	26,2
	Keluarga	11	13,1
	Suami dan anak	39	46,4
Konsumsi garam	< 1 sendok makan	16	19,0
	> 1 sendok makan	68	81,0
Konsumsi buah	Setiap hari	5	6,0
	1-3 kali seminggu	26	31,0
	Jarang	53	63,1
Konsumsi sayur	Setiap hari	70	83,3
	1-3 kali seminggu	1	1,2
	Jarang	13	15,5
Jumlah		84	100

Tabel 1 menunjukkan bahwa sebagian besar responden berada pada rentang usia 36-45 tahun (78,6%) dan berjenis kelamin perempuan (61,9%). Hampir setengahnya responden berpendidikan SMP (31,0%). Sebagian besar responden bekerja sebagai ibu rumah tangga (52,2%); memiliki tekanan darah hipertensi tahap 1 (75,0%) dan tidak mengonsumsi obat hipertensi (79,8%). Hampir setengahnya responden tinggal bersama suami dan anak (46,4%); hampir seluruhnya responden konsumsi garam > 1 sendok makan (81,0%); sebagian besar responden jarang mengonsumsi buah (63,1%) dan hampir seluruhnya responden mengonsumsi sayur setiap hari (83,3%).

Tabel 2. Dukungan Keluarga

Variabel	Kategori	<i>f</i>	%
Dukungan Keluarga	Baik	57	67,9
	Cukup	27	32,1
Jumlah		84	100

Tabel.3 Motivasi Diri

Variabel	Kategori	<i>f</i>	%
Motivasi Diri	Tinggi	77	91,7
	Rendah	7	8,3
Jumlah		84	100

Tabel 4. Kepatuhan Diet

Variabel	Kategori	<i>f</i>	%
Kepatuhan Diet	Tinggi	56	50,7
	Rendah	28	49,3
Total		84	100

Tabel 2 menunjukkan bahwa sebagian besar responden di Puskesmas Dinoyo Kota Malang memiliki dukungan keluarga yang baik (67,9%). Tabel 3 menunjukkan bahwa hampir seluruhnya responden di Puskesmas Dinoyo Kota Malang memiliki motivasi diri yang tinggi (91,7%). Tabel 4 menunjukkan bahwa sebagian responden di Puskesmas Dinoyo Kota Malang memiliki kepatuhan diet yang tinggi (50,7%)

Tabel 5. Tabulasi Data dan hasil uji hipotesis

Variabel		Kepatuhan Diet						P	OR
		Tinggi		Rendah		Total			
		f	%	f	%	f	%		
Dukungan Keluarga	Baik	43	51,2	14	16,7	57	67,9	0,024	3,3
	Cukup	13	15,5	14	16,7	27	32,1		
Motivasi Diri	Tinggi	56	66,7	21	25,0	77	91,7	0,000	0,3
	Rendah	0	0,0	7	8,3	7	8,3		
Total		56	66,7	28	33,3	84	100		

Tabel 5. Hasil tabulasi menunjukkan bahwa dukungan keluarga yang baik (67,9%) dan motivasi diri yang tinggi (91,7%) akan berdampak pada tingkat kepatuhan diet penderita hipertensi di Puskesmas Dinoyo Kota Malang yang tinggi (66,7%). Hasil uji *fisher's exact test* didapatkan nilai $p\text{-value} = 0,024$ (X1) dan $p\text{-value} = 0,000$ (X2) maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan dukungan keluarga dan motivasi diri dengan kepatuhan diet pada penderita hipertensi di Puskesmas Dinoyo Kota Malang. Nilai *Odds Ratio* (OR) adalah sebesar 3,3 (X1) dan 0,3 (X2) yang menilai besarnya risiko ketidakpatuhan diet penderita karena dukungan dan motivasi diri, artinya dukungan keluarga yang kurang dan motivasi diri yang rendah akan beresiko sebesar 3,3 kali dukungan keluarga dan 0,3 kali motivasi diri mengalami kepatuhan diet hipertensi yang rendah dibandingkan dengan responden yang memiliki dukungan keluarga yang baik dan motivasi diri yang tinggi.

4. PEMBAHASAN

Dukungan Keluarga

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki dukungan keluarga yang baik. Dukungan keluarga baik dapat dilihat pada jawaban kuesioner yang memiliki nilai tertinggi yakni sebagian besar keluarga sangat setuju merawat penderita hipertensi dengan penuh kasih sayang. Menurut Friedman (2010) dukungan keluarga merupakan bantuan yang diterima individu dari keluarga dalam kehidupannya yang membuat individu merasa diperhatikan, dicintai, dihargai serta diberikan dukungan kearah yang lebih baik. Sejalan dengan penelitian Arindari & Puspita (2022) yang menyatakan bahwa ada hubungan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet hipertensi pada lansia di Puskesmas Ariodillah. Dukungan keluarga yang baik dipengaruhi oleh banyak hal salah satunya tingkat pendidikan

Dukungan keluarga yang baik mungkin dipengaruhi oleh faktor tingkat pendidikan anggota keluarga. Responden yang memiliki anggota keluarga dengan tingkat pendidikan

baik, tentunya memiliki pengetahuan yang baik tentang kesehatan, maka akan berdampak pada dukungan keluarga yang baik. Menurut Marlin (2018) menjelaskan bahwa dukungan keluarga terutama dukungan informasi keluarga dipengaruhi oleh pendidikan atau tingkat pengetahuan dari anggota keluarga, apabila anggota keluarga memiliki tingkat pengetahuan yang baik, maka dukungan informasi yang diberikan akan baik juga dan sebaliknya, apabila tingkat pengetahuan/pendidikan keluarga kurang maka dukungan informasi akan kurang juga. Sejalan Yuliawati, dkk (2018) yang menjelaskan bahwa ada korelasi antara pendidikan dengan dukungan keluarga.

Dukungan keluarga mungkin dipengaruhi oleh faktor tingkat emosional. Faktor emosional pada keluarga juga mempengaruhi keyakinan terhadap adanya dukungan dan cara melaksanakannya. Hurlock (2004) menyatakan bahwa dukungan emosional keluarga berupa perhatian, kepercayaan, empati dan kepedulian pada remaja, bisa membuat remaja merasa diperhatikan, dicintai, nyaman, dan dihargai, hal ini bahwa adanya dukungan emosional akan berdampak pada dukungan keluarga. Sejalan Devi (2021) yang menyatakan bahwa ada hubungan antara dukungan keluarga dengan kecerdasan emosional. Dukungan keluarga yang baik mungkin dipengaruhi faktor eksternal yakni ekonomi keluarga. Seseorang yang mempunyai tingkat sosial ekonomi keluarga yang baik, akan lebih peduli dengan kesehatannya, karena akan mencari pertolongan ketika merasa ada gangguan dengan kesehatannya. Menurut Marlin (2018) menjelaskan bahwa ekonomi keluarga sangat berpengaruh dalam mencari dukungan tentang kesehatan diri. Sejalan dengan penelitian Wati & Asthiningsih (2021) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara status sosial ekonomi dengan dukungan keluarga. Selain ekonomi, latar belakang budaya juga dapat mempengaruhi dukungan keluarga.

Dukungan keluarga yang baik mungkin juga dipengaruhi oleh faktor eksternal yakni latar belakang budaya. Latar belakang budaya mempengaruhi keyakinan, nilai, dan kebiasaan individu, dalam memberikan dukungan termasuk cara pelaksanaan kesehatan pribadi. Menurut Marlin (2018) bahwa setiap masyarakat memiliki latar belakang yang berbeda-beda yang dapat mempengaruhi keyakinan, nilai, dan kebiasaan dalam memberikan dukungan. Sejalan dengan penelitian Firmansyah, dkk (2017) yang menjelaskan bahwa tingkat pengetahuan, faktor spiritual, faktor emosional, tingkat ekonomi, latar belakang budaya, dan praktik keluarga berhubungan dengan dukungan keluarga dalam pencegahan primer hipertensi.

Motivasi Diri

Hasil penelitian menunjukkan bahwa hampir seluruhnya responden memiliki motivasi diri yang tinggi. hal ini dapat dibuktikan dari hasil jawaban kuesioner yang memiliki nilai tertinggi yakni seluruhnya responden menjalankan diet rendah garam. Menurut Purdiyanti, (2019), motivasi merupakan salah satu faktor penentu dalam melakukan sesuatu. Sejalan dengan pernyataan Su'ud, dkk (2020) bahwa semakin meningkat motivasi diri maka semakin meningkat pula karakter perawatan diri seseorang.

Usia dapat mempengaruhi motivasi diri. Sebagian besar responden berada pada rentang usia 36-45 tahun. Usia 36-45 tahun merupakan usia dewasa akhir yang tentunya memiliki pemahaman yang dewasa dan tanggungjawab yang berdampak pada keinginan untuk sehat. Purwanto (2018) menyatakan bahwa motivasi terbentuk melalui proses belajar sosial yang dapat berlangsung selama masa kehidupan, individu yang lebih tua akan lebih mampu dalam mengatasi rintangan dalam hidupnya dibandingkan dengan individu yang lebih muda. Sejalan dengan penelitian Aminuddin (2021) menyatakan bahwa faktor dominan yang berhubungan dengan motivasi adalah faktor usia. Selain itu, pendidikan responden juga dapat mempengaruhi motivasi diri.

Tingginya motivasi diri pada penderita hipertensi dipengaruhi oleh pendidikan responden. Hampir setengahnya responden berpendidikan SMP. Pendidikan SMP merupakan pendidikan sekolah menengah pertama, responden dengan pendidikan SMP tentunya memiliki pengetahuan tentang kesehatan diri sehingga muncul motivasi diri dalam menjaga kesehatan (Siahaan, dkk. 2022). Sejalan dengan penelitian Muda (2018) yang menyatakan bahwa tingkat pendidikan dapat dipengaruhi oleh motivasi secara signifikan.

Tingginya motivasi diri pada penderita hipertensi dipengaruhi oleh pengalaman responden. Menurut Purwanto (2018) menyatakan bahwa motivasi terbentuk melalui proses pembelajaran yang ada dalam situasi kerjanya tersebut, semakin lama seseorang bekerja maka semakin tinggi motivasi yang dimiliki individu tersebut dalam pekerjaan tertentu. Sejalan dengan penelitian Tagela, dkk (2023) yang menyatakan bahwa ada korelasi yang signifikan antara pengalaman dengan motivasi. Selain pengalaman responden, dukungan keluarga juga dapat mempengaruhi motivasi diri.

Tingginya motivasi diri pada penderita hipertensi dipengaruhi oleh dukungan keluarga. Hampir setengahnya responden tinggal bersama suami dan anak, hal ini menunjukkan bahwa ada dukungan dari suami untuk menjaga kesehatan. Seseorang yang berada dalam lingkungan keluarga akan mendapatkan motivasi baik dari suami/istri dan keluarga dalam menjalankan

kesehatan keluarga. Purwanto (2018) menyatakan bahwa dukungan keluarga adalah suatu upaya yang diberikan kepada orang lain, baik moril maupun materil untuk memotivasi orang. Sejalan dengan penelitian Siahaan, dkk (2022) yang menyatakan bahwa ada hubungan yang bermakna antara dukungan keluarga dengan motivasi lansia hipertensi dalam mengontrol tekanan melalui diet hipertensi $p=0,001$.

Kepatuhan Diet

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden di Puskesmas Dinoyo Kota Malang memiliki kepatuhan diet yang tinggi. Dibuktikan dari hasil jawaban kuesioner yang memiliki nilai tertinggi yakni sebagian besar responden berusaha mengurangi konsumsi makanan asin. Sebagian besar responden membatasi konsumsi gorengan serta responden menghindari konsumsi lauk atau sayur yang dibeli di warung karena tidak mengetahui komposisi garam dalam menu makanan. Pasien yang memiliki kepatuhan diet hipertensi akan mematuhi anjuran yang diterapkan dalam menjalani diet hipertensi. Menurut Nurazizah & Kurniawati (2023) bahwa pelaksanaan diet hipertensi yang baik dapat menormalkan tekanan darah, seperti pengurangan konsumsi makanan tinggi garam dan berlemak. Sejalan dengan penelitian Liawati, dkk (2023) yang menyatakan bahwa diet hipertensi salah satu metode untuk mengatasi kekambuhan hipertensi tanpa efek samping yang serius karena pengendaliannya lebih alami.

Kepatuhan diet dipengaruhi oleh jenis kelamin responden. Sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan. Perempuan memiliki sifat keibuan dan perhatian dalam hal kesehatan. Menurut Listiana, dkk (2020) menyatakan bahwa dalam hal menjaga kesehatan biasanya kaum perempuan lebih memperhatikan kesehatannya dibandingkan dengan laki-laki. Sejalan dengan penelitian Tabuwun, dkk (2021) yang menjelaskan bahwa adanya hubungan yang bermakna antara jenis kelamin dengan kepatuhan diet penderita hipertensi. Kepatuhan diet, jika dilihat dari segi jenis kelamin, maka jenis kelamin perempuan akan lebih tinggi menjalani diet dibandingkan laki-laki, hal ini perempuan memiliki sikap sabar dalam kehidupannya.

Kepatuhan diet dipengaruhi oleh pendidikan responden. Hampir setengahnya responden berpendidikan SMP. Individu berpendidikan SMP memiliki pengetahuan tentang hipertensi (Dhirisma & Moerdhanti 2022). Responden mengetahui informasi tentang mengurangi makanan yang asin, gorengan dan bahan makan lainnya, hal ini akan memberikan dampak pada kepatuhan diet hipertensi. Menurut Susanti (2018), pendidikan adalah upaya untuk mengembangkan karakter dan keterampilan di dalam maupun di luar lingkungan

sekolah. Sejalan dengan penelitian Khuzaima & Sunardi (2021) bahwa terdapat hubungan tingkat pendidikan terhadap kepatuhan minum obat antihipertensi di Puskesmas Sewon II.

Dukungan keluarga dapat mempengaruhi kepatuhan diet. Hampir setengahnya responden tinggal bersama suami dan anak. Keluarga memiliki peranan dalam kehidupan keluarga yakni melindungi dan memberikan kasih sayang terhadap setiap anggota keluarga, adanya perhatian dari keluarga sehingga akan rasa dorongan diri dalam menjalani diet. Menurut Sagita (2021) bahwa anggota keluarga merupakan faktor yang penting, karena keluarga dapat membantu untuk mengurangi beban biaya, meningkatkan informasi dan mengurangi tingkat ansietas yang dapat disebabkan oleh penyakit tertentu dalam mengontrol hipertensi. Sejalan dengan penelitian Arindari & Puspita (2022) yang menyatakan bahwa ada hubungan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet hipertensi pada lansia di Puskesmas Ariodillah. Kepatuhan diet hipertensi yang tinggi diperlukan dukungan keluarga yang baik, semakin baik dukungan keluarga maka, kepatuhan diet penderita hipertensi semakin tinggi.

Kepatuhan diet yang tinggi pada penderita hipertensi dipengaruhi oleh motivasi. Hampir seluruhnya responden memiliki motivasi diri yang tinggi dan juga mendapatkan dorongan dari keluarga yang menjelaskan kepada penderita hipertensi tentang pentingnya mematuhi diet hipertensi. Selain itu keluarga juga menjelaskan pada penderita hipertensi tentang pentingnya makan buah dan sayur bagi kesehatan. Fajarwati dkk (2022) menyampaikan perilaku yang diduga menyebabkan peningkatan tekanan darah pada remaja adalah konsumsi buah sayur serta asupan makanan tinggi natrium. Data umum penelitian menunjukkan bahwa hampir setengahnya responden tinggal bersama suami dan anak, artinya responden mendapatkan dorongan dari keluarga dalam menjalankan diet. Menurut Setyaningsih & Ningsih (2019), untuk memastikan penderita hipertensi dapat taat dalam pengendalian hipertensi, diperlukan motivasi internal. Sejalan Raudatunisa & Siswandi (2023) bahwa adanya hubungan antara peran keluarga dengan perilaku diet hipertensi pada lansia.

Hubungan Dukungan Keluarga Dan Motivasi Diri Dengan Kepatuhan Diet Pada Penderita Hipertensi

Ada hubungan dukungan keluarga dan motivasi diri dengan kepatuhan diet pada penderita hipertensi di Puskesmas Dinoyo Kota Malang. Nilai *Odds Ratio* (OR) adalah sebesar 3,3 dan 0,3 yang menilai besarnya risiko ketidakpatuhan diet penderita karena dukungan dan motivasi diri, artinya dukungan keluarga yang kurang dan motivasi diri yang rendah akan beresiko sebesar 3,3 kali dukungan keluarga dan 0,3 kali motivasi diri mengalami kepatuhan

diet hipertensi yang rendah dibandingkan dengan responden yang memiliki dukungan keluarga yang baik dan motivasi diri yang tinggi.

Adanya hubungan antara dukungan keluarga dan motivasi diri dengan kepatuhan diet pada penderita hipertensi dikarenakan dukungan keluarga dan motivasi diri responden tinggi sehingga memberikan dorongan pada penderita hipertensi yang menjalani diet hipertensi. Penelitian Kumala (2018) menjelaskan bahwa hipertensi dapat dicegah dengan berbagai cara, salah satunya dengan diet hipertensi. Diet hipertensi merupakan pengaturan pola makan yang dirancang untuk mencegah peningkatan tekanan darah dan bahkan mengurangi tekanan darah pada penderita hipertensi (Kemenkes RI, 2018). Sejalan Arindari & Puspita (2022) yang menyatakan bahwa ada hubungan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet hipertensi pada lansia di Puskesmas Ariodillah dengan *p-value* 0,004 dan penelitian Datuela, dkk (2021) juga menyatakan bahwa terdapat hubungan antara motivasi diri dengan kepatuhan diet di Klinik Kotamobagu *Wound Care Center*. Irani (2019) menjelaskan bahwa tindakan untuk mendukung keberhasilan penderita hipertensi melakukan diet hipertensi yaitu perlu adanya dukungan keluarga dan motivasi diri untuk patuh melakukan diet hipertensi.

5. KESIMPULAN

Terdapat hubungan dukungan keluarga ($p=0,024$) dan motivasi diri ($p=0,000$) dengan kepatuhan diet pada penderita hipertensi di Puskesmas Dinoyo Kota Malang. Direkomendasikan peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian dengan mengkaji langsung data keluarga.

6. UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih disampaikan kepada Program Studi Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Tribhuwana Tungadewi dan Puskesmas Dinoyo yang telah memberikan bantuan serta dukungan kepada peneliti mulai dari proses persiapan sampai akhir penelitian.

7. REFERENSI

- Abidin, dkk (2022). Hubungan efek samping obat (ESO) dengan kepatuhan minum obat pada pasien tuberkulosis di wilayah kerja Puskesmas Kunir Kabupaten Lumajang. *The Indonesian Journal of Health Science Volume 14, No.2, Desember 2022*
- Adibah. (2018). *Pola Makan Sehat Untuk Penderita Hipertensi*. Jakarta: Departemen Kesehatan.

- Amelia R., & Kurniawati I. (2017). Hubungan Dukungan Keluarga Terhadap Kepatuhan diet Hipertensi Pada Penderita Hipertensi Di Kelurahan Tapos Depok. *Jurnal Kesehatan Saemakers Perdana 3 (1)*. Stikes Jayakarta PKP.
- Aminuddin (2021). Faktor Yang Berhubungan Dengan Motivasi Perawat Untuk Melanjutkan Pendidikan Pada Jenjang Pendidikan Tinggi Keperawatan Di Ruang Instalasi Rawat Inap Rs Tk Ii Pelamonia Makassar. *Journal of Health Quality Development E-ISSN: 2798-2025 Vol. 1, No. 1, pp. 60-67 Juni 2021*
- Arindari & Puspita (2022). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Diet Hipertensi Pada Lansia Di Puskesmas Ariodillah. *Jurnal EMJ*. 2022.<https://jurnal.mitrahusada.ac.id/index.php/emj/article/view/201>
- Bahari G.P. (2021). Hubungan Kepatuhan diet Hipertensi Dengan Status Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Desa Singogalih Kecamatan Tarik Kabupaten Sidoarjo. Skripsi : STIKes BINA SEHAT PPNI
- Barkah A., & Suara M. (2022). Hubungan Kepatuhan diet Hipertensi Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia. *Jurnal Antara Kebidanan 5 (2)*.
- Datuela, dkk (2021). Hubungan Motivasi Diri dengan Kepatuhan Diet pada Penderita Diabetes Mellitus di Klinik Kotamobagu Wound Care Center. *PROMOTIF: Jurnal Kesehatan Masyarakat ISSN 2089-0346 (Print) || ISSN 2503-1139 (Online) Artikel 10 Volume 11, Nomor 02, Desember 2021*
- Devi (2021) . Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kecerdasan Emosional Pada Remaja Pengguna Instagram Di Yayasan Pendidikan El-Hidayah. *SKRIPSI. UNIVERSITAS MEDAN AREA*.
- Dinkes Kota Malang. (2022). *Profil Kesehatan Kota Malang*. Malang: Dinkes Kota Malang
- Dhirisma & Moerdhanti (2022). Hubungan Antara Tingkat Pendidikan Terhadap Pengetahuan Masyarakat Tentang Hipertensi Di Posbindu Desa Srigading, Sanden, Bantul, Yogyakarta. *AKFARINDO VOL. 7 NO. 1 2022: 40-44*
- Fajarwati, dkk (2022). Asupan Buah Sayur, Asupan Makanan Tinggi Natrium, Dan Hipertensi Pada Remaja. *JURNAL KESEHATAN SILIWANGI Vol 2 No 3, April 2022*
- Firmansyah, dkk (2017). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Dukungan Keluarga dalam Pencegahan Primer Hipertensi. *JKP - Volume 5 Nomor 2 Agustus 2017*
- Friedman, M. (2010). *Buku Ajar Keperawatan keluarga : Riset, Teori, dan Praktek*. Edisi ke-5. Jakarta: EGC
- Fuady N.R.A, Basuki D.R., & Mustikawati I.M., (2018). Hubungan Dukungan Keluarga Terhadap Tekanan Darah Penderita Hipertensi Di Puskesmas 1 Sumbang, Kecamatan Sumbang, Kabupaten Banyumas. *Artikel Publikasi Universitas Muhammadiyah Purwokerto*.
- Hurlock, E.B. (2004). *Psikologi perkembangan suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan* (Ed. ke 5). Yogyakarta: Erlangga.

- Indriyanto, W. (2018). *Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Penderita Hipertensi Untuk Melakukan Diet di Area Kerja Puskesmas Sugih Waras Bojonegoro*. Skripsi : Universitas Airlangga Surabaya
- Irani, N. (2019). Analysis Relationship Family Support and Health Cadre with Elderly Hypertension Practice in Controlling Health at Primary Health Care Mranggen Demak. *South East Asia Nursing Research 1 (1)*. Primary Health Care of Mranggen Demak.
- Kemenkes RI. (2018). *Diet Hipertensi*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI Direktorat Bina Gizi Subdit Bina Gizi Klinik
- Kemenkes RI. (2019). *Profil Kesehatan Indonesia 2019 Menuju Indonesia Sehat*. Jakarta: Departemen Kesehatan.
- Kemenkes RI. (2020). *Hipertensi Penyakit Paling Banyak Didap Masyarakat*. Jakarta: Departemen Kesehatan.
- Kemenkes RI. (2022). *Profil Kesehatan Indonesia 2021 Menuju Indonesia Sehat*. Jakarta: Departemen Kesehatan.
- Kumala. (2018). Peran Diet Dalam Pencegahan Dan Terapi Hipertensi. *Damianus Journal of Medicine* 13 (1). Universitas Tarumanagara.
- Kurniajati S., & Pandiangan R.B. (2019). Motivasi Penderita hipertensi Menurunkan Tekanan Darah Dengan Penatalaksanaan Non Farmakologi. *Jurnal Penelitian Keperawatan 2 (2)*. STIKES RS. Baptis Kediri.
- Kurniawati & Widiatie W. (2019). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Kepatuhan diet pada penderita hipertensi usia dewasa. *The Indonesian Journal Of Health Science 7 (1)*. UNIPDU Jombang.
- Labiba Khuzaima, L., & Sunardi. (2021). Hubungan Tingkat Pendidikan Terhadap Kepatuhan Minum Obat Antihipertensi Di Puskesmas Sewon Ii Periode Januari 2021. *Jurnal Kefarmasian Akfarindo*, 15-21. <https://doi.org/10.37089/jofar.vi0.103>
- Liawati, dkk (2023). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Diet Hipertensi Pada Penderita Hipertensi. *Jurnal Keperawatan Volume 16 Nomor 1, Maret 2024 e-ISSN 2549-8118; p-ISSN 2085-1049* <http://journal.stikeskendal.ac.id>
- Listiana, dkk (2020). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kepatuhan Penderita Hipertensi Dalam Menjalani Pengobatan Di Puskesmas Karang Dapo Kabupaten Muratara. *JNPH Volume 8 No. 1 (April 2020) © The Author(s) 2020*
- Mapagerang R., Alimin M. & Anita. (2018). Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Pada Penderita Hipertensi Dengan Kontrol Diet Rendah Garam. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Pencerah 7 (1)*. STIKES Muhammadiyah Sidrap.
- Marlin S. (2018). *Tugas-Tugas Keluarga*. Jakarta: Rineka Cipta
- Muda (2018). Pengaruh Tingkat Pendidikan Dan Penghasilan Terhadap Motivasi Kerja Guru Smp Negeri 7 Baubau, Kecamatan Murhum Kota Baubau. *SANG PENCERAH Volume 4, Nomor 1, Februari 2018, Hlm. 12-21*

- Muslim DNA., & Rahayu SM. (2021). Motivasi Pasien Dalam Perilaku Pengendalian Diet Hipertensi Di Puskesmas Cibiru Kota Bandung. *Jurnal Nursing Pupdate* 12 (4).
- Muttaqin, A. (2018). *Asuhan Keperawatan Klien Dengan Gangguan Sistem Kardiovaskuler Dan Hematologi*. Jakarta: Salemba Medika.
- NHLBI. (2017). *Department Of Health And Human Services*. USA: National Heart, Lung and Blood Institute.
- Nurazizah, E. P. and Kurniawati, T. (2023) “Hubungan Kepatuhan Diet Hipertensi dengan Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi di Desa Surajaya”, *Prosiding University Research Colloquium*, pp. 441–447. Available at: <https://repository.urecol.org/> (Accessed: 31 March 2024).
- Prasetya, A. (2017). *Efektifitas Penyuluhan Video Terhadap Peningkatan Motivasi Penderita Hipertensi Dalam Mencegah Kekambuhan Dengan Melakukan Diet*. Skripsi : Universitas Muhammadiyah Ponorogo
- Purdiyanti T. (2019). Hubungan Motivasi Pasien Dengan Kepatuhan Kontrol Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Pringsewu Tahun 2019. 2019;1–132.
- Purwanto. (2018). *Psikologi Pendidikan*. Bandung : Remaja Rosda Karya.
- Raudatunisa & Siswandi (2023). Hubungan Peran Keluarga Dengan Perilaku Diet Hipertensi Pada Lansia Di Puskesmas Kecamatan Duren Sawit Jakarta Timur Tahun 2023. *Jurnal Keperawatan. UMJ* 2023
- Sagita (2021). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Diet Rendah Garam Pada Pasien Hipertensi. *Karya Tulis Ilmiah (KTI) Stkes Ahmad Dahlan*.
- Sari D., Safri & Utami G.T. (2018). Hubungan Motivasi Diri Terhadap Kepatuhan Melaksanakan Diet Pada Penderita Hipertensi. *JOM FKp* 5 (1). Universitas Riau.
- Setiyaningsih, R. & Ningsih, S. (2019). Pengaruh Motivasi, Dukungan Keluarga Dan Peran Kader Terhadap Perilaku Pengendalian Hipertensi. *IJMS – Indonesian Journal On Medical Science – Volume 6 No. 1 – Januari 2019*
- Siahaan, dkk (2022). Hubungan Dukungan Keluarga dan Efikasi Diri dengan Motivasi Lansia Hipertensi Dalam Mengontrol Tekanan Darah. *Journal of Holistic Nursing and Health Science Volume 5, No. 1, June 2022 (Hal. 43-53)* Available Online at <https://ejournal2.undip.ac.id/index.php/hnhs>
- Smith, Sandra. (2020). *DASH Diet Education in the Onsite Wellness Clinics to Improve Dietary Compliance for Improvements in Hypertensive Outcomes*. Paper Submitted : East Carolina University
- Su’ud, dkk (2020). Hubungan Motivasi Dengan Perawatan Diri Pasien Hipertensi. *JKEP Vol 5, No 2, November 2020 ISSN: 2354-6042 (Print) ISSN : 2354-6050 (Online)*
- Sudiharto. (2017). *Asuhan Keperawatan Keluarga dengan Pendekatan Keperawatan Transkultural*. Jakarta: EGC.

- Susanti (2018). Hubungan Antara Tingkat Pendidikan Dan Pengetahuan Tentang Diet Dm Dengan Kepatuhan Diet Pada Pasien Diabetes Mellitus Di Rsud R.A Kartini Jepara Tahun 2017. *Skripsi. Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Muhammadiyah Kudus*
- Susriwenti, F. 2018. *Faktor – Faktor Yang Mempengaruhi Kepatuhan diet Pasien Hipertensi Di Rawat Inap Penyakit Dalam Rsud Sultan Thaha Saifuddin Kabupaten Tebo Tahun 2018*. Skripsi : Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Perintis Padang
- Tabuwun, dkk (2021). Hubungan Karakteristik Individu Dengan Kepatuhan Berobat Pada Penderita Hipertensi Di Puskesmas Wori Kabupaten Minahasa Utara. *Jurnal KESMAS*, Vol. 10, No. 4, April 2021
- Tagela, dkk (2023). Korelasi Pengalaman Kerja, Kesejahteraan Dengan Motivasi Kerja Guru Guru SMA Swasta, Vol. 13 No. 2, Mei 2023: 188-194
- Utari, M. (2017). Dukungan Keluarga tentang Kepatuhan Diet Hipertensi pada Lansia di Puskesmas Pembantu Kelurahan Persiakan Tebing Tinggi [Fakultas Keperawatan Universitas Sumatera Utara]. In *Fakultas Keperawatan Universitas Sumatera Utara*. [https:// repository.usu.ac.id/](https://repository.usu.ac.id/)
- Wati & Asthiningsih (2021). Hubungan Status Sosial Ekonomi dan Dukungan Keluarga dengan Pemberian ASI Eksklusif pada Bayi Usia 6-12 Bulan. *Borneo Student Research eISSN: 2721-5725, Vol 2, No 2, 2021*.
- WHO. (2020). *A Global Brief On Hypertension: Silent Killer, Global Public Health Crises*. Geneva: World Health Organization.
- WHO. (2023). *Hypertension*. Swiss : World Health Organization.
- Yuliawati, dkk (2018) . Hubungan antara pendidikan dan dukungan keluarga dengan kegagalan asi eksklusif. *Jurnal Health of Studies Vol 3, No. 2, September 2018, pp.79-86. ISSN 2549-3353 Doi : http://dx.doi.org/10.31101/jhes.390*