

BAB IV

PEMBAHASAN

Pada kasus ini peneliti akan membahas tentang adanya kesesuaian antara teori dan hasil yang didapatkan dari intervensi yang telah dianalisis adalah Penerapan dukungan keluarga terhadap kepatuhan diet anggota keluarga yang mengalami hipertensi di wilayah Puskesmas Maccini Sawah.

1. Gambaran penerepan dukungan keluarga terhadap kepatuhan diet anggota keluarga yang mengalami hipertensi di wilayah Puskesmas Maccini Sawah

Pada pengkajian dukungan keluarga Tn.A terhadap penyakit yang dideritanya sekarang penulis menggunakan kuesioner dukungan keluarga yang dimana hasil dari kuesioner tersebut didapatkan bahwa Tn.A kurang mendapatkan dukungan keluarga. Adapun dimensi dukungan keluarga yang terabaikan di keluarga Tn.A yaitu dimensi Informasi hal ini diakibatkan karena kurangnya pengetahuan keluarga tentang hipertensi dan diet hipertensi.

Dukungan keluarga yang dimaksud adalah dukungan informasi, emosional, instrumental dan pengharagaan seperti keluarga dapat membantu anggota keluarga yang mengalami hipertensi dengan cara mengatur perilaku makan yang sehat, mengajak olahraga bersama-sama, dan menemani dan mengingatkan untuk memeriksa tekanan darah secara rutin serta memanfaatkan fasilitas kesehatan. Penulis berpendapat bahwa keluarga Tn.A tidak mampu memenuhi fungsi dan tugas kesehatan keluarga karena kurangnya pengetahuan akan hipertensi yang diderita Tn.A, tidak mengetahui bagaimana merawat anggota keluarga dengan hipertensi

Implementasi dilakukan selama 2 hari yaitu pada tanggal 20 Mei 2025 dan pada tanggal 25 Mei 2025 pada implementasi hari pertama jam 08.00 dilakukan pemeriksaan tekanan darah pada Tn.A dengan

hasil 200/128 mmHg dan didapatkan data bahwa Tn.A kurang mendapatkan dukungan keluarga dalam memenuhi kepatuhan dietnya.

Selanjutnya penulis melakukan kontrak waktu untuk melakukan penyuluhan tentang hipertensi dan dukungan keluarga terhadap kepatuhan diet hipertensi dan waktu yang disetujui yaitu pada tanggal 20 Mei 2025 Jam.10.00. Kemudian setelah dilakukan penyuluhan menggunakan media leaflet dan diskusi didapatkan hasil bahwa Tn.A dan keluarganya mampu memahami pengertian, penyebab, tanda gejala, pencegahan dan penanganan hipertensi serta dukungan keluarga yang harus diberikan kepada Tn.A dan mengatakan bahwa mereka akan menerapkannya.

Pada implementasi ke-2 pada tanggal 25 Mei 2025 dilakukan pemeriksaan tekanan darah kembali setelah Tn.A mendapatkan dukungan keluarga dan mematuhi diet hipertensi didapatkan hasil bahwa 140/100mmHg.

Tabel 4.1 Hasil Pre dan Post Implementasi

TANGGAL	JENIS KEGIATAN	PRE	POST
20 Mei 2025	Penyuluhan hipertensi, dukungan keluarga dan diet hipertensi	Tn.A dan keluarganya tidak mengetahui tentang diet hipertensi dan dukungan keluarga seperti apa yang harus diberikan kepada Tn.A	Setelah dilakukan penyuluhan Tn.A dan keluarganya telah mengetahui tentang diet hipertensi dan dukungan keluarga yang harus diberikan kepada Tn.A
	Pemeriksaan Tekanan Darah	Sebelum mendapatkan dukungan keluarga Tekanan Darah Tn.A: 200/128 mmHg	-
25 Mei 2025	Pemeriksaan Tekanan Darah	-	Setelah mendapatkan dukungan keluarga Tekanan Darah Tn.A:

			140/100 mmHg
--	--	--	--------------

Berdasarkan tabel diatas dapat dilihat bahwa terjadi penurunan tekanan darah setelah Tn.A dan keluarganya diberikan penyuluhan tentang pentingnya dukungan keluarga terhadap diet hipertensi dari awalnya tekanan darah Tn.A 200/128 mmHg menjadi 140/100mmHg

Sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Maritje S.J. Malisngorar et al., (2023) bahwa ada pengaruh pendidikan kesehatan terhadap tingkat pengetahuan. Pendidikan kesehatan adalah penerapan konsep pendidikan dalam bidang kesehatan. Pendidikan adalah suatu proses belajar yang berarti dalam pendidikan itu terjadi proses perubahan pada diri individu, kelompok atau masyarakat. Seseorang dapat dikatakan belajar apabila dalam dirinya terjadi perubahan, dari tidak tahu menjadi tahu sehingga menghasilkan perubahan.

Beberapa hal yang dapat dilakukan untuk menjalani pola hidup sehat seperti menurunkan berat badan, mengurangi asupan garam, olahraga yang teratur, mengurangi konsumsi alkohol dan berhenti merokok. Diet memainkan peran penting dalam pengelolaan hipertensi terkait usia. Gaya hidup dan pola makan/diet hipertensi menjadi lebih efektif dalam mengontrol tekanan darah jika dikombinasikan dengan pengurangan asupan garam. Beberapa penelitian telah menunjukkan bahwa pengurangan asupan garam adalah salah satu intervensi yang paling hemat biaya. Kebanyakan negara rata-rata asupan garam per orang terlalu tinggi antara 9g dan 12g/hari. WHO merekomendasikan agar orang dewasa mengkonsumsi kurang dari 2000 miligram sodium, atau 5 g garam per hari (Utari et al., 2021).

Penulis berpendapat bahwa pemberian edukasi kesehatan penyakit hipertensi sangatlah penting karena merupakan proses pembelajaran yang bertujuan untuk meningkatkan taraf kesehatan keluarga dan pengetahuan keluarga mengenai bahayanya penyakit

hipertensi dan dukungan keluarga juga sangat berpengaruh dalam menjaga kepatuhan diet hipertensi dengan tujuan untuk menjaga tekanan darah tetap normal/stabil.

2. Penerapan dukungan keluarga terhadap kepatuhan diet anggota keluarga yang mengalami hipertensi di wilayah Puskesmas Maccini Sawah

Dalam asuhan keperawatan yang telah dilakukan menunjukkan bahwa terjadi penurunan tekanan darah pada Tn.A setelah 4 hari Tn.A mendapatkan dukungan keluarga dan mematuhi diet hipertensi., yang awalnya 200/128 mmHg menjadi 140/100 mmHg setelah 4 hari.

Salah satu upaya yang dapat dilakukan oleh pasien hipertensi yaitu diet hipertensi yang merupakan salah satu cara untuk menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi. Hal yang harus diperhatikan oleh penderita hipertensi yaitu makanannya (kepatuhan diet). Didapatkan pada kategori penderita hipertensi yang tidak patuh diet sebanyak 34 orang (56,7%) dan sebanyak 26 orang (43,3%) penderita yang patuh diet. Diet ini bertujuan untuk menurunkan tekanan darah dan mempertahankan hingga normal. Selain itu, tujuan dari diet ini adalah untuk mengurangi faktor resiko yang dapat muncul pada penderita hipertensi seperti kelebihan berat badan, kadar lemak yang tinggi, kolesterol dan asam urat dalam darah. Bagi penderita hipertensi sangat dianjurkan untuk mengatur menu makanannya untuk menghindari dan membatasi makanan yang dapat meningkatkan kadar kolesterol darah serta meningkatkan tekanan darah. (Nita & Oktavia, 2020)

Seseorang yang mendapatkan dukungan keluarga baik dari anggota keluarganya berupa dukungan emosional, informasional, instrumental dan penghargaan mengenai diet hipertensi akan membuat anggota keluarga yang mengalami hipertensi merasa diperhatikan dan mempermudah untuk menjalankan pengobatan termasuk dalam pelaksanaan diet hipertensi dibandingkan dengan

penderita hipertensi yang kurang mendapatkan dukungan dari anggota keluarganya. Dalam meningkatkan Kepatuhan Diet Hipertensi peran keluarga sangat dibutuhkan dalam menjaga perilaku makan dan kebiasaan buruk penderita.

Sesuai dengan pendapat Hayani, Azwarni, Sulistiany, Zulkarnaini, & Elfida (2021). Dengan judul hubungan pengetahuan dan dukungan keluarga dengan kepatuhan menjalankan diet hipertensi di Puskesmas Kota Kuala Simpang Aceh Tamiang tahun 2019, dapat disimpulkan bahwa pasien hipertensi yang mendapatkan dukungan keluarga akan lebih mudah untuk menjalankan pengobatan termasuk dalam pengaturan makan dibandingkan pasien yang tidak mendapatkan dukungan keluarga. Dukungan dapat digambarkan sebagai perasaan memiliki atau keyakinan bahwa seseorang merupakan peserta aktif dalam kegiatan sehari-hari, dikarenakan peran keluarga sangat dibutuhkan dalam meningkatkan kepatuhan pasien dalam menjaga perilaku makan, oleh karena itu pasien yang mendapatkan dukungan keluarga lebih dominan dan cenderung patuh dalam melaksanakan diet.

Dukungan keluarga merupakan sikap, dan tindakan penerimaan keluarga terhadap anggota keluarganya, dimana berupa dukungan informasional, dukungan penilaian, dukungan instrumental dan dukungan emosional. Jadi dukungan keluarga adalah suatu bentuk hubungan interpersonal yang meliputi sikap, tindakan dan penerimaan terhadap anggota keluarga, sehingga anggota keluarga merasa ada yang memperhatikannya. (Fridman, 2014 dalam Kirawan & Prihatiningsih, 2020).

Kepatuhan yaitu tingkat seseorang untuk menjalankan aturan dan menerapkan perilaku yang udah disarankan. Kepatuhan dibagi menjadi dua yaitu yang pertama kepatuhan penuh, dimana seorang yang mangaami hipertensi menjalankan kepatuhan program diet dengan sungguh-sungguh dan yang kedua ada penderita tidak patuh,

dimana penderita hipertensi tidak melaksanakan diet hipertensi (Susanti, 2019).

Diet hipertensi yaitu diet yang dilakukan oleh pasien penderita hipertensi yang bertujuan mengatasi hipertensi yang tidak menimbulkan efek yang serius, karena diet merupakan metode pengendalian alami (Palimbong et al., 2018). Menurut Wahyudi (2020) ada beberapa Faktor yang dapat mempengaruhi kepatuhan diet hipertensi yaitu pemahaman tentang instruksi, tingkat pendidikan, sakit dan pengobatan, keyakinan, sikap, sifat dan kepribadian, serta dukungan keluarga.

Menurut pendapat penulis bahwa penerapan dukungan keluarga terhadap kepatuhan diet anggota keluarga yang mengalami hipertensi pada hasil studi kasus ini bahwa terdapat kesamaan yang *signifikan* antara teori dan kasus, yang dapat membuat klien patuh terhadap diet hipertensinya dengan dukungan keluarga yang diberikan berupa dukungan emosional, informasi, instrumental dan penghargaan.

Penulis dapat menyimpulkan bahwa dengan dukungan keluarga yang baik terutama mengenai aturan makan dan perilaku yang dianjurkan bagi penderita hipertensi dapat membuat penderita menjadi patuh dalam melaksanakan diet hipertensi.