

HUBUNGAN DUKUNGAN KELUARGA TERHADAP KEPATUHAN DIET HIPERTENSI: LITERATUR REVIEW

Muhamad Khafid, Dyah Ika Krisnawati, Nety Mawarda Hatmanti, Priyo Mukti Pribadi Winoto

Corresponding author:

Muhamad Khafid, Fakultas
Keperawatan dan Kebidanan,
Universitas Nahdlatul Ulama
Surabaya

Dyah Ika Krisnawati, Fakultas
Keperawatan dan Kebidanan,
Universitas Nahdlatul Ulama
Surabaya

Nety Mawarda Hatmanti, Fakultas
Keperawatan dan Kebidanan,
Universitas Nahdlatul Ulama
Surabaya

Priyo Mukti Pribadi Winoto,
Fakultas Keperawatan dan
Kebidanan, Universitas Nahdlatul
Ulama Surabaya

Histori Artikel

Received : 04-04-2024
Reviewed : 16-04-2024
Accepted : 28-04-2024
Published : 06-05-2024

Kata Kunci:

*Family Support; Diet Compliance;
Hypertension*

Abstract. *Hypertension is one of the deadliest diseases in the world and can attack anyone, especially the elderly, where in the elderly there is a decrease in function, one of which is the circulatory system. The purpose of the literature review is to analyze the Literature Review publication about the relationship between family support to hypertension dietary compliance. The design of this study was a literature review using the inclusion-exclusion method with the PECOS format. The search method in this study uses the Google Scholar and Pubmed databases in an empirical study in the last 12 years as many as 6 journals that are by the research. The results indicate that family support can provide adherence to the hypertension diet. Then we conclude that the effect of the hypertension diet itself is that it can reduce the habit of consuming iodine among the community so that people with hypertension can be reduced in number.*

PENDAHULUAN. Peningkatan tekanan darah atau hipertensi merupakan salah satu penyakit yang mematikan di dunia dan siapapun dapat terserang, tidak hanya orang tua saja tapi bisa orang dengan usia yang masih muda sampai dewasa. Semakin bertambahnya usia maka lebih berisiko terhadap peningkatan tekanan darah. Hipertensi bukanlah penyakit yang asing lagi di kalangan masyarakat. Semua orang

memiliki risiko untuk mengalami tekanan darah tinggi. Hasil Riskesdas (2018) menunjukkan bahwa terdapat 34,1 persen masyarakat Indonesia yang berumur ≥ 18 tahun terkena hipertensi. Data tersebut mengalami peningkatan sebesar 7,6 persen dibandingkan dengan hasil lima tahun sebelumnya pada Riskesdas 2013 yaitu 26,5 persen. Data prevalensi hipertensi tertinggi berdasarkan pengukuran pada umur ≥ 18 tahun menurut Provinsi,

Jurnal Kesehatan Islam

masih tetap ditempati oleh Provinsi Kalimantan Selatan dengan jumlah 44,1 %. Terdapat peningkatan sejumlah 10% dari nilai sebelumnya pada Riskesdas (2013) yang hanya menunjukkan angka 34,1%. (KemenkesRI, 2018)

Prevalensi hipertensi pada penduduk umur 18 tahun ke atas di Indonesia adalah sebesar 31,7%. Prevalensi hipertensi berdasarkan diagnosis tenaga kesehatan adalah 7,2%, ditambah kasus yang minum obat hipertensi prevalensi hipertensi adalah 7,6% (kasus yang minum obat hipertensi hanya 0,4%). Dengan demikian cakupan diagnosis hipertensi oleh tenaga kesehatan hanya mencapai 24,0%, atau dengan kata lain sebanyak 76,0% kasus hipertensi dalam masyarakat belum terdiagnosis. Banyaknya penderita Hipertensi diperkirakan sebesar 15 juta bangsa Indonesia tetapi hanya 4% yang merupakan hipertensi terkontrol. Yang dimaksud hipertensi terkontrol adalah mereka yang menderita hipertensi dan tahu bahwa mereka menderita hipertensi dan sedang berobat untuk itu (Bustan, 2007).(Recky, Sinus,abdul haris jauhari, 2017)

Hipertensi adalah suatu keadaan dimana seseorang mengalami peningkatan tekanan darah diatas normal yang mengakibatkan peningkatan angka kesakitan jantung yaitu fase sistolik 140 menunjukkan fase darah yang sedang dipompa oleh jantung dan fase diastolik 90 menunjukkan fase darah yang kembali ke jantung. Gejala awal yang dirasakan biasanya timbul rasa nyeri kepala yang diakibatkan oleh peningkatan tekanan intrakranial, nyeri di leher bagian belakang atau gejala lain yang mungkin timbul seperti nokturia, gelisah, mual, muntah gangguan penglihatan, pola tidur yang berubah sehingga akan mempengaruhi secara fisik, psikologi, kejiwaan pada seseorang tersebut. (Triyanto, 2014). Penyakit hipertensi merupakan penyakit kronis yang dapat mempunyai komplikasi stroke, penyakit jantung, gagal jantung (Sari, 2015).

Salah satu cara untuk mengatasi tekanan darah tinggi bagi penderita hipertensi adalah dengan melakukan diet hipertensi (DASH). Prinsip utama dari diet DASH adalah menyajikan menu makan dengan gizi seimbang yang kaya akan pangan sumber kalium, magnesium, serat makanan dan sayuran, buah, dan susu rendah

lemak, serta membatasi lemak jenuh, kolesterol, garam, gula, kopi (kafein), dan minuman keras (alcohol). Tujuan utama dari diet DASH adalah mengurangi asupan garam, karena natrium dapat meningkatkan tekanan darah secara dramatis pada orang yang sensitif terhadapnya.(Recky, Sinus,abdul haris jauhari, 2017)

Saat ini banyak penderita yang tidak patuh melaksanakan diet yang diberikan karena kurangnya pengetahuan penderita tentang diet hipertensi (Tumenggung, 2013). Rendahnya angka kepatuhan terhadap diet rendah garam membuat meningkatnya angka kejadian kekambuhan hipertensi sehingga dalam hal ini dukungan keluarga berperan penting dalam menjalankan kepatuhan diet hipertensi. Diet hipertensi merupakan salah satu strategi non farmakologi yang efektif untuk memodifikasi dan mengontrol tekanan darah, namun untuk menerapkan diet hipertensi tidak mudah karena penderita harus benar-benar mengetahui mengenai tatacara menerapkannya, selain itu penderita harus benar-benar patuh dalam menerapkan diet hipertensi tersebut (Efendy dan rosyid, 2011) menyatakan bahwa, Sama halnya dengan pendapat Kamran, et.al (2015), kepatuhan diet adalah tindakan seumur hidup pada pasien hipertensi, dan keinginan internal dan godaan berperan sebagai penghalang pada masalah ini. Untuk itu dibutuhkan komitmen yang kuat untuk mempertahankan perilaku kepatuhan diet dari individu.

Kepatuhan diet akan terlaksana dengan baik apabila seseorang tahu akan manfaat yang dapat diambil dan didukung dengan pemahaman yang memadai. Pemahaman yang dimiliki akan menentukan suatu perilaku dan perubahan untuk penyakitnya. Pemahaman yang rendah mengenai kepatuhan diet dapat menurunkan kesadaran dengan pentingnya melaksanakan kepatuhan diet hipertensi dan dapat berdampak atau berpengaruh pada cara pelaksanaan diet hipertensi, akibatnya dapat terjadi komplikasi berlanjut. Kepatuhan diet hipertensi dapat dicapai apabila pasien dapat melaksanakan diet yang diberikan secara teratur atau konsisten (Susilo dan Wulandari, 2011) yang mana salah satu factor pendukung adalah keluarga.

Literatur Review ini akan mereview publikasi yang berkaitan dengan dukungan keluarga terhadap kepatuhan pasien hipertensi terhadap dietnya dengan mengambil data publikasi dengan judul

terkait pada 12 tahun terakhir.

METODE PELAKSANAAN

Desain Penelitian

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode *literature review*. *Literature review* merupakan sebuah proses analisis artikel yang terintegrasi dan bukan hanya melakukan ringkasan secara acak dan sesuka hati penulis, akan tetapi *literature review* merupakan tulisan ilmiah yang terkait langsung dengan pertanyaan yang sudah dirumuskan sebelumnya (Nursalam, 2020) Sehingga dari *literature* ini peneliti tertarik untuk melakukan *literature review* tentang hubungan dukungan keluarga terhadap kepatuhan diet hipertensi.

Sumber Data

Pencarian jurnal yang di *review* pada penelitian ini bersumber dari jurnal yang terkait dengan yang ada pada topik penelitian dengan menggunakan database *Google Scholar*, *Pubmed*.

Langkah/Strategi Pengumpulan Data

Langkah Pengumpulan Data

Langkah pengumpulan data adalah menentukan kata kunci "*Hubungan Dukungan keluarga*" AND "*Kepatuhan*" AND "*Diet Hipertensi*" yang digunakan untuk mencari jurnal yang akan *direview*. Termasuk penjelasan mengenai batas waktu pencarian data/artikel.

Dukungan Keluarga		Kepatuhan		Diet Hipertensi	
AND		AND		AND	
Tanggal pencarian	Database	Tahun pencarian	Kata kunci	Jumlah artikel yang ditemukan	
10 Mei 2022	Google scholar	2011-2021	Dukungan, keluarga, kepatuhan, diet hipertensi	5.060	
13 Mei 2022	Pubmed	2011-2021	relationship, family, compliance	9	

			nce, hypertention diet	
--	--	--	------------------------	--

Pengumpulan Data Kriteria Inklusi dan Eksklusi

Pengumpulan data yang digunakan dalam pencarian jurnal atau artikel yang berkaitan dengan penelitian ini adalah menggunakan *PECOS framework*

- Problem/population*, yaitu suatu kejadian/persoalan/populasi yang ingin dianalisis oleh peneliti.
- Exposure*, yaitu paparan penatalaksanaan studi selain intervensi sesuai dengan tema yang sudah ditentukan dalam *literature review* yaitu diet hipertensi.
- Control/comparison*, merupakan pemberian penatalaksanaan lainnya agar dilakukan sebagai pembeda dengan jurnal yang lain.
- Outcome*, merupakan suatu perolehan hasil yang didapatkan dari suatu penelitian jurnal yang sudah di *review*.
- Study Design*, yaitu penggunaan desain penelitian yang dilakukan pada jurnal penelitian yang di *review*.

Tabel 3 format PECOS dalam *Literature Review*

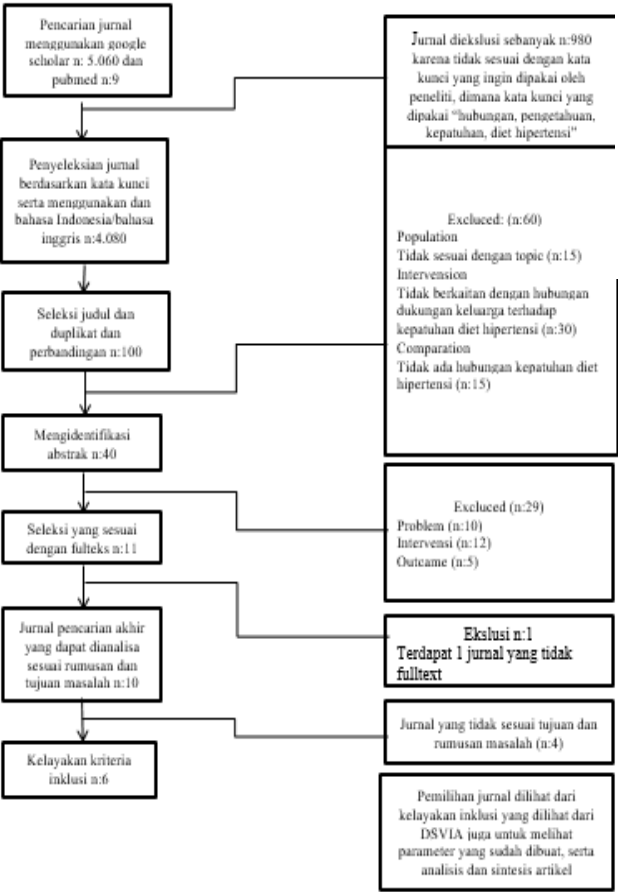
PICOS framework	Kriteria inklusi	Kriteria eksklusi
<i>Population</i>	Keluarga hipertensi	Keluarga yang tidak mengalami hipertensi
<i>Exposure</i>	Pemberian diet hipertensi	Selain kejadian diet hipertensi
<i>Comparison</i>	Tidak ada faktor perbandingan	Dengan perbandingan
<i>Outcome</i>	Analisis hubungan dukungan keluarga terhadap kepatuhan diet hipertensi	Tidak membahas mengenai hubungan dukungan keluarga terhadap kepatuhan diet hipertensi
Tahun terbit	Jurnal atau artikel yang diterbitkan pada tahun 2012-2021	Jurnal atau artikel yang diterbitkan sebelum tahun 2012
Bahasa	Bahasa Indonesia dan Bahasa Inggris	Bahasa lain selain bahasa Indonesia

Seleksi Studi dan Penilaian Kualitas

Berdasarkan saat pencarian hasil *literature review* menggunakan *google scholar* dan *pubmed* dengan memakai kata kunci "*hubungan AND keluarga AND kepatuhan AND diet hipertensi*" penelitian mendapatkan 5.060 dan 9 artikel yang dengan menggunakan *google scholar* dan *Pubmed*. Hasil

Jurnal Kesehatan Islam

pencarian yang sudah didapatkan kemudian diperiksa berdasarkan bahasa indonesia dan kata kunci yang sesuai dengan judul ditemukan n:900, diseleksi lagi berdasarkan judul dan adanya duplikat n:100, setelah diseleksi kemudian artikel diidentifikasi berdasarkan abstrak yang sesuai dengan n:40, peneliti kemudian melakukan skrinning jurnal fullteks yaitu n:11, dan skrinning jurnal pencarian akhir yang dapat dianalisa sesuai rumusan dan tujuan masalah n:4, dan kelayakan kriteria inklusi adalah n:6, dimana yang disesuaikan dengan tema literatur review. Assesment yang dilakukan berdasarkan kelayakan terhadap kriteria inklusi dan eksklusi didapatkan sebanyak 6 artikel yang bisa digunakan sebagai *literature review* penelitian yang *direview*.



HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel penyaringan jurnal dari penelitian

Peneliti tahun	Judul	Jumlah sampel	Kelompok	Metode	Cara pengumpulan data	Analisa	Hasil	Keterbatasan
Rosa Amelia, Indah Kurniawati tahun 2020	Hubungan dukungan keluarga terhadap kepatuhan diet hipertensi pada penderita hipertensi di kelurahan tapos depok	93 responden	Warga hipertensi dikelurahan Tapos Depok di RW 17, 12, 07 dan 13	Simple Random Sampling	Menggunakan alat ukur tekanan darah sebelum dan sesudah dilakukan penelitian terhadap responden	Chi-square	Hasil uji statistic dengan menggunakan uji chi-square diperoleh hasil p=0,001 yang berarti ada hubungan dukungan keluarga terhadap kepatuhan diet hipertensi pada penderita hipertensi di	Tidak dicantumkan dengan jelas
							Hasil uji statistik dengan menggunakan uji chi-square diperoleh nilai p=0,002 yang berarti ada hubungan dukungan keluarga terhadap kepatuhan diet hipertensi pada penderita hipertensi di kelurahan Tapos Depok. Didapatkan nilai OR=5,704, artinya responden yang mendapatkan dukungan keluarga baik akan lebih mudah mematuhi diet hipertensinya dibandingkan dengan responden yang tidak mendapatkan	
Yureya Nita, Dina Oktavia tahun 2017	Hubungan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet pasien hipertensi di Puskesmas Payung Sekaki Pekanbaru	81 responden	pasien hipertensi di Puskesmas Payung Sekaki Pekanbaru	Kuantitatif	Menggunakan alat ukur tekanan darah sebelum dan sesudah dilakukan penelitian terhadap responden	Chi Square	Berdasarkan hasil uji statistik dengan chi square test maka diperoleh nilai p-value adalah 0,002 (p<0,05), yang berarti bahwa ada hubungan dukungan keluarga terhadap kepatuhan diet pasien hipertensi di Puskesmas Payung Sekaki Pekanbaru Tahun 2017	Tidak dicantumkan dengan jelas

Nilam Sari, Mira Agusthia dan Rachmanaty M Noer tahun 2020	Hubungan dukungan keluarga dengan penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Pancur Kabupaten Lingga	55 responden	penderita hipertensi	Deskriptif korelasi	Menggunakan alat ukur tekanan darah sebelum dan sesudah dilakukan penelitian terhadap responden	Cross sectional	Hasil penelitian diuji dengan uji Spearman Rho dengan derajat kemungkinan $n = 0,00$, diperoleh hasil $r = 0,000$ dimana ($p < 0,05$), dengan kekuatan ($r = 0,851$) yaitu sangat kuat dan arah hubungan positif artinya koefisien korelasi adalah signifikan berarti ada Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Diet	Tidak dicantumkan dengan jelas
--	---	--------------	----------------------	---------------------	---	-----------------	---	--------------------------------

Maria Ina Kus Dwi Sociatjoninguh Nicky Darmas Jayanti tahun 2021	Hubungan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet rendah garam pada penderita hipertensi sistolik	52 responden	penderita hipertensi sistolik di Puskesmas Dinoyo Kota Malang	Deskriptif korelasi	Menggunakan alat ukur tekanan darah sebelum dan sesudah dilakukan penelitian terhadap responden	Cross sectional	Dari hasil uji statistik didapatkan hubungan signifikan ($p = 0,000$) dukungan keluarga dengan kepatuhan diet rendah garam pada penderita hipertensi sistolik di Puskesmas Dinoyo Kota Malang, dengan kekuatan korelasi	Tidak dicantumkan dengan jelas
--	--	--------------	---	---------------------	---	-----------------	---	--------------------------------

							sedang ($r = 0,467$). Kesimpulan dari penelitian ini adalah terdapat hubungan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet rendah garam di Puskesmas Dinoyo Kota Malang sehingga penting untuk meningkatkan kepatuhan program diet rendah garam penderita hipertensi	
--	--	--	--	--	--	--	---	--

Elvy Nur'aini Raudhotun Nisak tahun 2022	Hubungan Dukungan Keluarga Terhadap Kepatuhan Diet Penderita Hipertensi di Desa Ngompro Kecamatan Pangkur Kabupaten Ngawi	50 responden	Penderita Hipertensi	Korelasi	Menggunakan alat ukur tekanan darah sebelum dan sesudah dilakukan penelitian terhadap responden	Rank spearman	Hasil uji spearman memperoleh nilai signifikan $p = 0,000$ dan koefisien korelasi sebesar $0,657$. Kesimpulan: berdasarkan hasil penelitian menunjukkan H1 diterima artinya ada hubungan dukungan keluarga terhadap kepatuhan diet penderita hipertensi di desa Ngompro Kecamatan	Tidak dicantumkan dengan jelas
--	---	--------------	----------------------	----------	---	---------------	--	--------------------------------

Muh. Jumidi Sapwa, Maruli Taufandaz Novri Hermawati tahun 2021	Hubungan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet hipertensi pada lansia di dusun ladon wilayah kerja Puskesmas Wanasaba	35 responden	lansia berusia 60 – 70 tahun	corelational	Menggunakan alat ukur tekanan darah sebelum dan sesudah dilakukan penelitian terhadap responden	Cross sectional	keluarga dengan kepatuhan diet hipertensi pada lansia yaitu dengan nilai ($p = 0,001$). Kesimpulannya, didapatkan dukungan keluarga yaitu kategori baik dan kepatuhan diet hipertensi pada lansia didapatkan rata – rata dalam kategori patuh.	Tidak dicantumkan dengan jelas
--	---	--------------	------------------------------	--------------	---	-----------------	--	--------------------------------

dengan tujuan tujuan untuk mengetahui hubungan dukungan keluarga terhadap kepatuhan diet hipertensi pada penderita hipertensi di Kelurahan Tapos Depok. Pengambilan sampel pada penelitian ini dengan metode kuisioner. Didapatkan hasil bahwa penderita hipertensi yang rata-rata berusia 46 tahun, dan banyak responden yang mendapatkan dukungan keluarga maupun patuh terhadap diet.

Berdasarkan hasil penelitian Yureya Nita, Dina Oktavia (2017), Penelitian yang dilakukan di Puskesmas Payung Sekaki Pekanbaru dimulai dari 13 – 16 Juli dengan tujuan untuk mengetahui adakah hubungan antara dukungan keluarga dengan kepatuhan diet pasien hipertensi. Dalam penelitian ini alat ukur yang digunakan adalah lembar kuesioner untuk pertanyaan tentang dukungan keluarga terdiri dari 10 pertanyaan dengan menggunakan skala guttman. Pertanyaan dibuat dalam bentuk lembar ceklis.dari penelitian ini

Jurnal Kesehatan Islam

didapatkan adanya dukungan kepatuhan diet hipertensi dan pasien yang mendapatkan dukungan dengan baik dari keluarganya cenderung lebih mudah patuh dalam melakukan diet hipertensinya.

Berdasarkan hasil penelitian Nilam Sari, Mira Agusthia dan Rachmawaty M Noer (2020), Penelitian ini menggunakan metode deskriptif korelasi pendekatan secara cross sectional untuk pemilihan sampel dengan tehnik purposive sampling. Rancangan penelitian ini adalah deskriptif korelasional dengan metode cross sectional yaitu rancangan penelitian dengan melakukan pengukuran atau pengamatan pada saat bersamaan atau sekali waktu. Dari hasil penelitian didapatkan hasil bahwa adanya kepatuhan diet hipertensi yang sangat kuat dan arah hubungan positif artinya koefisien korelasi adalah signifikan, yang berarti ada Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Diet Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Pancur.

Berdasarkan hasil penelitian Maria Ina Kii, Dwi Soelistyoningsih, Nicky Danur Jayanti (2021), Tujuan penelitian ini adalah menganalisis hubungan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet rendah garam pada penderita hipertensi sistolik di Puskesmas Dinoyo Kota Malang, Metode berupa penelitian deskriptif korelasi dengan pendekatan cross sectional. Instrumen penelitian menggunakan kuisioner dan dianalisis dengan uji kendall's tau-b. Hasil penelitian didapatkan 22 responden memiliki dukungan keluarga dalam kategori baik memiliki kepatuhan diet rendah garam sebanyak 30 responden. Kesimpulan dari penelitian ini adalah terdapat hubungan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet rendah garam di Puskesmas Dinoyo Kota Malang, sehingga penting untuk meningkatkan kepatuhan program diet rendah garam penderita hipertensi.

Berdasarkan hasil penelitian Elvya Yuni Nur'aini, Raudhotun Nisak (2022), Tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis Hubungan Dukungan Keluarga Terhadap Kepatuhan Diet Penderita Hipertensi Di Desa Ngompro Kecamatan Pangkur Kabupaten Ngawi, Desain yang digunakan adalah korelasi dengan pendekatan cross sectional. Jumlah responden

dalam penelitian sebanyak 50 responden. Pengumpulan data dengan menggunakan kuisioner dan uji rank spearman. Hasil penelitian diperoleh mayoritas responden mendapat dukungan keluarga baik sejumlah 36 orang, lebih dari setengahnya responden patuh terhadap diet hipertensi sejumlah 31 orang.

Berdasarkan hasil penelitian Muh. Jumidi Sapwal, Maruli Taufandas, Novi Hermawati (2021), tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui adakah dukungan keluarga terhadap penderita hipertensi karena jumlah kasus hipertensi di wilayah kerja puskesmas wanasaba cukup tinggi dan berfluktuasi yang rata-rata terjadi pada lansia berusia 60 – 70 tahun. Dengan jumlah sampel 35 responden dan dilaksanakan pada bulan Mei 2019, pengumpulan data menggunakan kuisioner. Pada penelitian ini terdapat 2 (dua) variabel yang mempunyai hubungan bermakna secara statistik yaitu dukungan keluarga dengan kepatuhan diet hipertensi pada lansia yaitu dengan nilai ($p=0,001$). Kesimpulannya, didapatkan dukungan keluarga yaitu kategori baik dan kepatuhan diet hipertensi pada lansia didapatkan rata-rata dalam kategori patuh.

Pembahasan

Berdasarkan hasil dari 6 jurnal yang sudah diambil, contohnya sesuai dengan fakta penelitian yang dilakukan oleh Rosa Amelia dan Indah Kurniawati tahun 2020 bahwa Hasil penelitian diperoleh nilai $p=0,001$ yang berarti ada hubungan dukungan keluarga terhadap kepatuhan diet hipertensi pada penderita hipertensi di Kelurahan Tapos Depok. Didapatkan nilai $OR=5,704$, artinya responden yang mendapatkan dukungan keluarga dengan baik akan lebih mudah mematuhi diet hipertensinya, dibandingkan dengan responden yang tidak mendapatkan dukungan keluarga. Terkait dengan masalah yang dipaparkan tersebut, peneliti berpendapat bahwa Kurangnya dukungan keluarga dalam melaksanakan perawatan hipertensi di rumah serta pengetahuan keluarga dan pasien dalam kepatuhan diet hipertensi akan menyebabkan berbagai komplikasi yang muncul contohnya dari kebiasaan makan makanan yang asin akan berdampak buruk terhadap pasien hipertensi dan dapat menimbulkan kerusakan pada ginjal (gagal ginjal), jantung (penyakit jantung koroner), otak (menyebabkan stroke), dan kematian. Menurut peneliti pendidikan yang rendah berkaitan dengan kurangnya pengetahuan dan kesadaran terkait

melaksanakan kepatuhan diet hipertensi, Pengetahuan dan kesadaran yang rendah pada penderita hipertensi berisiko membuat kondisi hipertensi tidak terkontrol dengan baik. Sedangkan, seseorang yang berpendidikan tinggi biasanya akan menjaga pola makan, rutin olahraga, melakukan konseling gizi terkait diet hipertensi, dan kontrol kesehatan di pelayanan kesehatan.

Berdasarkan teori, terjadinya dukungan keluarga dengan kepatuhan diet hipertensi sangat berpengaruh pada kepatuhan diet hipertensi ditandai dengan penggunaan sistem dukungan keluarga yang terdiri dari dukungan informasional, penghargaan, instrumental dan emosional yang merupakan bagian integral dari keseluruhan dukungan yang berpusat pada suatu pendekatan keluarga dalam menangani memberikan dukungan pada pasien akan meningkatkan kesehatan dan adaptasi mereka dalam kehidupan. Maka dari itu perlu pengontrolan tekanan darah untuk menskrining adanya hipertensi guna untuk mencegah atauantisipasi supaya tekanan darah terkontrol. Menurut peneliti hipertensi yang terjadi pada usia dewasa awal dan akhir dapat terjadi karena munculnya berbagai faktor resiko yaitu obesitas, kurang gerak, kebiasaan merokok, minum alkohol, pemakaian garam, dan stres.

Menurut teori Khoirin (2018) menjelaskan bahwa seseorang yang berpendidikan tinggi akan lebih mudah dalam menerima informasi, dibandingkan seseorang yang berpendidikan rendah. Perkembangan zaman juga membuat seseorang menyadari pentingnya tingkat pendidikan, bahwa semakin tinggi pendidikan maka semakin luas pengetahuan yang didapat dan cara berpikirnya pun berbeda. Tingkat pendidikan secara tidak langsung mempengaruhi tekanan darah karena tingkat pendidikan berpengaruh terhadap gaya hidup seseorang yaitu seperti kebiasaan merokok, kebiasaan mengonsumsi alkohol, asupan makanan, dan aktivitas fisik (Anggara & Prayitno, 2013).

Berdasarkan opini bahwa dengan adanya pengetahuan keluarga tentang diet Dash dapat menurunkan hipertensi, karena dengan adanya diet Dash yaitu dengan cara mengonsumsi makanan rendah garam dan makanan yang

mengandung nutrisi tertentu seperti kalium, kalsium, dan magnesium yang efektif menurunkan tekanan darah. Diet ini juga menekankan pola makan rendah garam namun tetap mengandung nutrisi seimbang, sehingga tidak hanya mampu mencegah hipertensi saja, tapi juga mengurangi risiko terkena penyakit lain seperti jantung, stroke, diabetes, osteoporosis, batu ginjal, dan kanker.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil tinjauan *literature review* diatas maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan dukungan keluarga terhadap kepatuhan diet hipertensi karena dengan adanya dukungan anggota keluarga dan penderita hipertensi sendiri maka dapat menurunkan tekanan darah dengan menggunakan teknik diet garam atau diet Dash. Pengaruh dari diet hipertensi sendiri adalah dapat menurunkan kebiasaan mengonsumsi yodium dikalangan masyarakat sehingga penderita hipertensi dapat bisa berkurang.

DAFTAR RUJUKAN

- Anggara, F. H. D., & Prayitno N. (2013). Faktor-faktor yang berhubungan dengan tekanan darah di puskesmas telaga murni, cikarang barat tahun 2013. *Jurnal Ilmiah Kesehatan* vol 5 no 1.
- Bustan MN. *Epidemiologi Penyakit Tidak Menular*. Jakarta: Rineka Cipta; 2007
- Effendy, N & Rosyid, FN, (2011). Hubungan kepatuhan diet rendah garam dan terjadinya kekambuhan pada pasien hipertensi di wilayah Puskesmas Pasongsongan Kabupaten Sumenap Madura. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat Universitas Muhammadiyah Surabaya*
- Imran Tumenggung. (2013). Hubungan Dukungan Sosial Keluarga Dengan Kepatuhan Diet Pasien Hipertensi Di Rsud Toto Kabila Kabupaten Bone Bolango *Jurnal Health and Sport* Vol 07, No 01
- Kamran, A. Et Al 2016, 'The Comparison Of Dietary Behaviors Among Rural Controlled And Uncontrolled Hypertensive Patients', *Advances In Preventive Medicine*, 2016, P. 7.
- Kemenkes RI. (2018). Hasil Utama Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018. Kementrian Kesehatan Republik Indonesia.
- Nursalam. (2020). Literature Systematic Review Pada Pendidikan Kesehatan. In *Fakultas Keperawatan Universitas Airlangga* (Vol. 4, Issue 3).

Recky, Sinus,abdul haris jauhari, abduh ridha. (2017). Hubungan Pengetahuan, Sikap, Dukungan Keluarga, Ketersediaan Sumber Bahan Makanan Diet Hipertensi Dengan Perilaku Diet Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Balai Sepuak. *26th European Photovoltaic Solar Energy Conference and Exhibition, 2*, 2–11.

Susilo, Wulandari. Cara Jitu Mengatasi Hipertensi. Yogyakarta C.V Andi Offset : 2011.

Triyanto, Endang. 2014. Pelayanan Keperawatan bagi Penderita Hipertensi Secara Terpadu. Yogyakarta : Graha Ilmu