

## HUBUNGAN DUKUNGAN KELUARGA DAN TENAGA KESEHATAN DENGAN KEPATUHAN DIET RENDAH GARAM PADA LANSIA DENGAN HIPERTENSI DI RS SINAR KASIH TORAJA TAHUN 2026

Muhammad Djohan

Akademi Kesehatan Sinar Kasih Toraja

[muhammaddjohan37@gmail.com](mailto:muhammaddjohan37@gmail.com)

---

### Abstrak (Indonesia)

**Latar Belakang:** Hipertensi merupakan penyakit yang sering dialami oleh lanjut usia (lansia) akibat penurunan daya tahan tubuh yang dapat berakhir dengan kematian. Salah satu cara untuk menjaga kestabilan tekanan darah adalah dengan menjalankan diet rendah garam.

**Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk apakah ada hubungan antara dukungan keluarga dan dukungan tenaga kesehatan dengan kepatuhan diet rendah garam pada lansia dengan hipertensi di RS Sinar Kasih Toraja Tahun 2026.

**Metode:** Penelitian ini menggunakan desain deskriptif analitik dengan pendekatan *cross sectional study*. Jumlah responden sebanyak 51 orang dengan menggunakan rumus slovin. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner dan wawancara yang mencakup variabel dukungan keluarga, dukungan tenaga kesehatan dan kepatuhan diet rendah garam.

**Hasil:** Analisis *univariat* menunjukkan bahwa mayoritas responden patuh menjalankan diet rendah garam sebanyak 31 orang (60,8%) dan sebanyak 20 orang (39,2%) kurang patuh. Mayoritas responden mendapat dukungan baik dari keluarga sebanyak 34 orang (66,7%) dan sebanyak 17 orang (33,3%) kurang mendapat dukungan dari keluarga. Sebanyak 45 orang (88,2%) mendapat dukungan baik dari tenaga kesehatan dan sebanyak 6 orang (11,8%) kurang mendapat dukungan dari tenaga kesehatan. Hasil analisis *bivariat* ( $p=0,000$ ) menunjukkan ada hubungan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet rendah garam dan ( $p=0,668$ ) menunjukkan bahwa tidak ada hubungan dukungan tenaga kesehatan dengan kepatuhan diet rendah garam pada lansia di RS Sinar Kasih Toraja.

**Kesimpulan:** Ada hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga dengan kepatuhan diet rendah garam dan tidak ada hubungan yang signifikan dukungan tenaga kesehatan dengan kepatuhan diet rendah garam pada lansia di RS Sinar Kasih Toraja tahun 2026. Diharapkan para keluarga lansia untuk selalu memberikan dukungan kepada lansia terutama dalam menjalankan pengobatan atau diet yang sedang mereka jalankan sesuai dengan instruksi yang diberikan oleh para tenaga kesehatan.

Kata kunci: Dukungan keluarga, dukungan tenaga kesehatan, kepatuhan diet rendah garam

---

---

**Abstract (English)**

**Background:** Hypertension is a condition frequently experienced by the elderly due to a decline in the body's immune system, and it can lead to death. One way to maintain stable blood pressure is by following a low-salt diet.

**Objective:** This study aims to determine whether there is a relationship between family support and healthcare provider support and adherence to a low-salt diet among elderly patients with hypertension at Sinar Kasih Toraja Hospital in 2026.

**Method:** This study employed a descriptive-analytic design with a cross-sectional approach. A total of 51 respondents participated, selected using a total sampling technique. Data were collected through questionnaires and interviews covering the variables of family support, healthcare provider support, and adherence to a low-salt diet.

**Results:** Univariate analysis showed that the majority of respondents (31 individuals or 60.8%) adhered to the low-salt diet, while 20 individuals (39.2%) did not. Most respondents (34 individuals or 66.7%) received good family support, whereas 17 individuals (33.3%) received inadequate family support. Regarding support from healthcare professionals, 45 individuals (88.2%) received good support, while 6 individuals (11.8%) received inadequate support. Bivariate analysis results indicated a significant association between family support and low-salt diet adherence ( $p=0.000$ ), but showed no association between healthcare professional support and low-salt diet adherence ( $p=0.668$ ) among the elderly at Sinar Kasih Toraja Hospital.

**Conclusion:** There is a significant relationship between family support and adherence to a low-salt diet among the elderly, whereas there is no significant relationship between support from healthcare professionals and such adherence at Sinar Kasih Toraja Hospital in 2026. Families of the elderly are encouraged to consistently provide support, particularly regarding the medical treatments or dietary regimens prescribed by healthcare professionals.

**Keywords:** Family support, healthcare provider support, low-salt diet adherence

---

*\*Correspondent Author : Muhammad Djohan*  
Email : [muhammaddjohan37@gmail.com](mailto:muhammaddjohan37@gmail.com)

## PENDAHULUAN

Salah satu masalah akibat perkembangan zaman adalah gaya hidup yang tidak sehat yang dapat memicu munculnya penyakit degeneratif, yang salah satunya adalah hipertensi. Hipertensi termasuk salah satu masalah kesehatan terbesar di dunia, terutama di negara berkembang karena bisa menyebabkan resiko kematian, selain itu akibat yang ditimbulkan menjadi masalah kesehatan masyarakat (Zainiah et al., 2022).

Hipertensi merupakan penyakit sering dialami oleh lanjut usia (lansia) akibat penurunan daya tahan tubuh yang dapat berakhir dengan kematian. Hipertensi adalah penyakit *the silent* (tanpa keluhan) dan terjadi dalam jangka lama dan terus menerus pemicu stroke dan serangan jantung (Arindari & Puspita, 2022).

Pertambahan jumlah persentase penduduk lansia di dunia mulai umur 60 tahun sampai umur 60 tahun keatas cukup pesat pada tahun 2013 sebanyak 13,4%, diprediksikan pula tahun 2050 akan bertambah menjadi 25,3% dan diprediksikan pula pada tahun 2100 jumlah lansia semakin bertambah menjadi 35,1%. Saat ini Indonesia juga mengalami peningkatan jumlah penduduk lanjut usia, pada tahun 2010 terdapat 18 juta jiwa (7,56%) sehingga pada tahun 2019 jumlah penduduk lanjut usia semakin meningkat menjadi 25,9 juta jiwa (9,7%), dan diperkirakan pada tahun 2035 akan terus meningkat menjadi 48,2 juta jiwa (15,77%). Pada tahun 2020 Prevalensi penduduk lanjut usia di Sulawesi Selatan mulai umur 60-75 tahun keatas

yaitu sebanyak 849.960 jiwa (Nurhikmah, 2021). Selanjutnya prevalensi jumlah lansia yang ada di Kabupaten Mamberamo Raya sebanyak 14,2% dan di Provinsi Papua sebanyak 38,2%.

Penyakit degeneratif yang mempunyai tingkat morbiditas dan mortalitas tinggi adalah hipertensi. Data WHO, 2012 menunjukkan bahwa 28,6 % orang dewasa yang berusia 18 tahun keatas menderita hipertensi. Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar tahun 2018, prevalensi kejadian hipertensi sebesar 34,1%. Angka ini meningkat cukup tinggi dibandingkan hasil riskesdas tahun 2013 yaitu 25,8% (Endriani et al., 2023). Data WHO memperlihatkan bahwa data kejadian hipertensi di Indonesia pada tahun 2023 sebesar 40% (WHO, 2023).

Beberapa faktor yang dapat meningkatkan resiko mengalami kondisi hipertensi adalah faktor genetik, kebiasaan makan yang kurang sehat, kurang melakukan aktivitas fisik dan latihan, obesitas, konsumsi alkohol yang berlebihan dan masih banyak faktor lain yang bisa meningkatkan resiko hipertensi. Penyakit ini tidak menimbulkan gejala, sehingga banyak kasus dimana seseorang menderita tekanan darah tinggi tidak terkontrol karena tidak merasakan kesakitan (Marni et al., 2023).

Penyebab terjadinya diet rendah pada pasien hipertensi karena kurangnya pengetahuan, sikap, motivasi diri dan dukungan keluarga. Dukungan keluarga itu sendiri diartikan dengan kesediaan anggota keluarga untuk memberikan bantuan kepada anggota keluarga yang menderita hipertensi. Dukungan keluarga dalam perawatan hipertensi antara lain meliputi beberapa aspek yaitu dukungan emosional, dukungan instrumental, dukungan informatif, dukungan penghargaan. Kurangnya dukungan dari keluarga menjadi salah satu pemicu terhadap kejadian hipertensi pada lansia dengan pola diet rendah. Anggota keluarga yang bersifat mendukung selalu siap memberikan pertolongan dan bantuan jika diperlukan. Dukungan keluarga dapat menjadi faktor yang berpengaruh dalam menentukan keyakinan dan nilai kesehatan individu serta menentukan program pengobatan yang diterima (Mufidah et al., 2023).

Peran keluarga sangat penting dalam tahap perawatan kesehatan, mulai dari tahap peningkatan kesehatan hingga rehabilitasi. Adanya dukungan keluarga dalam kepatuhan diet hipertensi dapat menyebabkan ketenangan batin dan perasaan senang dalam diri penderita, dukungan keluarga juga mempengaruhi pada kemudahan penderita melakukan diet hipertensi. Keluarga juga mempunyai peran utama dengan memberikan motivasi sebelum pihak lain seperti petugas kesehatan (Wibowo, 2020).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan di RS Sinar Kasih Toraja pada bulan April 2026 terdapat 105 lansia yang mengalami hipertensi yang memeriksakan dirinya di RS Sinar Kasih Toraja. Selanjutnya diketahui bahwa para lansia tersebut telah mendapat edukasi untuk menjalani diet rendah garam serta edukasi untuk rutin memeriksakan dirinya ke RS Sinar Kasih Toraja. Beberapa lansia diantaranya juga kurang mendapat dukungan dari keluarga sehingga mereka biasanya datang sendiri memeriksakan dirinya ke Rumah Sakit. Dari hasil wawancara dengan dokter maupun perawat di RS Sinar Kasih Toraja menyatakan bahwa rata-rata para lansia tersebut tidak menjalankan diet rendah garam serta hanya beberapa orang saja yang rutin memeriksakan dirinya ke RS Sinar Kasih Toraja.

Berdasarkan uraian di atas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang hubungan dukungan keluarga dan tenaga kesehatan terhadap kepatuhan diet rendah garam pada lansia dengan hipertensi di RS Sinar Kasih Toraja Tahun 2026.

## METODE PENELITIAN

Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode dekskriptif analitik non eksperimental dengan pendekatan *cross sectional study*, yang bertujuan untuk mengetahui hubungan dukungan keluarga dan tenaga kesehatan terhadap kepatuhan diet rendah garam pada lansia dengan hipertensi di RS Sinar Kasih Toraja tahun 2026.

Populasi dalam penelitian ini adalah semua pasien lansia dengan hipertensi sebanyak 105 orang. Sampel diambil dengan menggunakan rumus slovin sehingga jumlah sampel sebanyak 51 orang.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### A. HASIL

#### 1. Analisis Univariat

##### a. Jenis Kelamin

**Tabel 4.1**  
**Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin Di RS Sinar Kasih Toraja Tahun 2026**

| Jenis Kelamin | Frekuensi (F) | Persentase (%) |
|---------------|---------------|----------------|
| Perempuan     | 23            | 45,1           |
| Laki-laki     | 28            | 54,9           |
| <b>Total</b>  | <b>51</b>     | <b>100</b>     |

**Sumber : Data primer, Mei 2026**

Tabel 4.1 menunjukkan bahwa, mayoritas responden berjenis kelamin laki-laki, sebanyak 28 responden (54,9%).

##### b. Umur

**Tabel 4.2**  
**Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Umur Responden Di RS Sinar Kasih Toraja Tahun 2026**

| Umur         | Frekuensi (F) | Persentase (%) |
|--------------|---------------|----------------|
| 50-60        | 28            | 54,9           |
| 61-70        | 20            | 39,2           |
| >70          | 3             | 5,9            |
| <b>Total</b> | <b>51</b>     | <b>100</b>     |

**Sumber : Data Primer, Mei 2026**

Tabel 4.2 menunjukkan bahwa, sebagian besar responden berada pada usia 50-60 tahun yaitu sebanyak 28 responden (54,9%).

##### c. Pendidikan

**Tabel 4.3**  
**Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pendidikan Responden Di RS Sinar Kasih Toraja Tahun 2026**

| Umur         | Frekuensi (F) | Persentase (%) |
|--------------|---------------|----------------|
| 50-60        | 28            | 54,9           |
| 61-70        | 20            | 39,2           |
| >70          | 3             | 5,9            |
| <b>Total</b> | <b>51</b>     | <b>100</b>     |

**Sumber : Data Primer, Mei 2026**

Tabel 4.3 menunjukkan bahwa, sebagian besar responden berada pada usia 50-60 tahun yaitu sebanyak 28 responden (54,9%).

d. Pekerjaan

**Tabel 4.4**  
**Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pekerjaan Responden**  
**Di RS Sinar Kasih Toraja Tahun 2026**

| Pekerjaan     | Frekuensi (F) | Persentase (%) |
|---------------|---------------|----------------|
| Petani        | 11            | 21,5           |
| Wiraswasta    | 7             | 13,8           |
| IRT           | 23            | 45,1           |
| Tidak Bekerja | 10            | 19,6           |
| <b>Total</b>  | <b>51</b>     | <b>100</b>     |

**Sumber : Data Primer, Mei 2026**

Tabel 4.4 menunjukkan bahwa, sebagian besar responden merupakan IRT yaitu sebanyak 23 responden (45,1%).

e. Lama menderita hipertensi

**Tabel 4.5**  
**Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Lama Menderita Hipertensi**  
**Di RS Sinar Kasih Toraja Tahun 2026**

| Lama menderita hipertensi | Frekuensi (F) | Persentase (%) |
|---------------------------|---------------|----------------|
| <1-2 tahun                | 29            | 56,9           |
| >2 tahun                  | 22            | 43,1           |
| <b>Total</b>              | <b>51</b>     | <b>100</b>     |

**Sumber : Data Primer, Mei 2026**

Tabel 4.5 menunjukkan bahwa, sebagian besar responden menderita hipertensi <1-2 tahun yaitu sebanyak 29 responden (56,9%).

f. Dukungan Keluarga

**Tabel 4.6**  
**Distribusi Frekuensi Dukungan Keluarga kepada Lansia dengan Hipertensi**  
**Di RS Sinar Kasih Toraja Tahun 2026**

| Dukungan Keluarga | Frekuensi (F) | Persentase (%) |
|-------------------|---------------|----------------|
| Baik              | 34            | 66,7           |
| Kurang            | 17            | 33,3           |
| <b>Total</b>      | <b>51</b>     | <b>100</b>     |

**Sumber : Data Primer Mei 2026**

Tabel 5.6 menunjukkan bahwa mayoritas responden yang mendapat dukungan baik dari keluarga sebanyak 34 responden (66,7%) dan yang kurang mendapat dukungan sebanyak 17 responden (33,3%).

g. Dukungan tenaga kesehatan

Tabel 5.7

**Distribusi Frekuensi Dukungan Tenaga Kesehatan kepada Lansia dengan Hipertensi Di RS Sinar Kasih Toraja Tahun 2026**

| Dukungan Tenaga Kesehatan | Frekuensi (F) | Persentase (%) |
|---------------------------|---------------|----------------|
| Baik                      | 45            | 88,2           |
| Kurang                    | 6             | 11,8           |
| <b>Total</b>              | <b>51</b>     | <b>100</b>     |

**Sumber : Data Primer Mei 2026**

Tabel 5.4 menunjukkan bahwa, mayoritas responden yang mendapat dukungan baik dari tenaga kesehatan sebanyak 45 responden (88,2%) dan yang kurang mendapat dukungan sebanyak 6 responden (11,8%).

h. Kepatuhan diet rendah garam pada lansia

Tabel 5.8

**Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kepatuhan Diet Rendah Garam Pada Lansia Di RS Sinar Kasih Toraja Tahun 2026**

| Kepatuhan Diet | Frekuensi (F) | Persentase (%) |
|----------------|---------------|----------------|
| Patuh          | 31            | 60,8           |
| Kurang patuh   | 20            | 39,2           |
| <b>Total</b>   | <b>51</b>     | <b>100</b>     |

**Sumber : Data Primer Juni 2025**

Tabel 5.5 menunjukkan bahwa, mayoritas responden yang patuh diet rendah garam sebanyak 31 responden (60,8%) dan yang kurang patuh sebanyak 20 responden (39,2%).

2. Analisis Bivariat

a. Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Diet Rendah Garam Pada Lansia Dengan Hipertensi Tahun 2026

Tabel 5.9

**Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Diet Rendah Garam Pada Lansia Dengan Hipertensi Tahun 2026**

| Dukungan Keluarga | Kepatuhan Diet |      |              |      | Total |      | P value |
|-------------------|----------------|------|--------------|------|-------|------|---------|
|                   | Patuh          |      | Kurang Patuh |      |       |      |         |
|                   | n              | %    | n            | %    | n     | %    |         |
| Baik              | 28             | 54,9 | 6            | 11,8 | 34    | 66,7 | 0,000   |
| Kurang            | 3              | 5,9  | 14           | 27,4 | 17    | 33,3 |         |
| Total             | 31             | 60,8 | 20           | 39,2 | 51    | 100  |         |

**Sumber : Data Primer Mei 2026**

Berdasarkan table 5.9 menunjukkan bahwa, mayoritas responden mendapat dukungan baik dari keluarga sebanyak 34 responden (66,7%), diantaranya yang patuh menjalankan diet rendah garam sebanyak 28 responden (54,9%), dan yang kurang patuh sebanyak 6 responden (11,8%). Sedangkan responden yang kurang mendapat dukungan dari keluarga sebanyak 17 responden (33,2%), diantaranya yang patuh menjalankan diet rendah garam sebanyak 3 responden (5,9%), dan yang kurang patuh sebanyak 14 responden (27,4%). Berdasarkan hasil analisa

data dan uji *chi-square* diperoleh nilai  $p=0,000$  ( $\alpha<0,05$ ) yang menunjukkan  $H_a$  di terima yang artinya ada hubungan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet rendah garam pada lansia dengan hipertensi di RS Sinar Kasih Toraja tahun 2026.

**b. Hubungan Dukungan Tenaga Kesehatan Dengan Kepatuhan Diet Rendah Garam Pada Lansia Dengan Hipertensi**

**Tabel 5.10**

**Hubungan Dukungan Tenaga Kesehatan Dengan Kepatuhan Diet Rendah Garam Pada Lansia Dengan Hipertensi Tahun 2026**

| Dukungan<br>Tenaga<br>Kesehatan | Kepatuhan Diet |             |              |             | Total     |            | P<br>value |
|---------------------------------|----------------|-------------|--------------|-------------|-----------|------------|------------|
|                                 | Patuh          |             | Kurang Patuh |             |           |            |            |
|                                 | n              | %           | n            | %           | n         | %          |            |
| Baik                            | 28             | 54,9        | 17           | 33,3        | 45        | 88,2       | 0,668      |
| Kurang                          | 3              | 5,9         | 3            | 5,9         | 6         | 11,8       |            |
| <b>Total</b>                    | <b>31</b>      | <b>60.8</b> | <b>20</b>    | <b>39.2</b> | <b>51</b> | <b>100</b> |            |

**Sumber : Data Primer, Mei 2026**

Berdasarkan table 5.10 menunjukkan bahwa, mayoritas responden mendapat dukungan baik dari tenaga kesehatan sebanyak 45 responden (88,2%), diantaranya yang patuh menjalankan diet rendah garam sebanyak 28 responden (54,9%), dan yang kurang patuh sebanyak 17 responden (33,3%). Sedangkan responden yang kurang mendapat dukungan dari tenaga kesehatan sebanyak 6 responden (11,8%), diantaranya yang patuh menjalankan diet rendah garam sebanyak 3 responden (5,9%), dan yang kurang patuh sebanyak 3 responden (5,9%). Berdasarkan hasil analisa data dan uji *chi-square* dengan melihat nilai uji *Fisher's Exact Test* diperoleh nilai  $p=0,668$  ( $\alpha<0,05$ ) yang menunjukkan  $H_a$  di tolak yang artinya tidak ada hubungan dukungan tenaga kesehatan dengan kepatuhan diet rendah garam pada lansia dengan hipertensi di RS Sinar Kasih Toraja tahun 2026.

**B. PEMBAHASAN**

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga dengan kepatuhan diet rendah garam pada lansia dengan hipertensi di RS Sinar Kasih Toraja Tahun 2026. Hasil uji Chi-Square diperoleh nilai  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ), sehingga hipotesis alternatif ( $H_a$ ) diterima. Hal ini menunjukkan bahwa semakin baik dukungan yang diberikan keluarga, maka semakin tinggi tingkat kepatuhan lansia dalam menjalankan diet rendah garam sebagai bagian dari pengendalian hipertensi.

Hasil penelitian ini memperlihatkan bahwa dari 34 responden yang memperoleh dukungan keluarga yang baik, sebagian besar yaitu 28 responden (54,9%) patuh menjalankan diet rendah garam, sedangkan hanya 6 responden (11,8%) yang kurang patuh. Sebaliknya, pada responden yang kurang mendapatkan dukungan keluarga, sebagian besar yaitu 14 responden (27,4%) kurang patuh menjalankan diet rendah garam, dan hanya 3 responden (5,9%) yang patuh. Temuan ini menunjukkan bahwa dukungan keluarga memiliki peran penting dalam membentuk perilaku kepatuhan diet pada lansia.

Dukungan keluarga merupakan salah satu bentuk dukungan sosial yang meliputi dukungan emosional, informasional, instrumental, dan penghargaan. Pada lansia dengan hipertensi, keluarga berperan dalam mengingatkan jadwal makan, membantu menyiapkan

makanan rendah garam, memberikan motivasi, serta mendampingi lansia dalam menerapkan pola hidup sehat. Adanya perhatian dan keterlibatan keluarga dapat meningkatkan rasa percaya diri serta motivasi lansia untuk mematuhi anjuran diet yang diberikan oleh tenaga kesehatan.

Secara teori, dukungan keluarga merupakan faktor penguat (*reinforcing factor*) yang dapat memengaruhi perubahan perilaku kesehatan seseorang. Lansia yang memperoleh dukungan dari anggota keluarga cenderung memiliki kepatuhan yang lebih baik karena merasa diperhatikan, dihargai, dan memperoleh bantuan dalam menghadapi berbagai hambatan selama menjalankan diet rendah garam. Sebaliknya, kurangnya dukungan keluarga dapat menyebabkan lansia merasa kurang termotivasi, sehingga lebih mudah mengabaikan anjuran diet dan tetap mengonsumsi makanan dengan kadar garam tinggi.

Meskipun demikian, pada penelitian ini masih ditemukan beberapa responden yang telah memperoleh dukungan keluarga tetapi kurang patuh menjalankan diet rendah garam. Kondisi tersebut kemungkinan dipengaruhi oleh faktor lain seperti kebiasaan mengonsumsi makanan asin yang telah berlangsung lama, kurangnya kesadaran akan pentingnya diet rendah garam, tingkat pengetahuan, usia lanjut yang menyebabkan sulit mengubah pola makan, maupun adanya pengaruh lingkungan sosial. Sebaliknya, terdapat pula responden yang kurang mendapat dukungan keluarga namun tetap patuh menjalankan diet. Hal ini menunjukkan bahwa kepatuhan juga dapat dipengaruhi oleh motivasi intrinsik, kesadaran diri, pengalaman menderita hipertensi, serta edukasi yang diperoleh dari tenaga kesehatan.

Hasil penelitian ini sejalan dengan berbagai penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara dukungan keluarga dengan kepatuhan diet pada pasien hipertensi. Penelitian-penelitian tersebut menjelaskan bahwa keluarga merupakan sistem pendukung utama dalam perawatan penyakit kronis. Keterlibatan keluarga dalam memberikan motivasi, mengawasi pola makan, dan membantu menyediakan makanan yang sesuai dengan anjuran medis terbukti mampu meningkatkan kepatuhan pasien dalam menjalankan diet rendah garam sehingga membantu mengendalikan tekanan darah dan mencegah terjadinya komplikasi hipertensi.

Berdasarkan hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa dukungan keluarga merupakan faktor penting yang berhubungan dengan kepatuhan diet rendah garam pada lansia dengan hipertensi. Oleh karena itu, upaya peningkatan kepatuhan diet tidak hanya difokuskan pada lansia sebagai individu, tetapi juga perlu melibatkan keluarga melalui edukasi, konseling, dan pendampingan mengenai pentingnya penerapan diet rendah garam. Dengan adanya keterlibatan aktif keluarga, diharapkan lansia lebih mampu mempertahankan kepatuhan terhadap diet sehingga tekanan darah dapat terkontrol dan risiko komplikasi akibat hipertensi dapat diminimalkan.

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan tenaga kesehatan dengan kepatuhan diet rendah garam pada lansia dengan hipertensi di RS Sinar Kasih Toraja Tahun 2026. Berdasarkan hasil uji Fisher's Exact Test diperoleh nilai  $p = 0,668$  ( $p > 0,05$ ), sehingga hipotesis alternatif ( $H_a$ ) ditolak. Hasil ini menunjukkan bahwa dukungan yang diberikan oleh tenaga kesehatan belum terbukti berhubungan secara statistik dengan tingkat kepatuhan lansia dalam menjalankan diet rendah garam.

Berdasarkan distribusi responden diketahui bahwa sebagian besar responden memperoleh dukungan yang baik dari tenaga kesehatan, yaitu sebanyak 45 responden (88,2%). Dari jumlah tersebut, sebanyak 28 responden (54,9%) patuh menjalankan diet rendah garam, sedangkan 17 responden (33,3%) kurang patuh. Sementara itu, pada kelompok yang kurang memperoleh dukungan dari tenaga kesehatan sebanyak 6 responden (11,8%), masing-masing 3 responden (5,9%) patuh dan 3 responden (5,9%) kurang patuh. Meskipun secara deskriptif sebagian besar responden mendapat dukungan yang baik, hasil analisis statistik menunjukkan bahwa dukungan tersebut tidak berhubungan secara bermakna dengan kepatuhan diet rendah garam.

Hasil penelitian ini mengindikasikan bahwa kepatuhan lansia terhadap diet rendah garam tidak hanya dipengaruhi oleh dukungan tenaga kesehatan, tetapi juga oleh berbagai faktor lain. Faktor-faktor tersebut antara lain motivasi dari dalam diri pasien, tingkat pengetahuan mengenai hipertensi, kebiasaan makan yang telah berlangsung lama, dukungan keluarga, kondisi ekonomi, tingkat pendidikan, serta kemampuan lansia dalam memahami dan menerapkan informasi kesehatan yang diberikan. Dengan demikian, meskipun tenaga kesehatan telah memberikan edukasi dan anjuran mengenai pentingnya diet rendah garam, belum tentu seluruh lansia mampu atau bersedia menerapkannya secara konsisten dalam kehidupan sehari-hari.

Secara teori, tenaga kesehatan memiliki peran penting sebagai edukator, konselor, motivator, dan fasilitator dalam membantu pasien mengelola penyakit kronis, termasuk hipertensi. Melalui penyuluhan kesehatan, konseling gizi, serta pemantauan secara berkala, tenaga kesehatan diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan dan kesadaran pasien mengenai pentingnya kepatuhan terhadap diet rendah garam. Namun, perubahan perilaku kesehatan merupakan proses yang dipengaruhi oleh berbagai faktor predisposisi, faktor pendukung, dan faktor penguat. Oleh karena itu, informasi yang diberikan oleh tenaga kesehatan perlu didukung oleh kemauan pasien dan lingkungan yang mendukung agar dapat menghasilkan perubahan perilaku yang berkelanjutan.

Tidak ditemukannya hubungan yang signifikan dalam penelitian ini juga dapat disebabkan oleh distribusi data yang kurang seimbang, di mana hampir seluruh responden telah mendapatkan dukungan yang baik dari tenaga kesehatan (88,2%). Kondisi tersebut menyebabkan variasi antar kelompok menjadi sangat kecil sehingga hubungan statistik sulit untuk dibuktikan. Selain itu, penelitian ini menggunakan desain cross-sectional, sehingga hanya menggambarkan hubungan pada satu waktu pengamatan dan belum dapat menilai pengaruh dukungan tenaga kesehatan secara berkelanjutan terhadap kepatuhan diet.

Hasil penelitian ini tidak sejalan dengan beberapa penelitian terdahulu yang menyatakan bahwa dukungan tenaga kesehatan berhubungan dengan kepatuhan diet pada pasien hipertensi. Penelitian-penelitian tersebut menjelaskan bahwa edukasi yang dilakukan secara rutin, komunikasi yang efektif, serta pendampingan yang berkesinambungan dari tenaga kesehatan dapat meningkatkan kepatuhan pasien dalam menjalankan diet. Namun demikian, hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian lain yang menyatakan bahwa dukungan tenaga kesehatan bukan merupakan faktor dominan yang memengaruhi kepatuhan diet, karena perilaku pasien lebih banyak dipengaruhi oleh faktor internal dan dukungan keluarga sebagai pendamping utama dalam kehidupan sehari-hari.

Berdasarkan hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa dukungan tenaga kesehatan tidak memiliki hubungan yang bermakna dengan kepatuhan diet rendah garam pada lansia dengan hipertensi di RS Sinar Kasih Toraja Tahun 2026. Meskipun demikian, peran tenaga kesehatan tetap penting dalam memberikan edukasi, motivasi, dan pemantauan secara berkala. Upaya peningkatan kepatuhan diet sebaiknya dilakukan melalui pendekatan yang lebih komprehensif dengan melibatkan keluarga, meningkatkan motivasi pasien, memberikan edukasi yang berulang dan mudah dipahami, serta melakukan pendampingan yang berkesinambungan agar lansia lebih mampu menerapkan diet rendah garam dalam kehidupan sehari-hari.

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan pada bab sebelumnya, dapat ditarik beberapa kesimpulan yaitu :

1. Ada hubungan antara dukungan keluarga dengan kepatuhan diet rendah garam pada lansia dengan hipertensi di RS Sinar Kasih Toraja tahun 2026 dengan nilai  $p$  value = 0,000.
2. Tidak ada hubungan antara dukungan tenaga kesehatan dengan kepatuhan diet rendah garam pada lansia dengan hipertensi di RS Sinar Kasih Toraja tahun 2026 dengan nilai  $p$  value = 0,668

## DAFTAR PUSTAKA

- Alifariki, L. O. (2019). *Epidemiologi Hipertensi* (Rahmawati (ed.)). PT Leutika Nouvalitera.
- Arindari, D. R., & Puspita, R. (2022). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Diet Hipertensi Pada Lansia Di Puskesmas Ariodillah. *Excellent Midwifery Journal*, 5(1), 94–103. <https://jurnal.mitrachusada.ac.id/index.php/emj/article/view/201>
- Dewi, N. R. (2018). *Fakto-Faktor Yang Mempengaruhi Kejadian Hipertensi Pada Lansia Di Kelurahan Manisrejo Kota Madiun*.
- Ekasari, M. F., Riasmini, N. M., & Hartini, T. (2018). *Meningkatkan Kualitas Hidup Lansia*. Wineka Media.
- Endriani, N. M. D., Suiroaka, I. P., & Wiardani, N. K. (2023). Hubungan Dukungan Keluarga Dalam Pengendalian Hipertensi Dengan Pemenuhan Gizi Pasien Lansia (Literature Review). *Jurnal Ilmu Gizi: Journal of Nutrition Science*, 12(1), 71–78. <https://doi.org/10.33992/jig.v12i1.1591>
- Gemini, S., Yulia, R., Roswandani, S., Pakpahan, H. M., & Setiyowati, E. (2021). *Keperawatan Gerontik* (M. Qasim (ed.)). Yayasan Penerbit Muhammad Zaini.
- Hendra, P., Virginia, D. M., & Setiawan, C. H. (2021). *Teori dan Kasus Manajemen Terapi Hipertensi*. Sanata Dharma University Press.
- Marni, Soares, D., Ulkhasanah, M. E., Rahmasari, I., & Firdaus, I. (2023). *Penatalaksanaan Hipertensi* (M. Nasrudin (ed.); Pertama). PT Nasya Expanding Management.
- Mufidah, N., Wahyudi, R., & Khodaifi. (2023). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Pola Diet Pasien Hipertensi. *Nursing Update Jurnal Ilmiah Ilmu Keperawatan*, 14(2).
- Nurhikmah. (2021). *Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Diet Hipertensi Pada Lansia : Pendekatan Studi Literatur*. 4(1), 1–23.
- Rasdiyanah. (2022). *Mengenal Hipertensi pada Kelompok Dewasa dengan Pendekatan Asuhan Keperawatan* (M. C. Imran (ed.); Pertama). PT Nasya Expanding Management.
- Sakinah, A. S., Utomo, W., & Agrina. (2021). Hubungan Dukungan Keluarga dan Peran Tenaga Kesehatan Dengan Kepatuhan Kontrol Ke Pelayanan Kesehatan Pada Lansia Penderita Hipertensi Selama Pandemi Covid-19. *Research Article*, 9(2), 99–108.
- Sidabutar, R. B., & Subekti, K. E. (2021). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Diet Hipertensi Pada Lansia Di RW 009 Prima Harapan Regensi. *Universitas Islam As-*

*Syafi'iyah Jakarta.*

- Sukawati, E. D., & Utami, S. (2023). Hubungan Dukungan Keluarga Terhadap Kepatuhan Diet Rendah Garam Pada Lansia Dengan Hipertensi Diwilayah Kerja Puskesmas .... *Jurnal Kesehatan Samawa*, 8(2), 16–26. <http://www.e-journalppmunsa.ac.id/index.php/jks/article/view/1480>
- Wahyudi, K., Rohrohmana, B., & Kwando, P. S. (2023). *Monograf Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Perilaku Lansia Dalam Pengendalian Hipertensi* (M. Nasrudin (ed.); Pertama). PT Nasya Expanding Management.
- WHO. (2023). Hypertension in Indonesia. *WHO-Hypertension Profiles*, 13(3), 171–179.
- Wibowo, B. H. (2020). Kajian Literatur Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Diet Hipertensi. *Program Studi Kesehatan Masyarakat Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta 2020*, 2(October), 416–423.
- Wulandari, H. N. (2016). *Studi Kualitatif: Pemahaman Penderita Hipertensi Tentang Sumber Stressor Yang Dapat Meningkatkan Tekanan Darah Di Posyandu Lansia Di Iromejan Yogyakarta 2016*. [https://dspace.uui.ac.id/bitstream/handle/123456789/12529/3\\_bab\\_2.pdf?sequence=3&isAllowed=y](https://dspace.uui.ac.id/bitstream/handle/123456789/12529/3_bab_2.pdf?sequence=3&isAllowed=y)
- Zainiah, Rahman, H. F., Fauzi, A. K., & Andayani, S. A. (2022). *Aromaterapi Mawar dan Diet Rendah Garam Pada Hipertensi* (A. H. Nadana (ed.); Pertama). Ahlimedia Press.