



Peran Keluarga Dalam Perawatan Lansia Hipertensi Dengan Tekanan Darah

Heni Maryati ¹, Supriliyah Praningsih ¹, Fitri Firranda Nurmalisyah ¹, Siswati ¹

¹ Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Pemkab Jombang Jombang, Indonesia

INFORMASI

Korespondensi:
nie.maryati@gmail.com

Keywords:
Role Family, Care, Elderly,
Hypertension, Blood Pressure

ABSTRACT

Objective: Hypertension is a condition of persistently elevated arterial blood pressure and continues to be a major global health problem. The WHO estimates that by 2025, 1.5 billion people will suffer from hypertension, and 10.44 million people are predicted to die from hypertension and its complications each year. The role of the family is crucial in managing hypertension. Families play a crucial role as caregivers in improving the health status of their sick family members, as they play a crucial role in maintaining the health of those with hypertension. This study aimed analyzing the role of family in caring for elderly hypertension on blood pressure

Methods: This research is a correlational study with a cross-sectional design using purposive sampling. The subjects were 46 elderly people with hypertension in Puton Village, Diwek District, Jombang Regency, according to the inclusion criteria for the 2025 study. The instruments used were the role of the family in caring for elderly people with hypertension using questionnaires and interviews (food selection, physical activity, stress management, referral to health facilities), and blood pressure measurements. Data were analyzed using coding, editing, tabulation, and scoring, and statistical tests were performed using the Chi Square test.

Results: Based on the research results, it was shown that out of 47 respondents, 26 (55.3%) respondents had a not good family role in caring for elderly people with hypertension. Classification of hypertension based on blood pressure values, namely the majority (63.84) in the grade 2 hypertension category. Chi Square test for using SPSS yielded a p value of 0.02 less than 0.05 indicating correlation between the role of family in caring for elderly hypertension on blood pressure

Conclusion: The role of the family in motivating the elderly with hypertension through exercise, regulating diet, encouraging them to control their blood pressure and taking medication, and regularly visiting health services can control blood pressure. The greater the role of the family, the better the quality of life of the elderly, which can be seen from the number of elderly whose blood pressure is controlled.

PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan kondisi tekanan darah arteri yang meningkat secara persisten dan terus menjadi salah satu masalah kesehatan global utama. WHO memperkirakan pada tahun 2025 terdapat 1,5 miliar orang akan menderita hipertensi dan diprediksi ada 10,44 juta orang meninggal akibat hipertensi dan komplikasinya setiap tahun (Jones D.W., Ferdinand K.C., Taler S.J., et al, 2025).

Berdasarkan hasil riset kesehatan dasar (Riskesdas) pada tahun 2021, prevalensi penderita hipertensi mencapai angka 55,3% dari jumlah penduduk dan pada tahun 2022 mengalami peningkatan menjadi 61,5% jumlah orang dewasa dengan hipertensi diproyeksikan mencapai 1,5 miliar, atau sekitar 33% populasi dewasa dunia, namun tingkat diagnosis hanya sebesar 54%, di mana 42% yang mendapatkan pengobatan, dan hanya 21% yang berhasil mencapai kontrol tekanan darah normal. Komplikasi klinisnya sangat besar yaitu berkontribusi terhadap penyakit kardiovaskular, stroke, gagal ginjal, dan kematian prematur. Secara regional, wilayah Asia dan Asia Tenggara mencatat prevalensi hipertensi yang meningkat selama tiga dekade terakhir. Prevalensi ekstrem di Asia berkisar antara 10,6% hingga 48,3%, tergantung negara, dengan rata-rata mendekati 30%. Populasi lansia di kawasan Asia Tenggara sebesar 8% atau sekitar 142 juta jiwa. Pada tahun 2050 diperkirakan populasi Lansia bisa meningkat 3 kali lipat. Tantangan terbesar berasal dari kurangnya kesadaran dan rendahnya tingkat kontrol tekanan darah di antara populasi dewasa. Manajemen hipertensi perlu mengedepankan pendekatan komprehensif yang mencakup terapi farmakologis dan non farmakologis, seperti perubahan gaya hidup, edukasi pasien, serta deteksi risiko sedini mungkin (Whelton P.K., Carey R.M., Aronow W.S., et al. 2017).

Pedoman klinis terkini telah memasukkan strategi seperti pengukuran tekanan darah di rumah (home BP monitoring), pengurangan asupan garam dan peningkatan asupan kalium melalui substitusi garam, yang terbukti efektif dalam membantu kontrol tekanan darah terutama di populasi Asia. Pengontrolan terhadap faktor resiko hipertensi membutuhkan kesadaran dari penderita dan dukungan keluarga. Hal ini berkaitan dengan salah satu fungsi dan tugas keluarga yakni memberikan perawatan kesehatan kepada keluarga agar kebutuhan kesehatan pada keluarganya dapat terpenuhi. Peran keluarga sangat dibutuhkan dalam pengendalian penyakit hipertensi. Keluarga memiliki peran sebagai caregiver dalam meningkatkan status kesehatan anggota keluarganya yang sakit, karena yang memegang peranan penting dalam mempertahankan

kesehatan bagi penderita hipertensi adalah keluarga. Peran keluarga dalam hal ini meliputi aspek pemilihan makanan, aktivitas fisik, management stress dan rujukan ke fasilitas kesehatan. Pentingnya peran keluarga dalam merawat anggota keluarga yang menderita hipertensi guna untuk meningkatkan status kesehatannya.

Hipertensi memerlukan pengobatan jangka panjang. *Frailty* dan disabilitas adalah indikasi perawatan jangka panjang bagi lansia, karena pada kondisi lansia tidak mampu merawat dirinya sendiri, dan memerlukan bantuan orang lain yang dikenal sebagai Caregiver Berdasarkan uraian diatas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mendalam tentang peran keluarga terhadap anggota keluarga dengan hipertensi sesuai dengan fakta dilapangan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana peran keluarga melakukan perannya dalam memotivasi penderita dalam pemilihan makanan, aktivitas fisik, management stress rujukan ke fasilitas kesehatan. supaya tekanan darah terkontrol.

METODE

Desain penelitian korelasional dengan rancangan *cross-sectional*. Pengambilan data *purposive sampling*. Subjek penelitian adalah lansia hipertensi di Desa Puton Kecamatan Diwek Kabupaten Jombang sesuai kriteria inklusi penelitian tahun 2025 sejumlah 47 orang. Instrumen yang digunakan adalah peran keluarga dalam merawat lansia hipertensi menggunakan kuesioner dan wawancara (pemilihan makanan, aktivitas fisik, management stress rujukan ke fasilitas kesehatan.) dan tekanan darah diukur menggunakan sfigmomanometer sesuai pedoman baku. Analisa data dengan Editing, Coding, Scoring, Tabulating dan dilakukan uji statistic menggunakan *Chi Square Test*.

HASIL

Gula Darah

Tabel 1. Distribusi frekuensi Peran Keluarga dalam perawatan lansia hipertensi

Peran Keluarga	N	%
Baik	21	44,7
Kurang Baik	26	55,3
Total	46	100

Berdasarkan tabel 1 sebagian besar (55,3%) peran keluarga dalam perawatan lansia hipertensi adalah kurang baik.

Tabel 2. Distribusi Tekanan Darah Lansia Hipertensi

Derajat Hipertensi	N	%
Elevated (Pra hipertensi)	8	17,02
HT grade 1	9	19,14
HT grade 2	30	63,84
Total	47	100

Berdasarkan tabel 2 sebagian besar (63,84) klasifikasi hipertensi berdasarkan nilai tekanan darah adalah hipertensi grade 2.

PEMBAHASAN

Peran Keluarga dalam perawatan lansia hipertensi

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 47 responden didapatkan 26 (55, 3%) responden memiliki peran keluarga dalam perawatan lansia hipertensi kurang baik. Menurut peneliti peran keluarga sangat penting dalam upaya pemberian pelayanan keperawatan kepada anggota keluarga terutama lansia dengan hipertensi. Lansia pada dasarnya mengalami penurunan dalam berbagai macam fungsi sehingga dalam melakukan segala aktivitasnya harus mendapatkan dukungan dari keluarga.

Keluarga diharapkan mampu memberikan dukungan keluarga dalam bentuk peran yang baik yang dapat meningkatkan kesejahteraan pada lansia. Keluarga yang berperan baik pada lansianya maka lansia akan merasa bahwa mereka diperhatikan dan dipedulikan. Hal semacam ini akan membuat lansia lebih memiliki semangat yang kuat dalam menjalani kehidupannya.

Menurut Rosa et al (2010) dalam Dhewi et al (2017), lansia dengan berbagai macam kondisi penyakit perlu dirawat oleh keluarga sebagai *care giver*. Keluarga memiliki peran sebagai *caregiver* dalam meningkatkan status kesehatan anggota keluarganya yang sakit, karena yang memegang peranan penting dalam mempertahankan kesehatan bagi penderita hipertensi adalah keluarga. Peran keluarga dalam hal ini meliputi aspek pemilihan makanan, aktivitas fisik, management stress dan rujukan ke fasilitas kesehatan.

Pentingnya peran keluarga dalam merawat anggota keluarga yang menderita hipertensi guna untuk meningkatkan status kesehatannya. Karena hipertensi memerlukan pengobatan jangka panjang sehingga dengan peran keluarga yang baik akan meningkatkan kualitas hidup lansia dengan hipertensi sehingga angka kesakitan dan kematian akibat komplikasi hipertensi bisa di minimalkan. Hasil penelitian menunjukkan hasil penelitian ini menunjukkan bahwa semua keluarga berperan dalam penatalaksanaan hipertensi pada lansia. Dukungan dari keluarga serta orang

terdekat memainkan suatu peran penting dalam perawatan jangka panjang. Seseorang yang secara terus menerus mengingatkan orang lain untuk kebaikan, membuat orang lain bergantung pada instruksinya, atau menceritakan kepada pasien bahwa ia tidak percaya pada instruksi dokter akan meningkatkan kepatuhan secara kurang efektif dibandingkan kepada orang yang mendukung dan memahaminya. Peran dari keluarga sangat dibutuhkan dalam memberikan dukungan kepada pasien hipertensi untuk rajin memeriksakan diri ketempat pelayanan kesehatan untuk melakukan kontrol tekanan darah secara rutin (Koyongian, et al 2015).

Penelitian ini sejalan dengan teori dari Kemenkes RI yang mengatakan hipertensi memerlukan pengobatan jangka panjang. *Frailty dan disabilitas* adalah indikasi perawatan jangka panjang bagi lansia, karena pada kondisi lansia tidak mampu merawat dirinya sendiri, dan memerlukan bantuan orang lain yang dikenal sebagai *Caregiver*. *Caregiver* adalah seseorang baik formal maupun informal yang telah lulus pendidikan atau pelatihan untuk melakukan pendampingan pada seorang atau kelompok yang tidak mampu merawat dirinya sendiri, baik sebagian atau seluruhnya karena mengalami keterbatasan fisik dan atau mental. Peran keluarga dalam merawat lansia hipertensi meliputi pemilihan makanan, aktivitas fisik, management stress dan rujukan ke fasilitas kesehatan.

Tekanan Darah Lansia Hipertensi

Menurut pedoman terbaru AHA/ACC 2025, Hipertensi Grade 2 (Stadium 2) didefinisikan sebagai tekanan darah sistolik ≥ 140 mmHg atau tekanan darah diastolik ≥ 90 mmHg, dengan penekanan pada target pengobatan $<130/80$ mmHg untuk sebagian besar orang dewasa dan inisiasi terapi obat kombinasi untuk stadium 2. Klasifikasi ini menegaskan bahwa tekanan darah $\geq 140/90$ mmHg sudah termasuk hipertensi tahap 2, bukan lagi pre hipertensi.

Menurut pedoman terbaru AHA/ACC 2025, Hipertensi Grade 2 (Stadium 2) didefinisikan sebagai tekanan darah sistolik ≥ 140 mmHg atau tekanan darah diastolik ≥ 90 mmHg, dengan penekanan pada target pengobatan $<130/80$ mmHg untuk sebagian besar orang dewasa dan inisiasi terapi obat kombinasi untuk stadium 2. Klasifikasi ini menegaskan bahwa tekanan darah $\geq 140/90$ mmHg sudah termasuk hipertensi tahap 2, bukan lagi pre-hipertensi. Pasien hipertensi harus minum obat setiap hari karena kondisi kronis sehingga hipertensi seringkali tidak bisa sembuh total (kecuali hipertensi sekunder dengan penyebab jelas) tetapi bisa dikontrol. Untuk mencegah komplikasi di-

mana tanpa obat, tekanan darah bisa naik kembali dan menimbulkan risiko penyakit berbahaya pada jantung, otak (stroke), dan ginjal. Penggunaan efek obat jangka panjang dapat bekerja mengontrol tekanan darah agar tetap di bawah target ($<140/90$ mmHg) untuk melindungi organ-organ vital.

Pengontrolan terhadap faktor resiko hipertensi membutuhkan kesadaran dari penderita dan dukungan keluarga. Hal ini berkaitan dengan salah satu fungsi dan tugas keluarga yakni memberikan perawatan kesehatan kepada keluarga agar kebutuhan kesehatan pada keluarganya dapat terpenuhi yaitu dalam pengendalian penyakit dan komplikasi akibat hipertensi meliputi pemilihan makanan, aktivitas fisik, management stress dan rujukan ke fasilitas kesehatan.

Pengaruh peran keluarga dalam merawat lansia hipertensi dengan tekanan darah

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan 47 responden yang memiliki peran *caregiver* kurang baik sebanyak 27 responden (58,7 %) dan sebagian besar (63,84%) tekanan darah responden dalam kategori hipertensi grade 2. Uji Chi Square menggunakan SPSS menghasilkan nilai p sebesar 0,02 kurang dari 0,05 yang menunjukkan adanya korelasi antara peran keluarga dalam merawat lansia dengan hipertensi terhadap tekanan darah.

Keluarga memiliki peran yang sangat penting dalam perawatan lansia di rumah. Secara mental keluarga harus dapat beradaptasi dengan perubahan yang terjadi pada lansia dan keluarga diharapkan dapat menyediakan lingkungan yang mendukung bagi lansia, yaitu lingkungan yang membuat lansia merasa tenang dan nyaman sehingga keluarga dapat memberikan perawatan yang optimal bagi lansia (Prabasari et al., 2017).

Kemampuan lansia dalam upaya mencapai kesehatan yang baik, perhatian khusus dalam kesehatan yaitu dalam perawatan, pemberian informasi, kebutuhan emosional serta instrumental dan penghargaan bagi lansia dari keluarga atau Family Caregiver untuk itu peran keluarga sangatlah penting dalam meningkatkan kualitas hidup lansia. Keluarga sangat berperan penting dalam memberikan kualitas hidup bagi lansia, Peran keluarga sebagai motivator dimana keluarga memberikan motivasi atau dukungan kepada penderita yang mengalami hipertensi, baik dalam bentuk dukungan fisik maupun spiritual. Peran keluarga sebagai motivator dapat dilihat dari seberapa sering keluarga mengingatkan hal-hal yang tidak boleh dilakukan karena akan berakibat buruk pada kondisi penyakit yang terkait. Peran keluarga sebagai *edukator*

menunjukkan bahwa sebagian besar Keluarga berperan sebagai pendidik bagi anggota keluarganya. Keluarga berkewajiban memberikan pengetahuan kepada seluruh anggota keluarganya, termasuk salah satunya pengetahuan tentang kesehatan. Dalam hal ini keluarga berperan sebagai pendidik yang dapat memberikan penjelasan yang benar mengenai kondisi penyakit yang diderita oleh anggota keluarga yang mengalaminya..

Peran keluarga sebagai fasilitator dapat dilihat dari ketersediaan keluarga mengantar penderita berobat ke puskesmas atau pelayanan kesehatan, bersedia mengurus dan membiayai biaya perawatan dan pengobatan. Keluarga juga harus berperan aktif dalam meningkatkan kesehatan anggota keluarganya (Saletti-cuesta et al., 2020). semakin besar peran keluarga semakin meningkat kualitas hidup lansia yang dapat dilihat dari banyaknya lansia yang tekanan darahnya terkontrol pada penelitian ini. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Bahrusyah padatahun 2018 menunjukkan hasil bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara peran keluarga dengan tekanan darah penderita hipertensi disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara dukungan keluarga dengan tekanan darah penderita hipertensi. Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan Dalina Gusti pada tahun 2018 yang menunjukkan Terdapat hubungan yang bermakna antara peran keluarga dengan upaya perawatan hipertensi. Penelitian yang dilakukan peneliti juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan Louis Prisdiantika menunjukkan 14 orang (58,1%) dari 24 lansia yang mengalami dukungan keluarga kurang mengalami perilaku pengendalian hipertensi.

KESIMPULAN

Peran keluarga (dukungan, pengawasan, dan penerapan tugas perawatan kesehatan keluarga) sangat signifikan dalam membantu mengontrol tekanan darah lansia penderita hipertensi; semakin baik peran keluarga, semakin besar kemungkinan tekanan darah lansia terkontrol, mengurangi risiko komplikasi, meskipun beberapa keluarga masih kurang optimal karena kesibukan atau kebiasaan.

SARAN

Pemberian edukasi keluarga atau program pendampingan di Puskesmas, serta menggunakan metode *mixed-methods* untuk pemahaman mendalam, melihat pengaruhnya pada kepatuhan diet, minum obat, aktivitas fisik, dan kontrol rutin, serta menargetkan faktor penghambat peran keluarga seperti kesibukan atau kebiasaan, untuk hasil yang lebih komprehensif.

DAFTAR PUSTAKA

- Ayu Oktarina, & Mayang Sari Ayu. (2024). Analisis Faktor Risiko Kejadian Hipertensi Di Puskesmas Amplas Kota Medan. *Ibnu Sina: Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan - Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sumatera Utara*, 23(2), 62-70. <https://doi.org/10.30743/ibnusina.v23i2.584>
- Bahrusyah, B., Muflikhatin, S. K., & Setyawan, A. B. (2018). Hubungan Peran Dan Dukungan Keluarga Dengan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Desa Tanjung Isuy Kecamatan Jempang Kabupaten Kutai Barat
- Johnson, M. C., Saletti-Cuesta, L., & Tumas, N. (2020). Emotions, Concerns and Reflections Regarding the COVID-19 Pandemic in Argentina. *Ciencia & Saude Coletiva*, 25, 2447-2456. <https://doi.org/10.1590/1413-81232020256.1.10472020>
- Jones D.W., Ferdinand K.C., Taler S.J., et al. 2025 AHA/ACC/AANP/AAPA/ABC/ACCP/ACPM/AGS/AMA/ASPC/NMA/PCNA/SGIM guideline for the prevention, detection, evaluation, and management of high blood pressure in adults: a report of the American College of Cardiology/American Heart Association Joint Committee on Clinical Practice Guidelines. *J Am Coll Cardiol*. 2025;86:18: 1567-1678
- Kartika M, Subakir S, Mirsiyanto E. Faktor-Faktor Risiko Yang Berhubungan Dengan Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Rawang Kota Sungai Penuh Tahun 2020. *J Kesmas Jambi*. 2021;5(1):1-9. doi:10.22437/jkmj.v5i1.12396
- Kementerian Kesehatan RI. (2019). Infodatin Hipertensi Si Pembunuh Senyap.
- KEMENKES. Hipertensi Penyakit Paling Banyak Didap Masyarakat. Published 2019. <https://www.kemkes.go.id/article/view/19051700002/hipertensi-penyakit-paling-banyak-diidap-masyarakat.html>
- Lukas, I. M., Welembuntu, M., & Patras, M. D. (2017). Gambaran Peran Keluarga Dalam Penatalaksanaan Hipertensi Pada Lansia Di Kampung Nagha Ii Kecamatan Tamako, Sangihe. *Jurnal Ilmiah Sesebanua*, 1(2), 69-72.
- NIH. Why is it important to know my family health history? USA: National Library of Medicine (Part of The National Institute of Health). Published 2021. <https://medlineplus.gov/genetics/understanding/inheritance/familyhistory/>
- Whelton P.K., Carey R.M., Aronow W.S., et al. 2017 ACC/AHA/AAPA/ABC/ACPM/AGS/APhA/ASH/ASPC/NMA/PCNA guideline for the prevention, detection, evaluation, and management of high blood pressure in adults: a report of the American College of Cardiology/American Heart Association Task Force on Clinical Practice Guidelines. *J Am Coll Cardiol*. 2017;71:e127-e248.
- WHO. Hipertensi. Published 2023. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/hypertension>
- Zuraidah. 2024. *Hubungan Peran Keluarga Sebagai Caregiver dengan Pengontrolan Tekanan Darah pada Lansia Penderita Hipertensi*. STIKES Hang Tuah Tanjungpinang