

Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Perilaku Lansia Dalam Pencegahan Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Pasar Ikan Kota Bengkulu Tahun 2025

Yosi Oktavia ¹⁾; Taufanie Rossita ²⁾; Hengki Tranado ³⁾

^{1,2,3)} Universitas Dehasen Bengkulu

Email: ¹⁾ yosi.oktaviaa15@gmail.com

ARTICLE HISTORY

Received [19 Juni 2026]

Revised [22 Juli 2026]

Accepted [27 Juli 2026]

KEYWORDS

Elderly, Family Support, Hypertension.

This is an open access article under the [CC-BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license



ABSTRAK

Survey Kesehatan Indonesia (SKI) Prevalensi hipertensi di Indonesia sebesar 29,2%, jumlah kasus hipertensi di Indonesia sebesar 598.983 orang. Pada lansia dengan kategori usia 55-64 tahun sebanyak 18,7%, usia 65-74 sebanyak 23,8%, usia ≥ 75 tahun sebanyak 26,1%. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan dukungan keluarga dengan perilaku lansia dalam pencegahan hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Pasar Ikan Kota Bengkulu Tahun 2025. Metode penelitian yang digunakan adalah penelitian *deskriptif* dengan pendekatan *cross sectional*. Teknik pengambilan sampel dengan menggunakan teknik *purposive sampling* dengan jumlah sampel dalam penelitian berjumlah 64 lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Pasar Ikan Kota Bengkulu Tahun 2025. Hasil analisis uji univariat sebagian besar dari responden (62,5%) dengan keluarga yang mendukung dan sebagian besar dari responden (67,2%) dengan perilaku lansia dalam pencegahan hipertensi yang baik. Hasil analisis bivariat uji chi-square didapatkan hasil hubungan dukungan keluarga dengan perilaku lansia dalam pencegahan hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Pasar Ikan Kota Bengkulu Tahun 2025 (p -value 0,000). Ada hubungan dukungan keluarga dengan perilaku lansia dalam pencegahan hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Pasar Ikan Kota Bengkulu Tahun 2025. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan referensi untuk menambah pengetahuan tentang hubungan dukungan keluarga dengan perilaku lansia dalam pencegahan hipertensi

ABSTRACT

The Indonesian Health Survey reported a 29.2% prevalence of hypertension in Indonesia, with 598,983 cases. Among the elderly aged 55-64, the prevalence was 18.7%, 23.8% for those aged 65-74, and 26.1% for those aged 75 and above. The purpose of this study was to determine the relationship between family support and elderly behaviors in preventing hypertension in the Working Area of Pasar Ikan Health Center in Bengkulu City in 2025. The research method used was descriptive research with a cross-sectional approach. The sampling technique used purposive sampling, with a sample size of 64 elderly individuals in the Working Area of Pasar Ikan Health Center in Bengkulu City in 2025. Univariate analysis results showed that the majority of respondents (62.5%) had supportive families and the majority (67.2%) had good behaviors in preventing hypertension. The results of the bivariate chi-square analysis showed a relationship between family support and the behavior of the elderly in preventing hypertension in the Working Area of Pasar Ikan Health Center in Bengkulu City in 2025 (p -value 0.000). There was a correlation between family support and the behavior of the elderly in preventing hypertension in the Working Area of Pasar Ikan Health Center in Bengkulu City in 2025. The results of this study are expected to serve as a reference for respondents to increase their knowledge about the correlation between family support and the behavior of the elderly in preventing hypertension.

PENDAHULUAN

Lansia merupakan fase dimana kemampuan jaringan tubuh untuk memperbaiki, mengganti diri, serta mempertahankan struktur dan fungsi normalnya menurun secara perlahan. Kondisi ini menyebabkan tubuh tidak mampu bertahan terhadap jejas, termasuk infeksi, serta kesulitan memperbaiki kerusakan yang dapat memicu timbulnya penyakit (Azizah, 2022).

Penyakit degeneratif merupakan penyakit kronis menahun yang berdampak pada penurunan produktivitas serta kualitas hidup seseorang. Risiko terjadinya penyakit degeneratif meningkat seiring dengan bertambahnya usia, sehingga kelompok lanjut usia (lansia) menjadi kelompok yang paling rentan. Penyakit degeneratif yang dapat dialami oleh lansia antara lain hipertensi, penyakit jantung koroner, kanker, diabetes melitus, katarak, asma, osteoporosis (Alfira, 2023).

Secara global, penyakit hipertensi menunjukkan tren peningkatan yang signifikan dalam beberapa dekade terakhir. Berdasarkan laporan *World Health Organization* (2023), diperkirakan terdapat sekitar 1,28 miliar orang dewasa berusia 30–79 tahun di seluruh dunia yang menderita hipertensi, dengan sebagian besar (sekitar dua pertiga) tinggal di negara berpenghasilan rendah dan menengah. Sekitar 46% orang dewasa dengan hipertensi tidak menyadari bahwa mereka mengidap kondisi tersebut, dan kurang dari setengahnya (42%) telah didiagnosis serta mendapatkan pengobatan. Selain itu, hanya 1 dari 5 orang dewasa (21%) yang memiliki tekanan darah terkontrol. Kondisi ini menunjukkan bahwa

tren global hipertensi masih tinggi dan menjadi penyebab utama kematian dini di seluruh dunia. Sebagai langkah penanggulangan, WHO menargetkan penurunan prevalensi hipertensi sebesar 33% antara tahun 2010 hingga 2030 (WHO, 2023).

Survey Kesehatan Indonesia (SKI) Prevalensi hipertensi di Indonesia sebesar 29,2%, jumlah kasus hipertensi di Indonesia sebesar 598.983 orang. Pada lansia dengan kategori usia 55-64 tahun sebanyak 18,7%, usia 65-74 sebanyak 23,8%, usia ≥ 75 tahun sebanyak 26,1% (SKI 2023). Proporsi tertinggi kasus hipertensi berada di Provinsi DKI Jakarta yaitu 12,6% kemudian proporsi terendah berada di Provinsi Papua Pegunungan yaitu sebanyak 2,2%, sedangkan Provinsi Bengkulu berada pada urutan ke-19 dengan kasus sebanyak 6,9% (SKI 2023).

Berdasarkan data Profil Dinas Kesehatan Provinsi Bengkulu, jumlah estimasi penderita hipertensi pada tahun 2021 mencapai 524.184 orang dengan 15 persen atau 79.484 orang di antaranya mendapatkan pelayanan kesehatan. Pada tahun 2022, estimasi kasus hipertensi tercatat sebanyak 261.621 orang dan 64 persen atau 168.519 orang telah memperoleh pelayanan kesehatan. Sementara itu, pada tahun 2023 jumlah estimasi penderita hipertensi meningkat menjadi 438.116 orang namun hanya 13 persen atau 57.202 orang yang mendapatkan pelayanan kesehatan. Secara wilayah, jumlah kasus hipertensi tertinggi terdapat di Kota Bengkulu yaitu sebanyak 73.639 orang, sedangkan jumlah kasus terendah berada di Kabupaten Bengkulu Tengah dengan 24.130 orang (Dinas Kesehatan Provinsi Bengkulu, 2023).

Hipertensi merupakan *silent killer* karena tidak memiliki tanda atau gejala sebelumnya, dan gejala muncul setelah penderita mengalami komplikasi pada organ-organ vital (Devitasari, 2024). Hipertensi merupakan penyakit degeneratif yang menjadi salah satu penyebab utama kematian prematur di dunia. Hipertensi didefinisikan sebagai suatu kondisi dimana terjadi kenaikan tekanan darah sistolik mencapai ≥ 140 mmHg dan diastolik ≥ 90 mmHg setelah pemeriksaan berulang. Hipertensi merupakan penyebab kematian kardiovaskular utama baik di Indonesia maupun di seluruh dunia (Surya, 2024).

Pengaturan terhadap peningkatan tekanan darah terjadi bergantung pada kondisi fisiologis tubuh terutama pengaturan aktivitas saraf autonom. Kemampuan untuk mengompensasi peningkatan tekanan darah dapat juga gagal dan menimbulkan kondisi dekompensasi dan terjadilah hipertensi (Kartikasari, 2022). Hipertensi merupakan suatu gangguan yang terjadi pada sistem peredaran darah dan cukup banyak mengganggu kesehatan masyarakat (Lenggogeni, 2021).

Hipertensi pada umumnya memiliki dampak yang dapat menyebabkan terjadinya kerusakan serius pada jantung. Tekanan yang berlebihan dapat mengeraskan arteri sehingga menurunkan aliran darah dan oksigen ke jantung. Peningkatan tekanan dan berkurangnya aliran darah ini dapat menyebabkan nyeri dada juga disebut angina, serangan jantung yang terjadi ketika suplai darah ke jantung terhambat dan sel-sel otot jantung mati karena kekurangan oksigen. Gagal jantung yang terjadi ketika jantung tidak dapat memompa cukup darah dan oksigen ke organ vital tubuh lainnya, dan detak jantung tidak teratur yang dapat menyebabkan kematian mendadak. Hipertensi juga dapat pecah atau menyumbat arteri yang memasok darah dan oksigen ke otak sehingga menyebabkan stroke. Selain itu, hipertensi dapat menyebabkan kerusakan ginjal hingga berujung pada gagal ginjal (Fikri, 2025).

Hipertensi dapat disebabkan oleh genetik, jenis kelamin, usia, etnik, obesitas, aktivitas fisik atau aktivitas, merokok, kopi, sensitivitas terhadap natrium, kadar kalium rendah, alkohol, stress, status pekerjaan, status pendidikan, dan gaya hidup atau pola makan (Mayang, 2024). Upaya pencegahan hipertensi yang dilakukan oleh pemerintah sebagai kewenangan dalam pengambilan kebijakan antara lain pemeriksaan kesehatan rutin dan penghapusan asap tembakau, selain itu lansia dapat melakukan aktivitas fisik yang hati-hati, gizi seimbang, istirahat yang cukup dan manajemen stres (Fadhilah, 2025).

Mengingat kompleksnya manajemen dalam pencegahan hipertensi, dukungan keluarga berperan penting dalam meningkatkan pengetahuan tentang hipertensi serta memberikan motivasi kepada lansia (Sembiring, 2025). Dukungan keluarga sangat diperlukan dalam mengontrol hipertensi, sehingga lansia dapat melakukan pencegahan dalam peningkatan tekanan darah (Khairunnikmah, 2025).

Rendahnya dukungan keluarga akan mempengaruhi perilaku lansia dalam pencegahan hipertensi dan akan berdampak pada penurunan kesehatan dan kualitas hidup lansia. Bila lansia mendapat dukungan yang cukup dari keluarga, maka lansia akan termotivasi untuk merubah perilaku untuk menjalani gaya hidup sehat secara optimal sehingga dapat meningkatkan status kesehatan dan kualitas hidupnya (Apriana, 2023).

Penelitian sebelumnya dilakukan oleh Apriana (2023) tentang “Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Pencegahan Hipertensi Pada Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Sukabumi”. Hasil uji statistik dengan chi-square nilai P value yang dihasilkan sebesar $0,000 < 0,05$, dimana dapat disimpulkan bahwa ada Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Pencegahan Hipertensi Pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Sukabumi.

Penelitian lainnya dilakukan oleh Salmid (2024) tentang “Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Perilaku Klien Dalam Pengendalian Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Gang Kelor Kota Bogor”.

Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan antara dukungan keluarga dengan perilaku klien dalam pengendalian hipertensi dengan nilai P value 0,002.

Berdasarkan data Profil Kesehatan Kota Bengkulu jumlah estimasi penderita hipertensi tahun 2022 sebanyak 36.404. Tahun 2023 sebanyak 50.898. Tahun 2024 sebanyak 9.515. Jumlah kasus hipertensi tertinggi Tahun 2024 di Kota Bengkulu pada lansia usia >59 tahun terdapat di puskesmas Pasar ikan sebanyak 612, diikuti Puskesmas Telaga Dewa sebanyak 348 kasus, sedangkan jumlah kasus hipertensi terendah terdapat di Puskesmas anggut sebanyak 4 kasus (Dinkes Kota Bengkulu 2024).

Pada tahun 2025, jumlah kasus hipertensi pada lansia di Puskesmas Pasar Ikan selama periode Januari hingga Agustus tercatat sebanyak 79 orang lansia dari total 255 orang lansia yang terdaftar. Hal ini menunjukkan bahwa sekitar 31% lansia di wilayah kerja Puskesmas Pasar Ikan mengalami hipertensi. Kondisi tersebut menggambarkan bahwa hipertensi masih menjadi salah satu masalah kesehatan yang perlu mendapat perhatian, terutama pada kelompok usia lanjut yang rentan terhadap berbagai komplikasi penyakit tidak menular.

LANDASAN TEORI

Konsep Perilaku Kesehatan

Perilaku kesehatan adalah suatu respons seseorang (organisme) terhadap stimulus atau obyektif yang berkaitan dengan sakit dan penyakit, sistem pelayanan kesehatan, makanan, dan minuman, serta lingkungan (Notoatmodjo dalam Irwan, 2017). Perilaku sehat adalah tindakan yang dilakukan individu untuk memelihara dan meningkatkan kesehatannya, termasuk pencegahan penyakit, perawatan kebersihan diri, penjagaan kebugaran melalui olah raga dan makanan bergizi. Perilaku sehat ini diperlihatkan oleh individu yang merasa dirinya sehat meskipun secara medis belum tentu mereka betul-betul sehat (Irwan, 2017).

Konsep Hipertensi

Hipertensi adalah suatu kondisi atau keadaan dimana seseorang mengalami kenaikan tekanan darah di atas batas normal yang akan menyebabkan kesakitan bahkan kematian. Seseorang akan dikatakan hipertensi apabila tekanan darahnya melebihi batas normal, yaitu lebih dari 140/90 mmHg. Tekanan darah naik apabila terjadinya peningkatan sistole, yang tingginya tergantung dari masing-masing individu yang terkena, dimana tekanan darah berfluktuasi dalam batas-batas tertentu, tergantung posisi tubuh, umur, dan tingkat stress yang dialami (Fitri Tambunan dkk, 2021).

Hipertensi adalah suatu keadaan dimana tekanan darah sistolik ≥ 140 mmHg dan atau tekanan darah diastolik ≥ 90 mmHg (Kemenkes RI, 2020). Hipertensi merupakan suatu keadaan dimana peningkatan darah sistolik berada di atas batas normal yaitu lebih dari 140 mmHg dan tekanan darah diastolik lebih dari 90 mmHg. Kondisi ini menyebabkan pembuluh darah terus meningkatkan tekanan (WHO, 2023).

Dukungan Keluarga

Keluarga merupakan dua orang atau lebih yang hidup bersama dengan ikatan dan kedekatan emosional baik yang tidak memiliki hubungan darah, perkawinan, atau adopsi dan tidak memiliki batas keanggotaan dalam keluarga (Salamung, 2021). Keluarga berasal dari kata Sansekerta yaitu kula dan warga yang kemudian digabungkan menjadi kulawarga yang berarti "anggota" "kelompok kerabat", Keluarga adalah lingkungan dimana beberapa orang yang masih memiliki hubungan darah. Di dalam KBBI disebutkan bahwa "keluarga" adalah ibu, bapak dengan anak-anaknya sebagai satuan kekerabatan yang sangat mendasar di masyarakat (Nuroniayah, 2023).

METODE PENELITIAN

Analisis Univariat

Analisis univariat merupakan analisa data yang dilakukan terhadap tiap variabel dari hasil penelitian. Pada umumnya dalam analisis ini hanya menghasilkan distribusi dan persentase dari tiap variabel.

Dilakukan untuk melihat distribusi frekuensi variabel independen (dukungan keluarga) dengan variabel dependen (perilaku pencegahan hipertensi) sehingga dapat diketahui variasi dari masing-masing variabel. Dengan rumus sebagai berikut :

$$P = \frac{F}{N} \times 100\%$$

Keterangan :

P = Proporsi

F = Frekuensi

N = Jumlah seluruh sampel

Dari rumus nilai diatas nilai proporsi yang didapat dalam bentuk presentase dapat di interpretasikan dengan menggunakan data:

0%	: Tidak satupun dari responden
1%-25%	: Sebagian kecil dari responden
26%-49%	: Hampir sebagian dari responden
50%	: Setengah dari responden
51%-75%	: Sebagian besar dari responden
76%-99%	: Hampir Seluruh responden
100%	: Seluruh responden

Analisis Bivariat

Analisa ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara variabel independen (dukungan keluarga) dengan variabel dependen (perilaku pencegahan hipertensi) yang menggunakan jenis data kategori sehingga uji analisis yang digunakan yaitu uji *chi-square*.

Untuk melihat perhitungan statistik digunakan batas kemaknaan atau nilai P dengan α (0,05), dengan ketentuan sebagai berikut :

1. Jika : $P \leq 0,05$, maka H_0 ditolak/terdapat hubungan dukungan keluarga dengan perilaku lansia dalam pencegahan hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Pasar Ikan Kota Bengkulu Tahun 2025.
2. Jika : $P > 0,05$, maka H_0 diterima/tidak terdapat hubungan dukungan keluarga dengan perilaku lansia dalam pencegahan hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Pasar Ikan Kota Bengkulu Tahun 2025.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Analisis Univariat

Analisis Univariat dilakukan untuk mendapatkan distribusi frekuensi dukungan keluarga dengan perilaku lansia dalam pencegahan hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Pasar Ikan Kota Bengkulu Tahun 2025.

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Dukungan Keluarga di Wilayah Kerja Puskesmas Pasar Ikan Kota Bengkulu Tahun 2025

Dukungan Keluarga	Frekuensi	Persentase (%)
Tidak Mendukung	24	37,5
Mendukung	40	62,5
Jumlah	64	100

Tabel 2 Distribusi Frekuensi perilaku lansia dalam pencegahan hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Pasar Ikan Kota Bengkulu Tahun 2025

Perilaku Pencegahan Hipertensi	Frekuensi	Persentase (%)
Kurang	21	32,8
Baik	43	67,2
Jumlah	64	100

Analisis Bivariat

Analisis ini dilakukan untuk mengetahui hubungan dukungan keluarga dengan perilaku lansia dalam pencegahan hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Pasar Ikan Kota Bengkulu Tahun 2025.

Tabel 3 Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Perilaku Lansia Dalam Pencegahan Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Pasar Ikan Kota Bengkulu Tahun 2025

Dukungan Keluarga	Perilaku Pencegahan Hipertensi				Total		P-Value
	Kurang		Baik				
	N	%	N	%	N	%	
Tidak Mendukung	19	79,2	5	20,8	24	100	0,000
Mendukung	2	5	38	95	40	100	
Total	21	32,8	43	67,2	64	100	

Tabel 3 menunjukkan dari 24 responden dengan keluarga yang tidak mendukung terdapat 19 responden dengan perilaku pencegahan hipertensi yang kurang dan 5 responden dengan perilaku pencegahan hipertensi yang baik. Dari 40 responden dengan keluarga yang mendukung terdapat 2 responden dengan perilaku pencegahan hipertensi yang kurang dan 38 responden dengan perilaku pencegahan hipertensi yang baik.

Untuk mengetahui hubungan dukungan keluarga dengan perilaku lansia dalam pencegahan hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Pasar Ikan Kota Bengkulu Tahun 2025 digunakan uji *Chi-Square*. Dengan nilai $(p)=0,000$. Karena nilai $p<0,05$ berarti ada hubungan yang signifikan, maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Artinya ada hubungan dukungan keluarga dengan perilaku lansia dalam pencegahan hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Pasar Ikan Kota Bengkulu Tahun 2025.

Pembahasan

Gambaran Dukungan Keluarga di Wilayah Kerja Puskesmas Pasar Ikan Kota Bengkulu Tahun 2025

Penelitian yang dilakukan di Wilayah Kerja Puskesmas Pasar Ikan Kota Bengkulu Tahun 2025 hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 64 responden terdapat sebagian besar dari responden (62,6%) dengan keluarga yang mendukung dan hampir sebagian responden (37,5%) dengan keluarga tidak mendukung.

Dalam penelitian ini terdapat 24 responden dengan keluarga tidak mendukung dapat dipengaruhi oleh rendahnya pengetahuan keluarga tentang peran dan kebutuhan lansia, keterbatasan waktu akibat kesibukan anggota keluarga, serta kurangnya komunikasi dan kedekatan emosional dalam keluarga. Selain itu, faktor sosial ekonomi, beban tanggung jawab keluarga, dan anggapan bahwa lansia mampu mengurus diri sendiri juga dapat menyebabkan keluarga kurang terlibat dalam mendampingi dan mengarahkan perilaku lansia dalam kehidupan sehari-hari. Jika dilihat dari kuesioner responden merasa bahwa keluarga jarang mendengarkan setiap kali mengeluh tentang kondisi kesehatannya, tidak menyediakan transportasi dan tidak memberikan informasi untuk mengikuti kegiatan pencegahan hipertensi lansia di Puskesmas.

Terdapat 40 responden dengan keluarga mendukung dipengaruhi oleh pengetahuan keluarga yang baik, sikap positif terhadap kesehatan lansia, serta hubungan emosional yang harmonis antara lansia dan anggota keluarga. Ketersediaan waktu, kepedulian, serta kesadaran keluarga akan pentingnya peran mereka dalam mendampingi lansia turut mendorong pemberian dukungan secara optimal. Selain itu, lingkungan keluarga yang terbuka terhadap informasi kesehatan dan kebiasaan hidup sehat juga berperan dalam membentuk perilaku lansia yang lebih baik. Jika dilihat dari kuesioner responden merasa bahwa keluarga selalu berupaya memperlihatkan kepedulian terhadap pola makanan yang dikonsumsi, keluarga selalu memperhatikan gaya hidup responden dalam mencegah penyakit hipertensi dan keluarga selalu menanyakan kesehatan responden setelah memerikasakan diri untuk pencegahan hipertensi di Puskesmas. Rendahnya dukungan keluarga akan mempengaruhi perilaku lansia dalam pencegahan hipertensi dan akan berdampak pada penurunan kesehatan dan kualitas hidup lansia. Bila lansia mendapat dukungan yang cukup dari keluarga, maka lansia akan termotivasi untuk merubah perilaku untuk menjalani gaya hidup sehat secara optimal sehingga dapat meningkatkan status kesehatan dan kualitas hidupnya (Apriana, 2023).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Widayanti (2024) tentang "Gambaran Dukungan Keluarga Pada Lansia Hipertensi Di Padukuhan Plurugan Kasihan II Bantul Yogyakarta". Hasil penelitian menunjukkan dukungan keluarga dalam kategori baik yaitu sebanyak 29 responden dengan presentase (72,5 %) sedangkan sebagian kecil responden memiliki dukungan keluarga dengan kategori cukup yaitu sebanyak 11 responden dengan presentase (27,5%).

Peneliti berasumsi bahwa dukungan keluarga terhadap lansia dipengaruhi oleh berbagai faktor seperti pengetahuan, sikap, hubungan emosional, kondisi sosial ekonomi, serta ketersediaan waktu anggota keluarga. Keluarga yang memiliki pemahaman dan kepedulian yang baik cenderung memberikan perhatian, pendampingan, dan bantuan yang lebih optimal kepada lansia, sedangkan keterbatasan sumber daya dan kurangnya kesadaran dapat menyebabkan dukungan keluarga menjadi rendah. Dukungan keluarga dipandang sebagai bentuk peran penting keluarga dalam kehidupan lansia sehari-hari.

Gambaran Perilaku Lansia dalam Pencegahan Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Pasar Ikan Kota Bengkulu Tahun 2025

Penelitian yang dilakukan di Wilayah Kerja Puskesmas Pasar Ikan Kota Bengkulu Tahun 2025 hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 64 responden terdapat sebagian besar dari responden (67,2%) dengan perilaku pencegahan hipertensi yang baik dan hampir sebagian responden (32,8%) dengan perilaku pencegahan hipertensi yang kurang.

Dalam penelitian ini terdapat 21 responden dengan perilaku pencegahan hipertensi yang kurang dipengaruhi oleh kurangnya pengetahuan dan persepsi yang masih rendah, tingkat pendidikan yang terbatas, serta keyakinan yang belum mendukung perubahan kebiasaan. Keterbatasan akses dan ketersediaan pelayanan kesehatan juga menghambat responden dalam memperoleh informasi dan layanan secara optimal. Selain itu, kurangnya peran petugas kesehatan dan dukungan keluarga menyebabkan responden tidak mendapatkan dorongan, motivasi, serta pengawasan yang berkelanjutan. Jika dilihat dari kuesioner responden masih minum minuman yang mengandung kafein seperti kopi, jarang melakukan pemeriksaan tekanan darah dengan rutin dan jarang berolahraga.

Terdapat 43 responden dengan perilaku pencegahan hipertensi yang baik dipengaruhi oleh faktor seperti pengetahuan yang baik, persepsi positif, serta keyakinan yang kuat terhadap pentingnya pencegahan. Akses dan ketersediaan pelayanan kesehatan yang mudah dimanfaatkan membantu responden memperoleh informasi dan layanan secara rutin. Peran aktif petugas kesehatan dan dukungan keluarga yang baik semakin memperkuat motivasi responden untuk menerapkan perilaku pencegahan secara konsisten. Jika dilihat dari kuesioner responden mengkonsumsi buah dan sayur-sayuran setiap hari, tidak minum alkohol dan mengurangi kebiasaan mengkonsumsi makanan yang mengandung garam yang tinggi.

Hipertensi dapat disebabkan oleh genetik, jenis kelamin, usia, etnik, obesitas, aktivitas fisik atau aktivitas, merokok, kopi, sensitivitas terhadap natrium, kadar kalium rendah, alkohol, stress, status pekerjaan, status pendidikan, dan gaya hidup atau pola makan (Mayang, 2024). Upaya pencegahan hipertensi yang dilakukan oleh pemerintah sebagai kewenangan dalam pengambilan kebijakan antara lain pemeriksaan kesehatan rutin dan penghapusan asap tembakau, selain itu lansia dapat melakukan aktivitas fisik yang hati-hati, gizi seimbang, istirahat yang cukup dan manajemen stres (Fadhilah, 2025).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Hunowu (2022) tentang “Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Pencegahan Hipertensi Pada Lansia di Lks.Lu Beringin Kelurahan Hutuo Kecamatan Limboto Kabupaten Gorontalo”. Dari hasil penelitian dapat diketahui pencegahan hipertensi baik yaitu 20 responden (57,1%), dibandingkan dengan jumlah pencegahan hipertensi kurang, yaitu 15 responden (42,9%).

Asumsi peneliti dalam penelitian ini adalah perilaku pencegahan hipertensi pada lansia terbentuk melalui proses yang dipengaruhi oleh kondisi individu dan lingkungan sekitarnya. Lansia yang memiliki pengetahuan dan persepsi yang baik, didukung oleh tingkat pendidikan dan keyakinan yang positif, akan lebih siap dalam menerima informasi kesehatan dan memahami pentingnya upaya pencegahan. Ketersediaan serta kemudahan akses terhadap pelayanan kesehatan memberikan kesempatan bagi lansia untuk memperoleh informasi, pemeriksaan, dan bimbingan secara berkelanjutan. Selain itu, peran petugas kesehatan dan dukungan keluarga berfungsi sebagai penguat yang memberikan dorongan, motivasi, serta pengawasan, sehingga perilaku pencegahan dapat dilakukan secara lebih optimal.

Hubungan Dukungan Keluarga dengan Perilaku Lansia dalam Pencegahan Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Pasar Ikan Kota Bengkulu Tahun 2025

Penelitian yang dilakukan di Wilayah Kerja Puskesmas Pasar Ikan Kota Bengkulu Tahun 2026 hasil penelitian menunjukkan dari 24 responden dengan keluarga yang tidak mendukung terdapat 19 responden dengan perilaku pencegahan hipertensi yang kurang dan 5 responden dengan perilaku pencegahan hipertensi yang baik. Dari 40 responden dengan keluarga yang mendukung terdapat 2 responden dengan perilaku pencegahan hipertensi yang kurang dan 38 responden dengan perilaku pencegahan hipertensi yang baik.

Dalam penelitian ini terdapat 5 responden yang tidak mendapat dukungan keluarga tetapi perilaku pencegahan hipertensi baik kondisi ini menunjukkan bahwa meskipun dukungan keluarga tidak terpenuhi, faktor lain masih berperan kuat. Seperti pengetahuan yang baik, persepsi positif, keyakinan yang kuat, serta pengalaman sebelumnya dapat menjadi dasar terbentuknya perilaku pencegahan. Selain itu, kemudahan akses dan ketersediaan pelayanan kesehatan, serta peran petugas kesehatan dan kader, dapat menggantikan peran dukungan keluarga dalam mendorong lansia melakukan perilaku pencegahan secara mandiri.

Terdapat 2 responden yang mendapat dukungan keluarga tetapi perilaku pencegahan hipertensi kurang. Adanya dukungan keluarga belum tentu menghasilkan perilaku pencegahan yang baik apabila rendahnya pengetahuan, persepsi yang kurang tepat, serta keyakinan yang belum mendukung dapat menyebabkan lansia tidak siap menerapkan upaya pencegahan. Selain itu, kurangnya pemanfaatan pelayanan kesehatan atau hambatan fisik pada lansia dapat menghambat terbentuknya perilaku, meskipun dukungan keluarga telah tersedia.

Untuk mengetahui hubungan dukungan keluarga dengan perilaku lansia dalam pencegahan hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Pasar Ikan Kota Bengkulu Tahun 2026 digunakan uji Chi-Square. Dengan nilai $(p)=0,000$. Karena nilai $p<0,05$ berarti ada hubungan yang signifikan, maka H_0 ditolak dan

Ha diterima. Artinya ada hubungan dukungan keluarga dengan perilaku lansia dalam pencegahan hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Pasar Ikan Kota Bengkulu Tahun 2026.

Pengendalian hipertensi membutuhkan dukungan dari keluarga. Dukungan keluarga merupakan suatu cara untuk memberikan bantuan kepada anggota keluarga lainnya, baik moril maupun materil. Bantuan tersebut dapat berupa nasehat, motivasi dan informasi serta dapat berupa bantuan nyata. Keluarga memiliki peran penting dalam proses pemantauan, pemeliharaan, dan pencegahan terjadinya komplikasi hipertensi di rumah. Selain itu, keluarga dapat memberikan dukungan dan mengambil keputusan mengenai perawatan yang diberikan oleh penderita hipertensi. Terdapat hubungan yang kuat antara kesehatan keluarga dengan status kesehatan anggotanya (Ayaturahmi, 2022).

Penelitian sebelumnya dilakukan oleh Apriana (2023) tentang "Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Pencegahan Hipertensi Pada Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Sukabumi". Hasil uji statistik dengan chi-square nilai P value yang dihasilkan sebesar $0,000 < 0,05$, dimana dapat disimpulkan bahwa ada Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Pencegahan Hipertensi Pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Sukabumi.

Penelitian lainnya dilakukan oleh Salmid (2024) tentang "Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Perilaku Klien Dalam Pengendalian Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Gang Kelor Kota Bogor". Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan antara dukungan keluarga dengan perilaku klien dalam pengendalian hipertensi dengan nilai P value 0,002.

Penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Nirmalasari (2025) tentang "Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Perilaku Lansia Dalam Pengendalian Hipertensi Di Puskesmas Ampana Timur". berdasarkan hasil uji chi-square diperoleh nilai $p = 0,191 (>0,05)$ yang menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan antara dukungan keluarga dengan perilaku lansia dalam pengendalian hipertensi.

Perbedaan hasil ini kemungkinan disebabkan oleh perbedaan karakteristik responden, jumlah sampel, tingkat pendidikan lansia, maupun metode pengukuran dukungan keluarga yang digunakan dalam penelitian tersebut. Selain itu, faktor lain seperti motivasi intrinsik, akses pelayanan kesehatan, dan kondisi sosial ekonomi juga dapat memengaruhi perilaku pencegahan hipertensi.

Secara teori, hasil penelitian ini didukung oleh konsep dukungan sosial yang menyatakan bahwa dukungan keluarga merupakan faktor penguat (reinforcing factor) dalam pembentukan perilaku kesehatan. Dukungan tersebut dapat berupa dukungan emosional, informasional, instrumental, dan penghargaan yang mampu meningkatkan motivasi individu untuk mempertahankan perilaku sehat (Pakpahan, 2021).

Menurut asumsi peneliti, dukungan keluarga memengaruhi perilaku pencegahan hipertensi karena keluarga merupakan lingkungan terdekat yang berperan langsung dalam kehidupan sehari-hari lansia. Dukungan keluarga memberikan dorongan emosional, perhatian, dan rasa aman yang dapat meningkatkan motivasi lansia untuk menjaga kesehatannya. Selain itu, keluarga berperan sebagai pengingat, pendamping, dan sumber informasi yang membantu lansia memahami serta menerapkan upaya pencegahan secara konsisten. Dalam kerangka teori, dukungan keluarga berfungsi sebagai faktor penguat yang memperkuat kesiapan individu dan memudahkan penerapan perilaku pencegahan, sehingga lansia yang memperoleh dukungan keluarga yang baik cenderung lebih mampu mempertahankan perilaku pencegahan hipertensi.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

1. Sebagian besar dari responden (62,5%) dengan keluarga yang mendukung di Wilayah Kerja Puskesmas Pasar Ikan Kota Bengkulu Tahun 2025.
2. Sebagian besar dari responden (67,2%) dengan perilaku lansia dalam pencegahan hipertensi yang baik di Wilayah Kerja Puskesmas Pasar Ikan Kota Bengkulu Tahun 2025.
3. Ada hubungan dukungan keluarga dengan perilaku lansia dalam pencegahan hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Pasar Ikan Kota Bengkulu Tahun 2025 ($p\text{-value}$ 0,000).

Saran

1. Teoritis
Hasil penelitian ini secara teoritis memberikan kontribusi bagi pengembangan ilmu pengetahuan di bidang pendidikan dan kesehatan, khususnya terkait hubungan dukungan keluarga dengan perilaku lansia dalam pencegahan hipertensi.

2. Praktis

a. Bagi Institusi Pendidikan

Diharapkan hasil penelitian ini dapat digunakan untuk menambah referensi kepustakaan untuk pengembangan penelitian mengenai penyakit hipertensi.

b. Bagi Peneliti

Diharapkan hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai pembelajaran bagi peneliti untuk menambah wawasan dalam berfikir ilmiah, memperoleh informasi dan pengetahuan tentang hubungan dukungan keluarga dengan perilaku lansia dalam pencegahan hipertensi.

c. Bagi Responden

Diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi bahan referensi tentang hubungan dukungan keluarga dengan perilaku lansia dalam pencegahan hipertensi..

DAFTAR PUSTAKA

- Agustin. (2022). *Faktor yang Mempengaruhi Perilaku Pencegahan Hipertensi pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Darussalam Medan*. Institut Kesehatan Helvetia Medan
- Alfira. (2023). *Penyuluhan Penyakit Degeneratif Pada Lansia Dan Cara Pencegahannya Di Desa Dampang*. Jurnal Abdimas Panrita Vol 5 No 1
- Annisa. (2020). *Jamu Hipertensi*. ISBN: 978-623-6528-25-9 Ebook: Fakultas Kedokteran Diponegori
- Apriana. (2023). *Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Pencegahan Hipertensi Pada Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Sukabumi*. Jurnal Kesehatan Tambusai Volume 4, Nomor 4
- Ayutarahmi. (2022). *Hubungan Dukungan Keluarga dan Peran Perawat Terhadap Motivasi Pengendalian Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi*. SEHATRAKYAT (Jurnal Kesehatan Masyarakat) <https://journal.yp3a.org/index.php/sehatrakyat> DOI: 10.54259/sehatrakyat.v1i4.1102 e-ISSN 0852-1239| p-ISSN 2829-9299 Vol. 1 No. 4
- Azizah, A. N. (2022). *Studi Kasus Asuhan Keperawatan Lansia Dengan Hipertensi Di Ppslu Dewanata Cilacap*. 3(4), 5709–5712.
- BKKBN. (2017). *Penanaman Dan Penerapan Nilai Karakter Melalui 8 Fungsi Keluarga*. BKKBN
- Dafriani. (2019). *Pendekatan Herbal Dalam Mengatasi Hipertensi*. Padang: CV Berkah Prima
- Damanik. (2019). *Keperawatan Gerontik*. Jakarta: Universitas Kristen
- Devitasari. (2024). *Hubungan Tingkat Kepatuhan Terhadap Outcometerapi Pada Pasien Hipertensi Di Rsud Dr. Moewardikota Surakarta*. PREPOTIF : Jurnal Kesehatan Masyarakat Volume 8 Nomor 2
- Dinas Kesehatan Provinsi Bengkulu. (2021). *Profil Kesehatan Provinsi Bengkulu Tahun 2021*. Dinas Kesehatan Provinsi Bengkulu
- _____. (2022). *Profil Kesehatan Provinsi Bengkulu Tahun 2022*. Dinas Kesehatan Provinsi Bengkulu
- _____. (2023). *Profil Kesehatan Provinsi Bengkulu Tahun 2023*. Dinas Kesehatan Provinsi Bengkulu
- Dinas Kesehatan Kota Bengkulu. (2022). *Profil Kesehatan Kota Bengkulu Tahun 2022*. Dinas Kesehatan Kota Bengkulu
- _____. (2023). *Profil Kesehatan Kota Bengkulu Tahun 2023*. Dinas Kesehatan Kota Bengkulu
- _____. (2024). *Profil Kesehatan Kota Bengkulu Tahun 2024*. Dinas Kesehatan Kota Bengkulu
- Ernawati. (2020). *Kepatuhan Konsumsi Obat Pasien Hipertensi*. Graniti.
- Fadhila. (2024). *Keperawatan Gerontik*. PT Nuansa Fajar Cemerlang Jakarta

- Fadhila. (2025). *Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Dengan Perilaku Pencegahan Hipertensi Pada Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Wangi-Wangi Selatan Sulawesi Tenggara*. PREPOTIF : Jurnal Kesehatan Masyarakat Volume 9 Nomor 1
- Fikri. (2025). *Hubungan Kepatuhan Minum Obat Hipertensi Dengan Komplikasi Hipertensi Pada Pasien Hipertensi Di Puskesmas Pronojiwo Kabupaten Lumajang*. Jurnal Ilmu Kesehatan Mandira Cendikia Vol.4 No. 4
- Gemini. (2021) *Keperawatan Gerontik*. Yayasan Penerbit Muhammad Zaini
- Heryana. (2020). *Hipotesis Penelitian*. Universitas Esa Unggul
- Irwan. (2017). *Etika dan Perilaku Kesehatan*. Yogyakarta: CV Absolute Media
- Kartikasari. (2022). *Literature Review : Faktor- Faktor yang Mempengaruhi Tingkat Kepatuhan Pengobatan pada Pasien Hipertensi di Berbagai Wilayah Indonesia*. Volume 6 Nomor 2
- Kemenkes RI. (2020). *Klasifikasi Hipertensi*. [Klasifikasi Hipertensi - Penyakit Tidak Menular Indonesia \(kemkes.go.id\)](https://kemkes.go.id)
- Kemenkes RI. (2020). *Apa itu Hipertensi (Tekanan Darah Tinggi) ?*. <https://p2ptm.kemkes.go.id/infographic-p2ptm/hipertensi-penyakit-jantung-dan-pembuluh-darah/apa-itu-hipertensi-tekanan-darah-tinggi>.
- Khairunnikmah. (2025). *Hubungan Pengetahuan Dan Dukungan Keluarga Terhadap Keberhasilan Pencegahan Komplikasi Hipertensi Pada Lansia*. Jurnal Keperawatan Jiwa (JKJ): Persatuan Perawat Nasional Indonesia Volume 13 No 2
- Lenggogeni. (2023). *Literasi Kesehatan dan Kepatuhan Pengobatan Pasien Hipertensi*. Jawa Tengah: Eureka Media Aksara.
- Lin, K. (2022). AAFP Publishes Practice Guideline With Blood Pressure Targets for Adults With Hypertension. <https://www.aafp.org/pubs/afp/afp-community-blog/entry/aafp-publishes-practice-guideline-with-blood-pressure-targets-for-adults-with-hypertension.html>.
- Lubis, E. (2023). *Peningkatan Kualitas Hidup Lansia Melalui Edukasi Kesehatan Dan Pemeriksaan Kesehatan Dalam Pengendalian Hipertensi Pada Lansia* (Vol. 2, Issue 1). <https://ejournal.stikesdarmaispadangsidimpunan.ac.id/index.php/jpmd>
- Lukitaningtyas. (2023). *Hipertensi; Artikel Review*. Jurnal Pengembangan Ilmu Dan Praktik Kesehatan Volume 2, Nomor 2
- Mareta. (2023). *Keperawatan Keluarga*. Penerbit : GET PRESS INDONESIA
- Masturoh. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Mayang. (2024). *Hubungan antara Kepatuhan Minum Obat dengan Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi di Fasilitas Kesehatan Tingkat Pertama*. Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia (The Indonesian Journal Of Public Health) Volume 19, Nomor 2.
- Mendrofa. (2021). *Buku Ajar Keperawatan Keluarga*. CV. Catur Karya Mandiri
- Muhasidah. (2025). *Keperawatan Keluarga*. PT Media Pustaka Indo
- Mujiadi (2022). *Buku Ajar Keperawatan Gerontik*, Stikes Majapahit Mojokerto
- Noorhidayah. (2025). *Hubungan Pola Makan Dan Peran Petugas Kesehatan Dengan Kejadian Penyakit Hipertensi*. Jurnal Ilmu Kesehatan Insan Sehat Vol . 13 Nomor. 1
- Nuronyah. (2023). *Psikologi Keluarga*. CV. Zenius Publisher
- Pakpahan. (2021). *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Yayasan Kita Menulis.
- Salamung. (2021). *Keperawatan Keluarga*. Duta Media Publishing

- Salmid. (2024). *Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Perilaku Klien Dalam Pengendalian Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Gang Kelor Kota Bogor*. Jurnal Keperawatan Jiwa (JKJ): Persatuan Perawat Nasional Indonesia Volume 12 No 3
- Saputra. (2023). *Diagnosis dan Terapi Non-farmakologis Hipertensi*. Continuing Medical Education CDK-317/ vol. 50 no. 6
- Sembiring. (2025). *Penerapan Swedish Massage Pada Lansia Penderita Hipertensi di Graha Residen Senior Karya Kasih Medan*. Jurnal Peduli Masyarakat Volume 7 Nomor 2
- Survey Kesehatan Indonesia. (2023). Kemenkes BKKP.
- Surya. (2024). *Hubungan Efikasi Diri dan Motivasi Dengan Kepatuhan Minum Obat Pasien Hipertensi di UPT Puskesmas Randuagung Kabupaten Lumajang*. Jurnal Ilmu Kesehatan Mandira Cendikia Vol.3 No. 11
- Syapitri. (2021). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Ahlimedia Press
- Tambunan, F., Nurmayni, Rapiq Rahayu, P., Sari, P., & Indah Sari, S. (2021). *Buku Saku Hipertensi*. Medan: CV Pusdikra Mira Jaya
- Umeda. (2020). *Hipertensi*. Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Jakarta.
- World Health Organization. (2023). *Hypertension*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/hypertension>
- Wulandari, P., & Winarsih, W. (2023). PENGABDIAN MASYARAKAT CENDEKIA VOLUME 02 NOMOR 02 (2023) 58-61. <https://doi.org/xx.xxxxx/xxxxx>