

BAB V

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Pada bab ini akan diuraikan hasil penelitian dan pembahasan tentang Hubungan Dukungan Emosional Keluarga Dan Pengetahuan Dengan Kepatuhan Pembatasan Konsumsi Garam Pada Lansia Penderita Hipertensi di Desa Babakanjati Kecamatan Cigandamekar Tahun 2025. Penelitian ini dilakukan pada bulan febuari 2025 di Desa Babakanjati Kecamatan Cigandamekar dengan jumlah responden sebanyak 114 responden, selama proses penelitian tidak ada yang mengundurkan diri sebagai responden lalu selama proses penelitian dibantu oleh kepala desa dan ibu kader.

5.1 Hasil Penelitian

Hasil penelitian disajikan secara univariat dan bivariat. Secara univariat dapat digambarkan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi. Hal ini dapat diketahui hasil presentasi penelitian masing-masing variabel bebas dengan variabel terikat. Penelitian ini menggunakan uji statistik *rank-spearman* dengan tingkat kemaknaan $\alpha = 0,05$.

5.1.1 Hasil Analisis Univariat

Analisis univariat dilakukan terhadap tiap-tiap variabel penelitian. Adapun variabel yang dianalisis dalam penelitian ini mencakup variabel bebas yaitu dukungan emosional keluarga dan pengetahuan, sedangkan variabel terikat yaitu kepatuhan pembatasan konsumsi garam pada lansia

penderita hipertensi. Setelah dilakukan penelitian maka diperoleh data sebagai berikut :

1. Gambaran Dukungan Emosional Keluarga pada Lansia Penderita Hipertensi di Desa Babakanjati Kecamatan Cigandamekar Tahun 2025

Tabel 5. 1 Distribusi frekuensi Gambaran Dukungan Emosional Keluarga pada Lansia Penderita Hipertensi di Desa Babakanjati Kecamatan Cigandamekar Tahun 2025 (n = 114)

Dukungan Emosional Keluarga	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Baik	14	12,3 %
Cukup	35	30,7 %
Kurang	65	57 %
Jumlah	114	100 %

Sumber : Data primer 2025

Berdasarkan tabel 5.1 diatas menunjukkan bahwa 114 responden yang memiliki dukungan emosional keluarga, sebagian responden memiliki dukungan emosional keluarga kurang sebanyak (57 %) pada lansia penderita hipertensi di Desa Babakanjati Kecamatan Cigandamekar Tahun 2025

2. Gambaran Pengetahuan Pada Lansia Penderita Hipertensi di Desa Babakanjati Kecamatan Cigandamekar Tahun 2025

Tabel 5. 2 Distribusi frekuensi Gambaran Pengetahuan pada Lansia Penderita Hipertensi di Desa Babakanjati Kecamatan Cigandamekar Tahun 2025 (n = 114)

Pengetahuan	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Baik	12	10,5 %
Cukup	33	28,9 %
kurang	69	60,5 %
Jumlah	114	100 %

Sumber : Data primer 2025

Berdasarkan tabel 5.2 diatas menunjukkan bahwa 114 responden yang memiliki pengetahuan, sebagian responden memiliki pengetahuan kurang

sebanyak (60,5 %) pada lansia penderita hipertensi di Desa Babakanjati Kecamatan Cigandamekar Tahun 2025.

3. Gambaran Kepatuhan Pembatasan Konsumsi Garam Pada Lansia Penderita Hipertensi di Desa Babakanjati Kecamatan Cigandamekar Tahun 2025

Tabel 5. 3 Distribusi frekuensi Gambaran Kepatuhan pembatasan konsumsi garam pada Lansia Penderita Hipertensi di Desa Babakanjati Kecamatan Cigandamekar Tahun 2025 (n =114)

Kepatuhan Pembatasan Konsumsi Garam	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Baik	9	7,9 %
Cukup	35	30,7 %
Kurang	70	61,4 %
Jumlah	114	100 %

Sumber : Data primer 2025

Berdasarkan tabel 5.1 diatas menunjukkan bahwa 114 responden yang memiliki dukungan emosional keluarga, sebagian responden memiliki kepatuhan pembatasan konsumsi garam kurang sebanyak (61,4 %) pada lansia penderita hipertensi di Desa Babakanjati Kecamatan Cigandamekar Tahun 2025

5.1.2 Hasil analisis bivariat

1. Hubungan antara Dukungan Emosional Keluarga dengan Kepatuhan Pembatasan Konsumsi Garam pada Lansia penderita Hipertensi di Desa Babakanjati Kecamatan Cigandamekar Tahun 2025

Tabel 5. 4 Hubungan antara Dukungan Emosional Keluarga dengan Kepatuhan Pembatasan Konsumsi Garam pada Lansia penderita Hipertensi di Desa Babaanjati Kecamatan Cigandamekar Tahun 2025 (n=114)

Dukungan Emosional Keluarga	Kepatuhan pembatasan konsumsi garam						Total		<i>P-Value</i>	r
	Baik		Cukup		Kurang					
	N	%	N	%	N	%	N	%		
Baik	7	50,0	6	42,9	1	8,6	14	100	0,000	0,891
Cukup	2	5,7	29	82,9	4	11,4	35	100		
Kurang	0	0,0	0	0,0	65	100	65	100		
Total	9	55,7	35	30,7	70	55,7	114	100		

Sumber : Data primer 2025

Berdasarkan tabel 5.4 diatas menunjukkan hasil dari 14 responden yang memiliki dukungan emosional kategori baik, terdapat responden yang memiliki kepatuhan kurang yaitu 1 orang (8,6%), 6 orang kategorik cukup (42,9%) , dan 7 orang dalam kategori kurang (50%). Hasil dari 35 responden yang memiliki dukungan emosional cukup, terdapat 2 orang responden yang memiliki kepatuhan baik, 29 orang kategori cukup dan 1 orang dalam kategori kurang. Hasil dari 65 responden yang memiliki dukungan emosional kategori kurang, hampir seluruhnya responden memiliki kepatuhan kurang yaitu 65 orang (100%).

Dari hasil pengujian statistik menggunakan uji rank-spearman diperoleh nilai p-value < α . Pada tahap kesalahan 5% didapatkan hasil arah korelasi positif dengan nilai korelasi sebesar 0,891 atau memiliki kekuatan korelasi yang termasuk dalam kategori sangat kuat. Kemudian dilakukan ada tidaknya hubungan antara variabel bebas dan variabel terikat. Dalam penelitian ini hasil uji rank-spearman menunjukkan hasil yang signifikan yaitu p-value 0,000. Karena nilai signifikan lebih kecil dari 0,5 maka dapat disimpulkan bahwa ha

diterima artinya ada hubungan yang signifikan antara Dukungan Emosional Keluarga dan Pengetahuan Dengan Kepatuhan Pembatasan Konsumsi Garam Pada Lansia Penderita Hipertensi di Desa Babakanjati Kecamatan Cigandamekar Tahun 2025.

2. Hubungan antara pengetahuan dengan Kepatuhan Pembatasan Konsumsi Garam pada Lansia penderita Hipertensi di Desa Babakanjati Kecamatan Cigandamekar Tahun 2025

Tabel Tabel 5.5 Hubungan antara pengetahuan dengan Kepatuhan Pembatasan Konsumsi Garam pada Lansia penderita Hipertensi di Desa Babakanjati Kecamatan Cigandamekar Tahun 2025 (n= 114)

Pengetahuan	Kepatuhan pembatasan konsumsi garam						Total		P-Value	R
	Kurang		Cukup		Baik					
	N	%	N	%	N	%	N	%	0,000	0,899
Baik	1	8,3	5	41,7	6	50,0	12	100		
Cukup	2	6,1	28	84,8	3	9,1	33	100		
Kurang	67	97,1	2	2,9	0	0	69	100		
Total	70	61,4	35	30,7	9	50,0	114	100		

Sumber : Data primer 2025

Berdasarkan tabel 5.5 diatas menunjukkan hasil dari 69 responden yang memiliki pengetahuan kurang, hampir seluruhnya responden memiliki pengetahuan kurang yaitu 67 orang (97,1%). Sedangkan 14 responden yang memiliki pengetahuan kategori baik, terdapat responden yang memiliki kepatuhan pembatasan konsumsi garam baik yaitu 1 orang (8,3%).

Dari hasil pengujian statistik menggunakan uji rank-spearman diperoleh nilai $p\text{-value} < \alpha$. Pada tahap kesalahan 5% didapatkan hasil arah korelasi positif dengan nilai korelasi sebesar 0,899 atau memiliki kekuatan korelasi

yang termasuk dalam kategori sangat kuat. Kemudian dilakukan ada tidaknya hubungan antara variabel bebas dan variabel terikat. Dalam penelitian ini hasil uji rank-spearman menunjukkan hasil yang signifikan yaitu p-value 0,000. Karena nilai signifikan lebih kecil dari 0,5 maka dapat disimpulkan bahwa ha diterima artinya ada hubungan yang signifikan antara Dukungan Emosional Keluarga dan Pengetahuan Dengan Kepatuhan Pembatasan Konsumsi Garam Pada Lansia Penderita Hipertensi di Desa Babakanjati Kecamatan Cigandamekar Tahun 2025.

5.2 Pembahasan

Pembahasan adalah kesenjangan yang muncul setelah peneliti melakukan penelitian kemudian membandingkan antara teori dan hasil penelitian. Penelitian ini merupakan penelitian tentang Hubungan antara Dukungan Emosional Keluarga dan Pengetahuan Dengan Kepatuhan Pembatasan Konsumsi Garam Pada Lansia Penderita Hipertensi di Desa Babakanjati Kecamatan Cigandamekar Tahun 2025. Penelitian ini dilakukan pada bulan maret 2025 dengan jumlah responden sebanyak 114 orang.

5.2.1 Pembahasan Analisis Univariat

1. Gambaran Dukungan Emosional Keluarga pada Lansia Penderita Hipertensi di Desa Babakanjati Kecamatan Cigandamekar Tahun 2025

Berdasarkan tabel 5.1 diatas menunjukkan bahwa 114 responden yang memiliki dukungan emosional, sebagian responden memiliki dukungan emosional keluarga kurang sebanyak (57%) pada lansia dengan hipertensi di Desa Babakanjati Kecamatan Cigandamekar Tahun 2025.

Dari penelitian ini, dukungan emosional keluarga yang kurang didapatkan presentase sebesar 57 % dengan dukungan emosional keluarga yang kurang disebabkan karena responden memiliki kepribadian yang cenderung keras kepala sehingga sulit menerima dukungan emosional dari keluarga dan belum menerapkan pola makan yang sehat sehingga dukungan emosional keluarganya masih kurang. Dan responden mengungkapkan bahwa ia jarang berkomunikasi secara mendalam dengan keluarga, serta tidak merasa didengarkan atau dipahami dalam menghadapi masalah pribadinya. Selain itu, faktor kesibukan keluarga, perbedaan pola pikir antar generasi, dan minimnya pemahaman keluarga terhadap kebutuhan emosional lansia turut memperkuat ketidakadanya dukungan yang diharapkan.

Dukungan emosional keluarga adalah bentuk dukungan atau bantuan yang diberikan keluarga dalam bentuk perhatian, kasih sayang, dan empati, Serta tindakan, respons, dan sikap keluarga terhadap anggota yang sakit maupun yang sehat disebut sebagai dukungan keluarga, individu yang dianggap mendukung oleh anggota keluarga selalu siap memberikan bantuan ketika dibutuhkan. Peran keluarga sangat penting dalam memenuhi kebutuhan serta mendukung kepatuhan pasien agar risiko kekambuhan dan komplikasi dapat dikurangi. Dalam penanganan hipertensi, keluarga dapat berperan dengan membantu mengatur pola makan sehat, berpartisipasi dalam aktivitas fisik, menemani dalam berbagai kegiatan. (Torar et al., 2020)

Faktor utama yang berperan dalam membantu seseorang menyelesaikan masalah adalah dukungan keluarga, termasuk dukungan emosional yang keluarga berikan. Dukungan ini dapat meningkatkan rasa percaya diri, mendorong individu untuk menghadapi tantangan, serta meningkatkan kepuasan hidup. Oleh karena itu, keterlibatan keluarga dalam program pendidikan sangat penting agar mereka dapat memahami kebutuhan pasien, mengetahui kapan harus mencari bantuan, serta mendukung kepatuhan terhadap pengobatan (Ina & Setyoningrum, 2023).

Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Nuraini Nuraini¹, 2019) dengan judul Dukungan Emosional Keluarga dengan Kejadian Hipertensi di Puskesmas Cipondoh didapatkan hasil bahwa sebagian besar menunjukkan bahwa dari 90 responden dukungan emosional keluarga yang baik adalah sebanyak 39 responden (43.3%) dan berdasarkan dukungan keluarga yang kurang baik adalah sebanyak 51 responden (56.7%).

Keluarga perlu memperhatikan pola makan lansia yang menderita hipertensi, karena faktor ini berperan penting dalam mengendalikan tekanan darah mereka. Umumnya, seseorang yang menyukai makanan asin dan gurih, terutama yang tinggi kolesterol seperti rendang, santan, jeroan, serta berbagai olahan daging. Selain itu, makanan cepat saji yang mengandung lemak jenuh dan kadar garam tinggi juga dapat memicu hipertensi. Konsumsi garam berlebih yang mengandung natrium (Na) dapat menyebabkan retensi air dalam tubuh, meningkatkan volume darah, dan membuat jantung bekerja lebih keras dalam memompa darah, sehingga tekanan darah naik.

Oleh karena itu, penting bagi keluarga untuk mengontrol pola makan lansia guna mencegah dan mengelola hipertensi (Handayani et al., 2023).

Salah satu bentuk dukungan bagi penderita hipertensi adalah dukungan emosional. Dukungan emosional mencakup merawat lansia dengan kasih sayang dan empati, memberikan rasa aman, memberikan semangat, mengatasi keputusasaan, mengurangi perasaan rendah diri, serta membantu mengatasi keterbatasan akibat ketidakmampuan fisik. Dukungan emosional juga dapat diwujudkan dengan merawat lansia dengan penuh kasih sayang, menunjukkan sikap ramah dan menyenangkan saat membantu mereka, serta tidak membiarkan mereka menghadapi kesulitan sendirian. Selain itu, dukungan emosional sangat penting bagi lansia agar tidak merasa terbebani sendiri, karena mereka akan merasa diperhatikan, didengar, dan dibantu dalam menghadapi permasalahan (Rahmatika, 2019).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian (Prihartono et al., 2019) yang berjudul hubungan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet hipertensi pada penderita hipertensi didapatkan hasil Tingkat kepatuhan diet garam menunjukkan bahwa sebagian besar (72 dari 86 responden) mempunyai dukungan keluarga yang mendukung dengan tingkat kepatuhan diet patuh sebanyak 44 orang (61,1%) dan sebagian kecil keluarga yang mendukung dengan kepatuhan diet tidak patuh sebanyak 28 orang (38,9%). Sedangkan (14 dari 86 responden) sebagian besar mempunyai dukungan keluarga yang tidak mendukung dengan kepatuhan diet tidak patuh sebanyak 10 orang (71,4 %) dan sebagian kecil keluarga yang tidak

mendukung dengan kepatuhan diet patuh sebanyak 4 orang (28,6%). Hal ini dikarekan responden sangat membutuhkan dukungan keluarga terutama dukungan emosional keluarga untuk sekedar mengingatkan, mengawasi responden saat menjalani diet hipertensi.

Berdasarkan pembahasan diatas dapat disimpulkan bahwa dukungan keluarga yang meliputi dukungan emosional, dukungan informasi, dukungan instrumental dan dukungan penilaian sangat dibutuhkan bagi lansia yang menderita hipertensi, semangat yang diberikan dari keluarga membantu lansia merasa disayangi dan dihargai. Keluarga harus memperhatikan kesehatan lansia, perhatikan juga jenis makanan yang lansia konsumsi terutama asupan garam agar tekanan darah dapat dikontrol dengan baik.

2. Gambaran Pengetahuan Pada Lansia Penderita Hipertensi di Desa

Babakanjati Kecamatan Cigandamekar Tahun 2025

Berdasarkan tabel 5.2 diatas menunjukkan bahwa 114 responden yang memiliki pengetahuan, sebagian responden memiliki pengetahuan kurang sebanyak (60,5 %) pada lansia penderita hipertensi di Desa Babakanjati Kecamatan Cigandamekar Tahun 2025.

Dari hasil penelitian, pengetahuan yang kurang didapatkan 60,5 % dengan pengetahuan yang kurang disebabkan karena minimnya pemahaman lansia terhadap kondisi yang dideritanya. Selain itu, faktor perbedaan generasi, minimnya akses terhadap informasi terbaru yang cenderung tidak terbiasa menggunakan media digital, selain itu penurunan fungsi kognitif yaitu proses penuaan secara alami dapat mempengaruhi daya ingat dan konsentrasi lansia.

Pengetahuan merupakan aspek penting dalam terbentuknya perilaku atau tindakan individu. Pengetahuan responden yang tinggi mengenai pengendalian hipertensi akan mempengaruhi responden untuk melakukan tindakan yang baik. Tindakan yang didasari dengan pengetahuan akan bersifat langgeng dan sebaliknya apabila suatu tindakan tidak didasari oleh pengetahuan maka akan bersifat sementara atau tidak tahan lama (Notoatmodjo, 2010).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian (Rasiman & Reskiani, 2021) dengan judul hubungan pengetahuan dan sikap dengan kepatuhan diet hipertensi pada lansia penderita hipertensi dan hasil yang didapatkan Pengetahuan kepatuhan diet hipertensi pada lansia penderita hipertensi dari 57 responden, terdapat hampir dari setengahnya responden pada kategori pengetahuan baik yaitu 20 (35,1%) responden, hampir dari setengahnya responden pada kategori pengetahuan kurang yaitu 20 (35,1%) responden dan sebagian kecil responden pada kategori pengetahuan cukup yaitu 17 (29,8%). Hasil penelitian menunjukkan bahwa banyak lansia yang pengetahuannya kurang terhadap kepatuhan diet hipertensi disebabkan karena lansia hanya sebatas tahu dan belum sampai memahami, mengaplikasikan, menganalisa, mensintesis dan mengevaluasi diet hipertensi.

Salah satu faktor keberhasilan Untuk mencegah kekambuhan hipertensi, sikap dan pemahaman penderita memainkan peran penting. Salah satu aspek pengetahuan yang paling krusial adalah memahami faktor penyebab hipertensi. Beberapa faktor risiko perilaku yang dapat memicu

hipertensi meliputi pola makan yang tidak seimbang, konsumsi alkohol berlebihan, kurangnya aktivitas fisik, obesitas, serta paparan stres. Semakin banyak pengetahuan yang diperoleh, semakin baik pula sikap seseorang dalam menangani hipertensi. Namun, tanpa disertai sikap yang positif, pengetahuan tersebut tidak akan memberikan manfaat yang optimal. Dalam proses penyembuhan hipertensi, pengetahuan menjadi hasil dari upaya mencari informasi, yang mengubah ketidaktahuan menjadi pemahaman, serta ketidakmampuan menjadi kemampuan untuk bertindak secara tepat (Ina & Setyoningrum, 2023).

3. Gambaran Kepatuhan Pembatasan Konsumsi Garam Pada Lansia Penderita Hipertensi di Desa Babak anjati Kecamatan Cigandamekar Tahun 2025

Berdasarkan tabel 5.1 diatas menunjukan bahwa 114 responden yang memiliki dukungan emosional keluarga, sebagian responden memiliki kepatuhan pembatasan konsumsi garam kurang sebanyak (61,4 %) pada lansia penderita hipertensi di Desa Babakanjati Kecamatan Cigandamekar Tahun 2025.

Dari hasil penelitian, kepatuhan pembatasan konsumsi garam yang kurang didapatkan presentase 61,4 % dengan kepatuhan pembatasan konsumsi garam yang kurang karena disebabkan responden masih kurangnya pengetahuan tentang dampak konsumsi garam, selain itu kebiasaan makan yang sudah terbentuk sejak lama, minimnya dukungan keluarga, serta penurunan fungsi indra perasa pada lansia seiring bertambahnya usia.

Kepatuhan merupakan salah satu bentuk perilaku dalam menjaga kesehatan. Hal ini mencerminkan upaya seseorang untuk mempertahankan kondisi fisik dan mental yang optimal, mencegah timbulnya penyakit, serta menjalani proses penyembuhan dengan baik ketika mengalami gangguan kesehatan. Kepatuhan dapat mencakup berbagai aspek, seperti mengikuti anjuran medis, menjalani pola hidup sehat, mengonsumsi makanan bergizi, rutin berolahraga, serta menghindari kebiasaan yang berisiko bagi kesehatan. Dengan adanya kepatuhan terhadap prinsip-prinsip kesehatan, seseorang dapat meningkatkan kualitas hidupnya dan mengurangi kemungkinan mengalami penyakit yang dapat mengganggu aktivitas sehari-hari. (Natabea, 2024)

Beberapa faktor yang memengaruhi kepatuhan terhadap diet meliputi tingkat pengetahuan, usia, jenis kelamin, status sosial ekonomi, serta dukungan keluarga. Di antara faktor-faktor tersebut, sikap dan keterlibatan keluarga memiliki peran yang sangat penting dalam mendorong pasien untuk menjalani pola makan yang sesuai dengan kondisi kesehatannya. Dukungan keluarga tidak hanya memberikan motivasi, tetapi juga membantu menciptakan lingkungan yang mendukung kepatuhan terhadap diet yang dianjurkan.

Penelitian ini sejalan dengan (Aninditya et al., 2024) dengan judul Hubungan pengetahuan dan dukungan keluarga dengan kepatuhan Rendah Garam Pada Lansia Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas LaO Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 53 responden, paling banyak lansia patuh dalam menjalankan diet yaitu 38 orang

(71,7%) dengan jumlah reponde 30 orang (62,26%) yang berpengetahuan baik dan 35 orang (66%) yang mendapat dukungan keluarga baik. Menurut analisa peneliti lansia bisa patuh dalam menjalankan diet bila didukung dengan pengetahuan yang baik, pengetahuan bisa didapat dari informasi yang diterima. Selain itu juga dukungan keluarga baik bisa mempengaruhi lansia untuk patuh.

Kepatuhan pasien hipertensi memiliki peran penting dalam meningkatkan kesadaran serta perilaku pengendalian tekanan darah. Salah satu langkah utama dalam mengurangi risiko komplikasi akibat hipertensi, yang berpotensi menyebabkan kematian, adalah dengan menerapkan gaya hidup sehat. Pola makan yang seimbang, aktivitas fisik yang teratur, serta kepatuhan terhadap pengobatan merupakan faktor penting dalam menjaga tekanan darah tetap stabil. Namun, kepatuhan jangka panjang terhadap diet hipertensi sering kali menjadi tantangan bagi pasien. Aturan diet yang harus diikuti secara berkelanjutan dalam jangka waktu yang lama dapat menimbulkan kejenuhan dan mengurangi motivasi pasien dalam menjalani pola makan yang sehat. Ketidakpatuhan terhadap diet hipertensi dapat berdampak serius, seperti meningkatkan risiko komplikasi penyakit lain, termasuk penyakit jantung, stroke, dan gangguan ginjal. Selain itu, rendahnya kepatuhan juga berkontribusi terhadap meningkatnya angka morbiditas (kesakitan) dan mortalitas (kematian) akibat hipertensi. Oleh karena itu, diperlukan edukasi berkelanjutan, dukungan keluarga, serta strategi yang tepat agar pasien dapat mempertahankan pola makan yang sehat dan mencegah dampak negatif dari hipertensi. (Natabea, 2024)

Seiring bertambahnya usia, sensitivitas indra penciuman dan perasa cenderung menurun. Hal ini terjadi akibat melemahnya saraf yang bertugas mengirimkan sinyal ke otak serta menurunnya fungsi bagian otak yang memproses sensasi penciuman dan rasa. Akibatnya, lansia sering kali mengalami perubahan selera makan yang dapat berdampak pada keseimbangan asupan nutrisi mereka. Salah satu dampak dari perubahan ini adalah kecenderungan lansia untuk lebih menyukai makanan yang tinggi garam dan gula, karena rasa dari makanan lain mungkin terasa kurang kuat bagi mereka. Sayangnya, pola makan seperti ini dapat meningkatkan risiko berbagai masalah kesehatan. Konsumsi garam yang berlebihan dapat menyebabkan tekanan darah tinggi (hipertensi), sementara asupan gula yang tinggi dapat meningkatkan risiko diabetes mellitus. Jika tidak dikendalikan, gangguan nutrisi ini juga dapat berkontribusi terhadap penyakit degeneratif lainnya, seperti stroke dan penyakit jantung. Oleh karena itu, penting untuk memperhatikan pola makan lansia dengan memastikan mereka mendapatkan asupan nutrisi yang seimbang. Pendampingan keluarga, edukasi tentang pola makan sehat, serta alternatif makanan yang tetap lezat tetapi rendah garam dan gula dapat membantu menjaga kesehatan mereka dan mencegah risiko penyakit kronis. (Sigalingging & Tafanao, 2021)

Dalam hal ini, peran anggota keluarga, menjadi krusial dalam merawat penderita hipertensi di rumah. Mereka bertanggung jawab dalam memastikan pasien menjalani pola makan yang sehat, mematuhi anjuran medis, serta menghindari makanan yang dapat memperburuk kondisi

hipertensi. Selain itu, keluarga juga berperan dalam mengambil keputusan yang berkaitan dengan perawatan pasien, seperti menentukan jenis makanan yang dikonsumsi, mengatur jadwal makan, serta mengingatkan pasien untuk menjaga gaya hidup sehat. Dengan dukungan yang optimal dari keluarga, penderita hipertensi dapat lebih mudah menjalani pengelolaan penyakitnya secara efektif dan meningkatkan kualitas hidupnya.

keluarga dengan kepatuhan diet rendah garam pada penderita hipertensi sistolik di Puskesmas Dinoyo Kota Malang. Juga diperoleh nilai kolerasi 0,467 dalam arti memiliki kategori yang sedang yang artinya semakin tinggi dukungan keluarga maka akan semakin baik derajat kepatuhan pasien terhadap diet rendah garam. Dukungan keluarga sangat penting diberikan kepada responden yang mengalami hipertensi, karena setiap sikap atau tindakan keluarga dapat mempengaruhi perilaku responden. Jika keluarga memberikan dukungan yang baik maka kepatuhan responden dalam melaksanakan diet hipertensi semakin tinggi. Sebaliknya, jika keluarga tidak memberikan dukungan keluarga maka kepatuhan responden dalam melaksanakan diet hipertensi semakin rendah. Kepatuhan

5.2.2 Pembahasan Analisis Bivariat

1. Hubungan antara Dukungan Emosional Keluarga dengan Kepatuhan Pembatasan Konsumsi Garam pada Lansia penderita Hipertensi di Desa Babakanjati Kecamatan Cigandamekar Tahun 2025

Dari hasil penelitian bahwa, didapatkan dukungan emosional

keluarga yang baik terdapat 14 orang dan kepatuhan pembatasan konsumsi

garam yang baik didapatkan 7 orang, responden yang terdapat kategori cukup sebanyak 6 orang lalu 1 orang dalam kategori kurang orang pada kepatuhan pembatasan garam dikarenakan responden menunjukkan kepatuhan rendah karena memiliki ketertarikan terhadap rasa asin sejak remaja dan mengonsumsi ikan asin setiap hari. Selain itu, responden memiliki kepribadian yang cenderung keras kepala sehingga sulit menerima dukungan emosional dari keluarga dan belum menerapkan pola makan yang sehat sehingga kepatuhan pembatasan konsumsi garam masih sulit diterapkan responden.

Lalu hasil penelitian ini, didapatkan dukungan emosional keluarga yang cukup terdapat 35 orang, dan pada kepatuhan pembatasan konsumsi garam terdapat 4 orang kurang patuh, 29 orang cukup dan 2 orang dalam kategori baik, 2 orang dalam kategori baik meskipun dukungan emosional keluarga nya cukup dikarenakan dia selalu menjaga makannya terutama menghindari makanan yang mengandung tinggi garam

Dari hasil penelitian ini juga, dukungan emosional keluarga yang kurang didapatkan 65 orang dan kepatuhan pembatasan konsumsi garam didapatkan 65 orang juga yang memiliki kategori kurang yang disebabkan responden masih mengabaikan upaya yang dapat mencegah dan mengontrol hipertensi dengan responden sangat menyukai rasa asin lalu selain itu responden tinggalnya dengan pasangannya yang sudah sama sama tua yang kurang peduli dan bersama anak anaknya yang hampir tidak pernah memperhatikan responden sehingga responden masih dalam

kategori kurang dalam dukungan emosional keluarga dan kepatuhan

pembatasan konsumsi garam.

Salah satu faktor yang memengaruhi tingkat kepatuhan pasien selama proses perawatan adalah dukungan. Untuk mewujudkan keluarga yang sehat, peran serta keluarga dalam pemeliharaan kesehatan sangatlah penting. Kepatuhan pasien terhadap dietnya memiliki keterkaitan yang erat dengan dukungan dari anggota keluarga. Hal ini disebabkan oleh hubungan yang kuat antara setiap anggota keluarga, yang dapat memengaruhi kebiasaan serta pola hidup pasien. Oleh karena itu, keluarga perlu menyadari pentingnya memberikan dukungan kepada anggota yang menderita hipertensi agar mereka dapat menjalani diet yang sesuai dan menjaga kesehatannya dengan lebih baik. (Arindari & Rina, 2022)

Hasil penelitian ini sejalan (Jovannaldo et al., 2024)j dengan judul Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Diet Rendah Garam Pada Pasien Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Passi Barat dengan jumlah 40 responden menghasilkan $p\text{-value} = 0,011$ sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara dukungan keluarga dengan kepatuhan rendah garam pada pasien hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Passi Barat.

Setiap tindakan dan sikap positif yang diberikan oleh keluarga kepada anggota yang sedang sakit atau mengalami masalah kesehatan dapat dikategorikan sebagai dukungan keluarga. Dukungan ini berperan penting dalam meningkatkan kesehatan dan membantu pasien beradaptasi dengan kondisinya melalui berbagai bentuk, seperti dukungan informasional, penghargaan, instrumental, dan emosional. Secara umum, dukungan keluarga dapat menjadi faktor utama yang memengaruhi keyakinan pasien dalam menjalani pengobatan dan perawatan. Jika

keluarga memberikan dukungan yang baik maka kepatuhan responden dalam melaksanakan diet hipertensi semakin tinggi. Sebaliknya, jika keluarga tidak memberikan dukungan keluarga maka kepatuhan responden dalam melaksanakan diet hipertensi semakin rendah. Dalam konteks kepatuhan diet hipertensi, peran keluarga sangat krusial karena perhatian dan dorongan mereka dapat meningkatkan motivasi pasien untuk tetap mengikuti pola makan yang dianjurkan, sehingga membantu menjaga kesehatannya secara optimal. (Jovannaldo et al., 2024)

Dukungan keluarga memiliki peran penting dalam meningkatkan rasa percaya diri serta membantu pasien menghadapi tantangan dalam menjalankan kepatuhan terhadap diet hipertensi. Oleh karena itu, dukungan keluarga menjadi faktor utama dalam perawatan hipertensi di rumah. Karena penderita hipertensi disarankan untuk menghindari dan membatasi makanan yang dapat meningkatkan kadar kolesterol,

keluarga perlu berperan aktif dalam menyusun menu makanan yang sehat serta menerapkan pola hidup yang lebih baik. Dengan keterlibatan keluarga, pasien dapat merasa lebih nyaman, percaya diri, diperhatikan, dan dicintai, yang pada akhirnya berdampak positif pada kepatuhan mereka terhadap diet yang dianjurkan. Dukungan keluarga dapat hadir dalam berbagai bentuk, di antaranya adalah dukungan instrumental, seperti memberikan bantuan langsung dan dorongan; dukungan penghargaan, berupa motivasi dan semangat dukungan

informasional, seperti memberikan bimbingan dan pengetahuan terkait penyakit yang dialami; serta dukungan emosional, yang melibatkan

perhatian dan kepedulian terhadap kondisi pasien. Semua bentuk dukungan ini berkontribusi dalam membantu penderita hipertensi menjalani pengobatan dan menjaga kesehatannya dengan lebih baik. (Agustina et al., 2023)

Berdasarkan pembahasan diatas dapat disimpulkan bahwa dukungan keluarga sangat diperlukan bagi lansia yang menderita hipertensi. Lansia membutuhkan dukungan emosional keluarga untuk menyelesaikan masalahnya. Lansia dengan hipertensi harus patuh pada pembatasan konsumsi garam agar terkontrol dengan baik. Dukungan emosional keluarga sangat bermanfaat bagi Kesehatan lansia, efek dari dukungan emosional keluarga yang baik akan membuat lansia patuh pada pembatasan konsumsi garam. Kepatuhan pembatasan konsumsi garam harus diperhatikan oleh keluarga agar tekanan darah terkontrol dengan baik.

2. Hubungan antara Pengetahuan dengan Kepatuhan Pembatasan Konsumsi Garam pada Lansia penderita Hipertensi di Desa Babakanjati Kecamatan Cigandamekar Tahun 2025

Dari hasil penelitian bahwa, didapatkan pengetahuan yang baik terdapat 12 orang dan kepatuhan pembatasan konsumsi garam yang baik didapatkan 6 orang dikarenakan mereka mempunyai pengetahuan yang sangat baik, responden yang terdapat kategori pengetahuan

cukup sebanyak 5 orang lalu 1 orang dalam kategori kurang pada kepatuhan pembatasan konsumsi garam dikarenakan responden sudah

mencapai usia tua dan kurangnya kesadaran akan pentingnya pola makan sehat.

Lalu dari hasil penelitian, didapatkan pengetahuan yang cukup terdapat 33 orang dan kepatuhan pembatasan konsumsi garam yang baik didapatkan 3 orang, dikarenakan responden tidak menyukai asin sejak kecil dan mempunyai hipertensi itu riwayat dari keluarga walaupun pengetahuan nya cukup selain itu responden selalu melihat resep masak yang sehat diinternet, lalu responden yang terdapat kategori cukup terdapat 28 orang karena sesuai dengan pengetahuan yang dia dapatkan, responden yang terdapat kategori kurang sebanyak 1 orang karena responden sudah sangat tua tidak mempunyai keluarga dan makan apa saja yang diberikan tetangganya.

Hasil penelitian, didapatkan pengetahuan yang kurang sebanyak 69 orang , dan kepatuhan pembatasan konsumsi garam yang cukup sebanyak 2 orang karena responden membiasakan diri untuk selalu mengurangi konsumsi garam karna mempunyai keinginan untuk sembuh dan kategori kurang sebanyak 67.

Penelitian ini sejalan dengan (Carles, Emi Yulita, 2023) dengan judul hubungan pengetahuan dan kepatuhan diet rendah garam terhadap hipertensi pada lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Rejosari Kota Pekanbaru dengan jumlah 84 responden menghasilkan *p-value* $0,004 < 0,005$ maka dapat disimpulkan bahwa ada Hubungan kepatuhan Diet rendah Garam Terhadap Hipertensi pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Rejosari Pekanbaru. Diharapkan lansia penderita hipertensi mengubah gaya hidup dengan cara meningkatkan pengetahuan.

Pengetahuan mengenai diet hipertensi berhubungan erat dengan pola

makan yang lebih sehat dan kemungkinan penurunan tekanan darah. Dengan kata lain, memberikan edukasi kepada penderita hipertensi tentang pola makan yang tepat dapat membantu mereka dalam mengontrol serta menjaga tekanan darah agar tetap stabil. Jika diterapkan secara konsisten, perilaku positif ini dapat mendorong perubahan gaya hidup yang lebih sehat, seperti membatasi asupan lemak, mengurangi konsumsi makanan asin, menghindari rokok dan alkohol, serta rutin berolahraga. Karena pengetahuan memiliki peran penting dalam pengelolaan tekanan darah tinggi, banyak penderita hipertensi yang masih kurang memahaminya, sehingga kontrol terhadap faktor perilaku menjadi terbatas. Oleh karena itu, meningkatkan kesadaran akan pentingnya pola makan sehat serta pencegahan hipertensi menjadi langkah krusial dalam membantu individu mengendalikan tekanan darah dan mencegah komplikasi yang lebih serius (Mariana et al., 2022).

Namun, kepatuhan terhadap diet dan pengelolaan hipertensi sangat berkaitan dengan tingkat pengetahuan seseorang, yang dipengaruhi oleh jenjang pendidikannya. Pengetahuan mencakup segala informasi yang dapat diingat dan disadari dalam setiap tindakan seseorang, termasuk dalam menjaga kesehatan.

Pendidikan menjadi salah satu faktor utama yang berperan dalam meningkatkan pemahaman mengenai pola hidup sehat serta upaya pencegahan berbagai penyakit. Selain itu, tingkat pendidikan juga memengaruhi kemampuan seseorang dalam menerapkan kebiasaan hidup

sehat. Semakin tinggi tingkat Pendidikan , semakin baik pemahaman seseorang tentang pentingnya menjaga kesehatan, seperti mengatur pola makan, rutin berolahraga, dan menghindari kebiasaan yang berisiko. Oleh karena itu, individu dengan pendidikan yang lebih tinggi cenderung lebih sadar akan pentingnya kepatuhan terhadap anjuran medis, sehingga mereka lebih mampu mencegah dan mengendalikan penyakit yang dapat memengaruhi kesehatannya. (Assyfa et al., 2024)

Dari pembahasan diatas dapat disimpulkan bahwa pengetahuan pada lansia dengan hipertensi sangat berpengaruh pada kesehatannya. Mempunyai pemahaman mengenai pola makan yang sesuai dapat membantu mereka dalam mengelola dan mempertahankan tekanan darah tetap stabil. Jika dilakukan secara konsisten akan semakin meningkatkan kepatuhan pembatasan konsumsi garam, pengetahuan yang kurang akan mengganggu lansia untuk menyelesaikan masalah dalam kesehatannya.

5.3 Keterbatasan penelitian

Dalam penelitian ini ditemukan beberapa keterbatasan dan kekurangan dalam penelitian, yaitu :

1. Peneliti memiliki kendala bahasa dalam komunikasi dengan responden, sehingga membutuhkan kader dan peneliti kesusahan
2. dalam mencari Alamat responden
3. Peneliti kekurangan tenaga saat membagikan kuesioner
4. Penelitian ini menggunakan rancangan penelitian cross sectional sehingga hanya dilakukan dalam satu waktu.

5. Dalam proses pengambilan data, informasi yang diberikan responden melalui kuesioner terkadang tidak menunjukkan pendapat responden sebenarnya, hal ini terjadi karena pemikiran dan pemahaman setiap responden berbeda, selain itu juga factor lain seperti factor kejujuran dalam pengisian pendapat responden dalam kuesionernya.