

## Hubungan Dukungan Keluarga Terhadap Motivasi Pelaksanaan Diet Rendah Garam Pada Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Sukamaju Kota Bandar Lampung

Suci Adelia Yusup<sup>1</sup> Tubagus Erwin<sup>2</sup> Herlina<sup>3</sup>

<sup>1-3</sup> Program Studi Keperawatan, Universitas Mitra Indonesia

### Abstract

*Hypertension is considered a serious disease because its effects may result in death due to kidney damage, heart disease and stroke. It is estimated that in 2025 there will be 1.5 billion people affected by hypertension and it is estimated that every year 9.4 million people die from hypertension and complications. This study aims to determine the relationship between family support and motivation to implement a low-salt diet in patients with hypertension in Sukamaju Public Health Center, Bandar Lampung Municipality.*

*This research is a quantitative cross-sectional design with a sample of 81 respondents using random sampling technique. The instrument used is a questionnaire by filling out the questions on family support and motivation to implement a low-salt diet. The analysis used in this research is Chi-Square.*

*As the results of the study from 52 respondents, 47 (90.4%) respondents have good motivation towards low salt diet, whereas 5 (9.6%) respondents lacked motivation on low salt diet. Meanwhile, from 29 respondents who received support from the family, 8 (27.6) respondents were well motivated to implement a low-salt diet but 21 (72.4%) respondents lacked motivation to implement low-salt diet with a p-value of 0.000. Family support is able to affect a person's behavior. The more positive the support, the more positive the behavior. The conclusion is that there is a significant relationship between family support and motivation to implement a low-salt diet in hypertension patients in the Sukamaju Public Health Center, Bandar Lampung City in 2021. Suggestions for families that family support is very important for people with hypertension because they can be motivated to implement low salt diet properly and must be supported with the participation of health workers to increase the patient's understanding about low salt diet*

**Keywords :** *Hypertension, Family Support, Motivation*

### Abstrak

Hipertensi tergolong penyakit serius karena dampaknya dapat mengakibatkan kematian akibat kerusakan ginjal, penyakit jantung, dan stroke. Diperkirakan pada tahun 2025 terdapat 1,5 miliar orang yang terkena hipertensi dan diperkirakan setiap tahunnya 9,4 juta orang meninggal akibat hipertensi dan komplikasinya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan dukungan keluarga dengan motivasi menerapkan diet rendah garam pada pasien hipertensi di Puskesmas Sukamaju Kota Bandar Lampung.

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain *cross-sectional* dengan sampel sebanyak 81 responden dengan menggunakan teknik random sampling. Instrumen yang digunakan berupa angket dengan mengisi pertanyaan mengenai dukungan keluarga dan motivasi menerapkan diet rendah garam. Analisis yang digunakan dalam penelitian ini adalah Chi-Square.

Hasil penelitian dari 52 responden, 47 (90,4%) responden mempunyai motivasi yang baik terhadap diet rendah garam, sedangkan 5 (9,6%) responden kurang mempunyai motivasi terhadap diet rendah garam. Sedangkan dari 29 responden yang mendapat dukungan dari keluarga, 8 (27,6) responden memiliki motivasi yang baik untuk menerapkan diet rendah garam namun 21 (72,4%) responden kurang memiliki motivasi untuk menerapkan diet rendah garam dengan p-value 0,000. Dukungan keluarga mampu mempengaruhi perilaku seseorang. Semakin positif dukungannya, semakin positif pula perilakunya. Kesimpulannya terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga dengan motivasi menerapkan diet rendah garam pada penderita hipertensi di Puskesmas Sukamaju Kota Bandar Lampung Tahun 2021.

Saran bagi keluarga bahwa dukungan keluarga sangat penting bagi penderita hipertensi. karena dapat termotivasi untuk menerapkan diet rendah garam dengan baik dan harus didukung dengan peran serta petugas kesehatan untuk meningkatkan pemahaman pasien tentang diet rendah garam.

**Kata Kunci : Hipertensi, Dukungan Keluarga, Motivasi**

### 1. PENDAHULUAN

Hipertensi adalah suatu keadaan kronis yang ditandai dengan meningkatnya tekanan darah pada dinding pembuluh darah arteri. Hipertensi juga dijuluki sebagai *silent killer* atau pembunuh diam-diam karena penyakit ini tidak memiliki gejala yang spesifik, dapat menyerang siapa saja, dan kapan saja, serta dapat menimbulkan penyakit degeneratif, hingga kematian (Y. N. I. Sari, 2017). Jumlah penyandang hipertensi terus meningkat setiap tahunnya, diperkirakan pada tahun 2025 akan ada 1,5 Miliar orang yang terkena hipertensi, dan diperkirakan setiap tahunnya 9,4 juta orang meninggal akibat hipertensi dan komplikasi (WHO, 2015). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan dukungan keluarga dengan motivasi pelaksanaan diet rendah garam pada penderita hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Sukamaju Kota Bandar Lampung tahun 2021. Hipertensi dapat dicegah dan diatasi dengan menjaga gaya hidup yang baik serta membatasi konsumsi garam, untuk penderita hipertensi penggunaan garam dapur tidak lebih dari 1 sendok teh dalam sehari. Faktor yang mempengaruhi kepatuhan pasien termasuk kepatuhan dalam melaksanakan program diet rendah garam yaitu salah satunya dukungan sosial keluarga Anggara (2012) dalam (Irawati, 2020). Penelitian yang dilakukan oleh (Irawati, 2020) yang berjudul hubungan dukungan keluarga terhadap kepatuhan diet rendah garam pada penderita hipertensi di Puskesmas Ulaweng terdapat hubungan antara dukungan keluarga terhadap diet rendah garam pada penderita hipertensi.

### 2. METODE PENELITIAN

Metode yang digunakan survei analitik dengan rancangan cross sectional. Populasi pada penelitian ini adalah penderita hipertensi sebanyak 102 orang dengan jumlah sampel 81 orang dengan menggunakan kuesioner dukungan keluarga dan motivasi pelaksanaan diet rendah garam. Penelitian ini dilaksanakan di Wilayah Kerja Puskesmas Sukamaju pada tanggal 2 juli sampai tanggal 10 juli 2021. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah teknik random sampling. Skala yang digunakan adalah ordinal yaitu ingin mengetahui tingkatan dari dukungan keluarga dengan motivasi pelaksanaan diet rendah garam. Variabel terikat dalam penelitian ini adalah motivasi pelaksanaan diet rendah garam dan variabel bebasnya yaitu dukungan keluarga dengan teknik analisis data uji Chi-Square.

### 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

**Tabel 1 Distribusi Frekuensi Dukungan Keluarga di Puskesmas Sukamaju Kota Bandar Lampung Tahun 2021**

Dukungan Keluarga	Frekuensi	Persentase
Mendukung	52	64.2
Kurang Mendukung	29	35.8
Total	81	100

Tabel di atas menunjukkan bahwa dari 81 responden, mayoritas dari mereka yaitu; 52 orang telah memiliki keluarga yang mendukung tentang pelaksanaan diet rendah garam atau sebanyak 64.2%. Sedangkan, 29 orang sisanya memiliki dukungan keluarga yang kurang mendukung tentang pelaksanaan diet rendah garam yaitu sebanyak 35.8%.

**Tabel 2 Distribusi Frekuensi Motivasi Pelaksanaan Diet Rendah Garam di Puskesmas Sukamaju Kota Bandar Lampung Tahun 2021**

Motivasi DRG	Frekuensi	Persentase
Baik	55	67.9
Kurang	26	32.1
Total	81	100

Tabel di atas menunjukkan bahwa dari 81 responden, mayoritas dari mereka yaitu; 55 orang telah memiliki motivasi pelaksanaan diet rendah garam yang baik yaitu 67.9% sedangkan, 26 orang sisanya memiliki motivasi pelaksanaan diet rendah garam yang kurang yaitu sebanyak 32.1%.

**Tabel 3 Hubungan Dukungan Keluarga dengan Motivasi Pelaksanaan Diet Rendah Garam di Puskesmas Sukamaju Kota Bandar Lampung Tahun 2021**

Dukungan Keluarga	Motivasi DRG				Total		P-Value	OR
	Baik		Kurang		N	%		
	N	%	N	%				
Mendukung	47	90,4	5	9,6	52	100,0	0,000	24,675
Kurang Mendukung	8	27,6	21	72,4	29	100,0		
Total	55	67,9	26	32,1	81	100,0		

Tabel diatas dapat diketahui dari 52 responden yang mendapatkan dukungan keluarga yang mendukung sebanyak 47 (90,4%) responden baik motivasi diet rendah garam dan sebanyak 5 (9,6%) responden kurang motivasi diet rendah garam. Dari 29 responden yang mendapatkan dukungan keluarga yang kurang mendukung sebanyak 8 (27,6) responden baik motivasi pelaksanaan diet rendah garam dan sebanyak 21 (72,4%) responden kurang motivasi pelaksanaan diet rendah garam.

Setelah dilakukan Uji *Chi-Square* didapatkan nilai *p-value* 0.000 < a (0,05) sehingga disimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga dengan motivasi pelaksanaan diet rendah garam.

### Dukungan Keluarga

Berdasarkan hasil penelitian diketahui sebagian besar responden penderita hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Sukamaju Tahun 2021 memperoleh dukungan keluarga yang mendukung (64,2%). Menurut Feuer Stein et al (1998) ada beberapa faktor yang mempengaruhi kepatuhan pasien termasuk kepatuhan dalam melaksanakan program diet yaitu salah satunya dukungan sosial

keluarga, dukungan keluarga merupakan salah satu faktor yang tidak dapat diabaikan begitu saja, karena dukungan keluarga merupakan salah satu dari faktor yang memiliki kontribusi yang cukup berarti dan sebagai faktor penguat yang mempengaruhi kepatuhan pasien (Irawati, 2020). Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Dewi Maghfiroh (2018) diperoleh data distribusi responden berdasarkan dukungan keluarga diketahui bahwa responden dengan dukungan keluarga yang baik (30%), dukungan keluarga sedang (26,7%), dan dukungan keluarga kurang (43,3%). Penelitian yang dilakukan oleh Irawati (2020) hubungan dukungan keluarga terdapat kepatuhan diet rendah garam pada penderita hipertensi di puskesmas ulaweng. Hasil penelitian diketahui dukungan keluarga pada responden terbanyak dalam kategori baik yaitu 15 responden (50%), kategori kurang sebanyak 4 responden (13,3%) dan terakhir dukungan keluarga cukup sebanyak 11 responden (36,7%).

### **Motivasi Pelaksanaan Diet Rendah Garam**

Berdasarkan hasil penelitian diketahui sebagian besar responden penderita hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Sukamaju Tahun 2021 memperoleh motivasi pelaksanaan diet rendah garam yang baik (67,9%). Persepsi tentang diet rendah garam serta motivasi yang diberikan dari keluarga dan orang terdekat dapat membantu pasien untuk patuh dalam menjalankan diet serta mengontrol tekanan darah (Kholisoh, 2018). Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Dadang Darmawan (2015) diperoleh data distribusi responden berdasarkan pre test motivasi tinggi (56,3%) dan motivasi rendah (43,8%) sedangkan berdasarkan post test motivasi tinggi (68,8%) dan motivasi rendah (31,3%). Penelitian yang dilakukan oleh Dewi Maghfiroh (2018) hubungan antara dukungan keluarga dengan diet rendah garam di posyandu lansia wilayah puskesmas wagir kabupaten malah diperoleh data distribusi responden berdasarkan motivasi yang baik (26,7%), dan motivasi yang kurang (73,3%).

#### **Hubungan Dukungan Keluarga dengan Motivasi Pelaksanaan Diet Rendah Garam**

Berdasarkan hasil penelitian p-value 0,000 yang berarti  $\alpha (0,05)$ , maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan dukungan keluarga dengan motivasi pelaksanaan diet rendah garam pada penderita hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Sukamaju Kota Bandar Lampung Tahun 2021 dengan nilai OR 24.675 berarti responden yang mendapatkan dukungan keluarga dengan mendukung memiliki peluang motivasi pelaksanaan diet rendah garam 24 kali lebih besar dibandingkan yang dukungan keluarga kurang mendukung. Sejalan dengan teori Purwanto (1996) yang mengungkapkan motivasi adalah pendorongan, maksudnya usaha yang disadari untuk mempengaruhi tingkah laku seseorang agar bergerak hatinya untuk bertindak melakukan sesuatu. Motivasi berarti setiap usaha yang disadari untuk mempengaruhi seseorang agar meningkatkan kemampuan secara maksimal untuk mencapai tujuan. Motivasi adalah serangkaian sikap dan nilai-nilai yang mempengaruhi individu untuk mencapai hal yang spesifik sesuai dengan tujuan individu (Lestari, 2018). Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Hera Hastuti & Intan Adi Tyastuti (2016) hasil penelitian diperoleh nilai korelasi (0,002) dengan taraf signifikan  $p < 0,05$ . Kesimpulan dukungan keluarga pasien hipertensi berhubungan dengan kepatuhan dalam menjalankan diet rendah garam pada pasien hipertensi di Kampung Mekar Sari Kabupaten Tangerang. Penelitian yang dilakukan oleh Novita Mansoben & Dirgantari Padamme (2020) hasil penelitian diperoleh nilai p value 0,001 dengan taraf signifikan  $p < 0,05$ . Kesimpulan bahwa ada hubungan dukungan keluarga tentang diet makanan rendah garam dengan kejadian hipertensi pada lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Remu Kota Sorong.

## **4. KESIMPULAN**

1. Berdasarkan dukungan keluarga menunjukkan bahwa hasil 52 orang telah memiliki dukungan keluarga yang mendukung tentang hipertensi atau sebanyak 64,2%, sedangkan 29 orang sisanya memiliki dukungan keluarga yang kurang mendukung yaitu sebanyak 35,8%.

Dukungan keluarga terdapat pernyataan memiliki nilai point rendah dan dapat disebabkan kurangnya dukungan dari keluarga seperti keluarga tidak memberikan pujian ketika penderita hipertensi menjalani diet rendah garam dan gaya hidup yang sehat secara teratur, keluarga tidak berusaha memenuhi kebutuhan makanan yang boleh dikonsumsi oleh penderita hipertensi, kurangnya dukungan keluarga dapat mempengaruhi penderita hipertensi terhadap motivasi pelaksanaan diet rendah garam dan semakin keluarga memberikan dukungan keluarga yang mendukung akan mendapatkan pengaruh baik pula dalam hal pola pikir maupun koping kepada penderita hipertensi yang dapat meningkatkan kondisi kesehatan yang diharapkan.

2. Berdasarkan motivasi pelaksanaan diet rendah garam menunjukkan bahwa hasil 55 orang telah memiliki motivasi pelaksanaan diet rendah garam yang baik tentang hipertensi atau sebanyak 67,9%, sedangkan 26 orang sisanya memiliki motivasi pelaksanaan diet rendah garam yang kurang yaitu sebanyak 32,1%. Motivasi pelaksanaan diet rendah garam terdapat pernyataan memiliki nilai point rendah dan dapat disebabkan kurangnya motivasi yang didapatkan terutama dari keluarga dan orang-orang terdekat yang tidak memberikan dukungan untuk pelaksanaan diet rendah garam, keluarga tidak berusaha memperhatikan makanan apa saja yang harus dikonsumsi dan tidak dikonsumsi khususnya pada penderita hipertensi seperti yang sudah dijelaskan, kurangnya dukungan dari keluarga dan orang-orang terdekat mengakibatkan seseorang malas dan tidak mematuhi pelaksanaan diet rendah garam dengan baik dan penderita hipertensi yang memiliki motivasi yang tinggi dari dalam dirinya sendiri dan dorongan dari luar atau dukungan keluarga dapat meningkatkan motivasi keinginan untuk melaksanakan diet rendah garam yang akan dijalani dengan baik.

3. Ada Hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga dengan motivasi pelaksanaan diet rendah garam pada penderita hipertensi di Puskesmas Sukamaju Kota Bandar Lampung Tahun 2021.

## **5. DAFTAR PUSTAKA**

- Andarmoyo, S. (2012). Keperawatan Keluarga. Graha Ilmu.
- Black, J. M., & Hawks, J. H. (2014). Keperawatan Medical Bedah Manajemen Klinis untuk hasil yang diharapkan. Elsevier.
- Darmawan, D., & Zulfa, S. (2015). Pengaruh Promosi Kesehatan Terhadap Motivasi Pasien Hipertensi Tentang Pelaksanaan Diet Hipertensi Di Poliklinik Penyakit Dalam RS. Rajawali Bandung. 18.
- Edi Junaedi, SP, M. S., Yulianti, I. S., & Si, Mira Gustia Rinata S. si., M. S. (2013). Hipertensi Kandas Berkat Herbal. FMedia.
- Haq, A. (n.d.). Motivasi Belajar Dalam Meraih Prestasi. Vicratina, 3, 22.
- Hastuti, H., & Tyastuti, I. A. (2016). Hubungan Dukungan Keluarga dengan Kepatuhan Diet Rendah Garam pada Pasien Hipertensi di Kampung Mekar Sari Kabupaten Tangerang. JKFT, 2, 8.
- Irawati. (2020). Hubungan Dukungan Keluarga Terhadap Kepatuhan Diet Rendah Garam pada Penderita Hipertensi di PS Ulaweng. Jurnal Ilmiah Kesehatan Diagnosis, 15, 5.
- Jain, dr. R. (2011). Pengobatan Alternatif untuk mengatasi tekanan darah. PT Gramedia Pustaka Utama.
- Kholisoh, S. (2018). Hubungan Persepsi Tentang Diet Rendah Garam dan Motivasi Kepatuhan Diet Dengan Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Riwayat Hipertensi Di Wilayah Puskesmas Kasihan II Bantul.
- Lestari, N. E. P. (2018). Pengaruh Motivasi Kompetensi, Kepemimpinan dan Lingkungan Kerja Terhadap Kinerja Karyawan Pada PT. Geotech Sistem Indoneis. Moneter, 5, 6.
- Lingga, L. (2012). Bebas Hipertensi Tanpa Obat. Agro Media Pustaka.

- Maghfiroh, D., Hallis, F., & W, R. C. A. (2018). Hubungan Antara Dukungan Keluarga dengan Diet Rendah Garam di Posyandu Lansia Wilayah Puskesmas Kabupateng Malang. *Nursing News*, 3, 8.
- Mansoben, N., & Padamme, D. (2020). Dukungan Keluarga Tentang Diit Makanan Rendah Garam dengan Kejadian Hipertensi pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Remu Kota Sorong. *Jurnal Insan Cendekia*, 7, 8.
- Muhamad Sadi Is, S.HI., M. . (2017). Etika Hukum Kesehatan. *K E N C A N A*.
- Nasichin, M. (2017). Pelaksanaan Persetujuan Tindakan Medis (Informed Consent) Antara Pihak Rumah Sakit Muhammadiyah Gresik Dengan Pasien Operasi Caesar Berdasarkan Pasal 45 Undang-Undang No 29 Tahun 2004 Tentang Praktik Kedokteran. *Pro Hukum*, VI, 7.
- Notoatmodjo, S. (2018). Metodologi Penelitian Kesehatan. *Rineka Cipta*.
- Prihartanta, W. (2015). Teori Teori Motivasi. *Adabiya*, 1, 11.
- Riyanto, A. (2018). Aplikasi Metodologi Penelitian Kesehatan. *Nuha Medika*.
- Rumhadi, T. (2017). Urgensi Motivasi dalam Proses Pembelajaran. *Jurnal Diklat Keagamaan*, 11, 9.
- Sangian, L. M. L., Wowiling, F., & Malara, R. (2017). Hubungan Dukungan Emosional Keluarga dengan Penerimaan Diri pada Lansia di Desa Watutumou III. *E-Jurnal Keperawatan (e-Kp)*, 5, 8.
- Sari, O. A., & Santy, W. H. (2017). Hubungan Dukungan Keluarga dengan Tingkat Kemandirian Personal Hygiene Anak Tunagrahita di SLB Tunas Mulya Kelurahan Sememi Kecamatan Benawo. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 10, 8.
- Sari, Y. N. I. (2017). Berdamai dengan Hipertensi. *Tim Bumi Medika*.
- Setiyaningsih, R., & Ningsih, S. (2019). Pengaruh Motivasi, Dukungan Keluarga dan Peran Kader Terhadap Perilaku Pengendalian Hipertensi. *Indonesian Journal On Medical Science*, 6, 6.
- Simanjuntak, M. (2016). Gambaran Pengetahuan Petugas Rekam Medis Tentang Sistem Informasi Pelayanan Rawat Jalan Di Rekam Medis Rumah Sakit Lanud Dr. Abdul Malik Medan Tahun 2016. *Ilmiah Perekam Dan Informasi Kesehatan Imelda*, 1, 7.
- Sujarweni, V. W. (2014). Metodologi Penelitian Keperawatan. *PENERBIT GAVA MEDIA*.
- Sulistyaningsih. (2011). Metodologi Penelitian Kebidanan Kuantitatif Kualitatif. *Graha Ilmu*.
- Suryani, P., Cahyono, Y., & Utami, B. D. (2020). PENGARUH MOTIVASI DAN GAYA KEPEMIMPINAN TERHADAP PRODUKTIVITAS KERJA PADA KARYAWAN BAGIA PRODUKSI DI PT TUNTEX GARMENT INDONESIA. *Jurnal of Industrial Engineering & Management Research (JIEMAR)*, 1, 13.
- Utami, R. S., & Raudatussalamah. (2016). Hubungan Dukungan Sosial Keluarga dengan Kepatuhan Berobat Penderita Hipertensi di Puskesmas Tualang. *Jurnal Psikologi*, 12, 8.