

**ANALISIS DUKUNGAN KELUARGA DENGAN SELF-CARE MANAGEMENT  
PADA LANSIA HIPERTENSI****FAMILY SUPPORT ANALYSIS AND SELF-CARE MANAGEMENT AMONG  
ELDERLY WITH HYPERTENSION****Edit Thresa Miranti<sup>1</sup>, Agnes Erida Wijayanti<sup>2</sup>, Murgi Handari<sup>3</sup>**<sup>1,2,3</sup> Stikes Wira Husada YogyakartaE-mail: [edittheresa385@gmail.com](mailto:edittheresa385@gmail.com)**ABSTRAK**

**Latar Belakang:** Lansia dengan hipertensi merupakan populasi rentan yang membutuhkan lebih banyak pendekatan yang komperensif dan intensif, untuk mencapai kontrol tekanan darah secara optimal. Salah satu penatalaksanaan hipertensi untuk menurunkan tekanan darah adalah *self-care management*. Lansia dengan hipertensi membutuhkan dukungan keluarga dalam melakukan *self-care management*. dukungan keluarga yang diberikan dalam bentuk emosional, penghargaan, penilaian, instrumental, dan dukungan informasional. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan keluarga dengan *self-care management* pada lansia hipertensi. **Metode:** Jenis penelitian ini merupakan kuantitatif dengan menggunakan metode deskriptif analitik, rancangan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah lansia hipertensi di Puskesmas Prambanan. Teknik yang digunakan dalam pengambilan sampel adalah *stratified random sampling*. Jumlah populasi 154 orang, sampel 111 orang. Alat pengumpulan data menggunakan kuesioner dan analisa data menggunakan uji spearman rank. **Hasil:** hasil penelitian ini menunjukkan bahwa dukungan keluarga dengan *self-care management* memperoleh nilai signficancy ( $p$ -value =0,040) mengindikasikan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga dengan *self-care management* pada lansia hipertensi di puskesmas Prambanan dengan koefisien hubungan yang positif sebesar 0,195 yang berarti keeratan hubungan sangat rendah antara variabel dukungan keluarga dan *self-care management*. **Diskusi:** Dukungan keluarga merupakan salah satu aspek yang berhubungan dengan *self-care management* pada lansia hipertensi di puskesmas Prambanan Sleman Yogyakarta.

**Kata Kunci:** Dukungan keluarga, Hipertensi, *Self-care management***ABSTRACT**

**Background:** Elderly with hypertension is a vulnerable population that requires more comprehensive and intensive approach. Self-care management is very essential to achieve an optimal blood pressure control. Elderly with hypertension need family support in self-care management. Family can provide emotional support, appreciation, appraisal, instrumental, and informational support in the practice of self-management. This study aims to determine the relationship between family support and self-care management in the elderly with hypertension. **Methods:** This research employed a quantitative descriptive analytic method, with cross sectional design. The population in this study was the elderly with hypertension at the Prambanan Health Center. The technique used in sampling is stratified random sampling. Total population 154 people, sample 111 people. Questionnaires were used for data collection and data was analysed using Spearman rank test. **Results:** The results of this study indicate the

*correlation between family support with self-care management with p value =0.040. There is enough evidence to show a significant relationship between family support and self-care management of hypertension in the Prambanan health center, the correlation coefficient is 0.195, which means closeness). very low relationship between the variables of family support and self-care management. **Discussion:** Family support is an essential aspect to self-care management among elderly with hypertension at Prambanan Public Health Center, Sleman Yogyakarta.*

**Keywords:** Family support, Hypertension, Self-care management

## PENDAHULUAN

Lansia adalah seseorang yang telah memasuki usia 60 tahun keatas. Lansia merupakan kelompok umur pada manusia yang telah memasuki tahapan akhir dari fase kehidupannya. Kelompok yang dikategorikan lansia ini akan terjadi suatu proses yang disebut aging process atau proses penuaan World Health Organization (WHO,2019). Penurunan fungsi organ pada tubuh pada lansia akibat dari berkurangnya jumlah dan kemampuan sel tubuh sehingga dapat menyebabkan terjadinya penyakit kronik seperti hipertensi (Ihsan Kurniawan, 2019). Hipertensi merupakan salah satu masalah kesehatan yang cukup berbahaya di seluruh dunia karena hipertensi merupakan faktor risiko utama yang mengarah kepada penyakit kardiovaskuler seperti serangan jantung, gagal jantung, stroke dan penyakit ginjal yang mana pada tahun 2016 penyakit jantung iskemik dan stroke menjadi dua penyebab kematian utama di dunia (WHO, 2018). World Health Organization (WHO) mengatakan pada tahun 2015, penderita hipertensi di dunia yaitu sekitar 1,3 miliar. prevalensi hipertensi dari tahun ke tahun semakin meningkat, diperkirakan pada tahun 2025 akan ada 1,5 miliar orang yang terkena hipertensi, dan diperkirakan setiap tahunnya ada 10,44 juta orang meninggal akibat hipertensi dan

komplikasinya. Sedangkan untuk angka kejadian hipertensi di Asia Tenggara mencapai 36% (Kemenkes,2017).

Riset Kesehatan Dasar (2018) menjelaskan bahwa prevelensi secara nasional mencapai 25,8% penduduk Indonesia menderita hipertensi. Jika saat ini penduduk Indonesia sebesar 252.124.258 jiwa maka terdapat 65.048.110 jiwa yang menderita hipertensi. prevalensi hipertensi lansia di Indonesia sebesar 45,9% untuk umur 55-64 tahun, 57,6% umur 65-74 tahun dan 63,8% umur >75 tahun. Propinsi tertinggi penderita hipertensi di Indonesia yaitu Kalimantan Selatan 44,1%, sedangkan terendah di Papua sebesar 22,2%. Sedangkan untuk D.I Yogyakarta menempati urutan ke 12 tertinggi sebesar 32,68% (Kemenkes,2018).

Berdasarkan data dari Dinkes Provinsi D.I Yogyakarta tahun 2020, prevelensi hipertensi tertinggi ada di kabupaten Sleman dengan jumlah 87.430, kedua Kabupaten Gunung Kidul dengan jumlah kasus 77.026, ketiga Kabupaten Bantul dengan jumlah kasus 60.204, keempat Kabupaten Yogyakarta dengan jumlah kasus 23.032, terakhir Kabupaten Kulon Progo dengan jumlah kasus 22.624. Berdasarkan puskesmas, kasus hipertensi tertinggi berada di puskesmas

Prambanan sebanyak 3.923 kasus (Dinkes Sleman, 2021). Tekanan darah tinggi dapat meningkatkan risiko kerusakan kardiovaskular pada otak dan ginjal, yang dapat menyebabkan komplikasi dari berbagai penyakit seperti stroke, serangan jantung, gagal ginjal, dan gagal jantung. Kerusakan organ terjadi karena tekanan darah tinggi yang tidak terkontrol dalam waktu lama dapat merusak pembuluh darah di seluruh tubuh dan menyebabkan perubahan pada organ tersebut. Memburuknya tekanan darah tinggi menyebabkan tingginya insiden gagal jantung, stroke, dan gagal ginjal, sehingga morbiditas dan mortalitas akibat hipertensi juga lebih tinggi. Penderita hipertensi sehingga membutuhkan penatalaksanaan lebih lanjut baik secara farmakologi mau pun non farmakologi (Wahyu, 2019).

Penatalaksanaan hipertensi pada lansia terdiri dari farmakologi dan non farmakologi. Penatalaksanaan farmakologi yaitu pemakaian obat-obatan anti hipertensi seperti diuretik, ACE Inhibitor, antagonis kalsium, angiotensin reseptor blocker (ARB) dan beta blocker (BB). Golongan obat anti hipertensi dan terbukti secara signifikan menurunkan tekanan darah. Sedangkan penatalaksanaan non farmakologi antara lain dengan cara pembatasan konsumsi garam yang berlebihan, cukup 2 gram garam dapur untuk diet setiap hari, menghindari kegemukan dengan menjaga berat badan normal atau tidak berlebihan, membatasi konsumsi lemak untuk mencegah terjadinya kolesterol tinggi dan juga olahraga secara teratur dapat menyerap atau menghilangkan endapan kolesterol pada pembuluh nadi. Hipertensi memerlukan

kemandirian pengelolaan pasien untuk keberhasilan pengobatannya (Gunawan, 2017).

Suatu bentuk kemandirian dalam pengelolaan terjadinya penyakit hipertensi berfokus pada *self-care* atau perawatan mandiri. *Self-care management* merupakan kemampuan yang dilakukan individu secara mandiri atau seseorang yang dapat mempertahankan perilaku yang efektif berupa pengobatan dan perubahan gaya hidup terhadap penyakit yang sedang dialami. Beberapa intervensi dari Self-Care Management pada pasien Hipertensi yaitu, mampu menyesuaikan diri dan mengatur keberhasilan terhadap pengobatannya (Anita A.Y, 2012).

Kegiatan dalam *self-care management* hipertensi meliputi penggunaan obat anti hipertensi secara benar, kegiatan untuk memantau tekanan darah dan gejala yang muncul terkait penyakit hipertensi, pengaturan diet yaitu diet yang sesuai untuk penatalaksanaan hipertensi, melakukan olahraga sesuai petunjuk untuk menurunkan tekanan darah dan kegiatan untuk mencegah komplikasi yang berhubungan dengan hipertensi. Agar proses *self-care* tersebut dapat terwujud, tentu membutuhkan kerjasama antara penderita hipertensi dengan dukungan keluarga (Dewi dkk, 2018).

Dukungan keluarga adalah salah satu faktor yang menentukan tingkat kepatuhan pasien dalam menjalankan proses perawatan. Literatur perawatan kesehatan mengemukakan bahwa kepatuhan berbanding lurus dengan tujuan dicapai pada program pengobatan yang telah dibentuk (Tumanggung, 2013).

Penelitian yang dilakukan Flynn et al, (2013) menjelaskan bahwa dukungan keluarga akan membantu meningkatkan pengetahuan tentang hipertensi dan memberikan motivasi untuk mencapai tujuan dari *self-care* hipertensi. Dukungan keluarga sangat berperan penting dalam pemeliharaan kesehatan, karena dengan adanya dukungan keluarga pencapaian keluarga sehat akan tercapai (Hayes, 2010;)

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan peneliti di Puskesmas Prambanan tercatat ada 3.923 jiwa yang penderita penyakit hipertensi pada bulan Januari sampai bulan September 2021. Hasil dari wawancara yang dilakukan oleh peneliti pada tanggal 30 Oktober 2021 di UPT Puskesmas Prambanan terhadap 10 orang responden yang menderita Hipertensi, 3 diantaranya keluarga mendukung pasien dalam proses pengobatan seperti mengingatkan pasien untuk ikut serta dalam pengobatan, dan menjalankan dietnya, dan 7 diantaranya mengatakan bahwa keluarga dari pasien kurang berpartisipasi dalam proses pengobatan seperti tidak

mengingatkan pasien untuk meminum obat, serta menjalankan diet yang telah dianjurkan, dan mengatakan bahwa ketika sakit, lalu tidak sempat ke puskesmas keluarga menganjurkan membeli obat di warung terdekat. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian terkait “Hubungan dukungan keluarga dengan kepatuhan *management self-care* pada lansia hipertensi di UPT Puskesmas Prambanan Sleman Yogyakarta”.

**METODE PENELITIAN**

Penelitian ini adalah kuantitatif dengan menggunakan metode deskriptif analitik, rancangan yang di gunakan adalah cross sectional, teknik yang digunakan untuk pengambilan sampel adalah random sampling. Pengolahan data pada penelitian ini menggunakan uji spearman rank.

**HASIL**

Berdasarkan hasil penelitian terhadap 111 reponden di Puskesmas Prambanan Sleman, dapat dideskripsikan karakteristik responden berdasarkan umur, jenis kelamin, pekerjaan dan pendidikan.

**Tabel 1.** Distribusi Frekuensi Karakteristik Persentase

No	Karakteristik	Kategori	Frekuensi	Persentase
1.	Umur	60-74	68	61.3
		75-90	43	38.7
		Total	111	100
2.	Jenis kelamin	Laki-laki	47	42.1
		Perempuan	64	57.9
		Total	111	100
3.	Pekerjaan	Petani	25	22.6
		IRT	48	43.2
		Swasta	8	7.2
		Pensiunan	5	4.5
		Berkebun	6	5.4
		PNS	4	3.6
		Total	111	100
4.	Pendidikan terakhir	Rendah	103	92.8
		Tinggi	8	7.2
		Total	111	100

Berdasarkan tabel 1 di atas dapat diketahui bahwa karakteristik responden berdasarkan usia, sebagian besar responden berada pada usia 60-74 tahun sebanyak 68 responden (61,3%). Jenis kelamin responden sebagian besar berjenis kelamin perempuan sebanyak 64 responden (57,9%). Sebagian besar pekerjaan responden adalah ibu

rumah tangga sebanyak 48 responden (43,2%) dan sebagian besar tingkat pendidikan responden berpendidikan rendah (sd, smp, sma) sebanyak 103 responden (92,8%).

### ANALISIS UNIVARIAT

Analisis Univariat pada masing-masing variable dapat dilihat pada tabel 2.

**Table 2.** Distribusi Frekuensi Dukungan Keluarga dan *Management Self-Care*

No	Variabel	Kategori	Frekuensi	Persentase
1.	Dukungan keluarga	Kurang	73	65.2
		Cukup	29	25.9
		Baik	9	8.9
		Total	111	100
2.	<i>Self-care management</i>	Kurang	50	45.0
		Cukup	39	34.9
		Baik	22	20.1
		Total	111	100

sumber: data primer terolah 2022

Tabel 2 menjelaskan bahwa responden paling banyak kurang mendapatkan dukungan keluarga dengan *self-care management* kurang yaitu 38 (34,2%). Sedangkan yang mendapatkan dukungan keluarga baik dengan *self-care management* kurang, dukungan keluarga baik dengan *self-care management* cukup dan dukungan keluarga baik dengan *self-care management* baik, masing-masing sebanyak 3 responden (2,7%).

Berdasarkan uji spearman rank dinyatakan nilai signifikan  $0,040 < 0,05$  yang artinya ada hubungan yang bermakna antara dukungan keluarga dan *self-care management*. Nilai correlation coefficient sebesar 0,195 yang artinya keeratan hubungan antara dua variable dukungan keluarga dan *self-care management* sangat rendah (Sugiyono 2017).

### PEMBAHASAN

#### Dukungan Keluarga Pada Lansia Hipertensi

Berdasarkan hasil penelitian sebagian besar responden memiliki dukungan keluarga dalam kategori kurang. Berdasarkan hasil kuesioner dukungan keluarga banyak keluarga yang belum memberikan dukungan kepada lansia baik dari dukungan emosional, dukungan instrumental, dukungan informasional, dan dukungan penilaian. Berdasarkan wawancara selama proses penelitian responden yang mendapatkan dukungan keluarga yang kurang disebabkan karena keluarga responden bekerja sehingga lansia kurang mendapatkan perhatian dari keluarga. Dukungan terhadap lansia merupakan dukungan yang sangat diperlukan bagi lansia yang sedang mengalami penurunan baik secara fisik maupun psikis. Artinya keluarga mempunyai peranan penting dalam membantu lansia mencari informasi

atau pengetahuan tentang cara pengendalian hipertensi seperti nasehat dan petunjuk tentang cara menyelesaikan masalah (Cahyawaty,2017). Menurut Ambarwari(2010) dalam Rizkiyanti (2014) bahwa dukungan keluarga dapat memperkuat setiap individu menciptakan kekuatan keluarga, mempe rbesar penghargaan terhadap diri sendiri, mempunyai potensi sebagai strategi pencegahan yang utama bagi seluruh keluarga dalam menghadapi tantangan kehidupan sehari-hari.Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Anni Sinaga,(2014) dengan hasil penelitiannya bahwa mayoritas dari lansia (54,4%) diantaranya tidak mendapatkan dukungan keluarga, sedangkan 45,6% mendapatkan dukungan keluarga. Menurut peneliti selama proses penelitian di Puskesmas Prambanan responden dengan dukungan keluarga yang kurang karena dukungan informasi tidak pernah diberikan kepada responden. Hal ini dapat disebabkan karena keluarga responden banyak yang bekerja sehingga dukungan yang diberikan kurang maksimal.

#### **Self-Care Management Pada Lansia Hipertensi**

Berdasarkan hasil penelitian sebagian besar responden memiliki *self-care management* dalam kategori kurang. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan Andri (2018) dengan hasil penelitian sebanyak 25 lansia hipertensi sebagian besar memiliki *self-care management* yang kurang yaitu sebanyak 16 orang lansia. Self-care management yang kurang pada responden karena lansia masih sering mengkonsumsi makanan yang tinggi garam, tinggi lemak, tidak mengontrol tekanan darah, tidak

mengikuti anjuran dokter, tidak patuh dalam minum obat. Manajemen perawatan diri yang baik kemungkinan disebabkan oleh beberapa factor nilai, pengetahuan, efikasi diri, dan dukungan social. Namun pelaksanaan manajemen perawatan diri didukung oleh beberapa factor namun tetap berfokus pada individu itu sendiri dalam manajemen dirinya. Teori Orem *self-care*, Orem mengatakan bahwa perawatan diri merupakan kegiatan untuk membentuk kemandirian individu guna mempertahankan kesehatan (Pakseresht, dkk 2010).

Selama proses penelitian di Puskesmas Prambanan dengan *self-care management* kurang salah satu factor yang mempengaruhi yaitu usia. Hal ini dikarenakan di penelitian ini banyak responden yang memiliki rentang usia 75-90, semakin cukup umur tingkat kematangan dan kekuatan fisik seseorang akan lebih matang dalam berpikir dan bekerja. Factor lainnya yaitu berdasarkan pendidikan karena semakin tinggi pendidikan seseorang semakin banyak informasi yang didapatkan terkait dengan penyakitnya.

#### **Dukungan Keluarga Terhadap Self-Care Management Pada Lansia**

Hipertensi merupakan penyakit yang sering disebut sebagai the silent disease karena sering tanpa keluhan, sehingga penderita tidak tahu kalau dirinya mengidap hipertensi (Kemenkes RI, 2013). Lansia merupakan usia yang beresiko tinggi terhadap penyakit-penyakit degenerative. Hal ini terjadi dikarenakan menurunnya daya tahan tubuh dan kondisi fisik dalam menghadapi berbagai penyakit pengaruh dari luar serta efisiensi

mekanisme sistem kardiovaskuler. Masalah kesehatan akibat dari proses penuaan salah satunya yaitu penyakit hipertensi. Hipertensi menjadi masalah pada lanjut usia karena sering ditemukan dan menjadi factor utama penyakit jantung (Nugroho,2018).

Faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian hipertensi pada lansia, yaitu kebiasaan mengkonsumsi garam, konsumsi makanan yang berlemak, merokok, dan kurangnya olahraga/latihan fisik (Arif&Hartina,2013). Lansia memiliki aktivitas lebih banyak dirumah, hal ini dibuktikan dengan usia lansia yang memasuki masa pension (tidak bekerja). Oleh karena itu keluarga memiliki peranan penting dalam proses pengawasan, pemeliharaan, dan pencegahan terjadinya komplikasi hipertensi dirumah. Selain itu, keluarga juga dapat memberikan dukungan dan menentukan keputusan terkait perawatanyang akan dilakukan oleh penderita hipertensi. Maka keluarga sangat berperan penting terhadap pemeliharaan kesehatan pada lansia (Tumenggung,2013). Berdasarkan hasil tabulasi silang didapatkan bahwa responden paling banyak memiliki dukungan keluarga kurang dengan *self-care management* dalam kategori kurang. Hasil analisis bivariate dari penelitian ini menggunakan sperman rank dengan bantuan program computer diketahui bahwa *p-value* sebesar 0,040. Hal ini berarti ada hubungan yang bermakna antara dukungan keluarga dengan *self-care management*. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Mahfud, dkk (2019) ada hubungan antara dukungan sosial dengan *self-care management* pada lansia hipertensi di Puskesmas Sedayu II Bantul Yogyakarta dengan

Nilai Signifikan 0,000 ( $p<0,05$ ). Berdasarkan hasil penelitian bahwa semakin banyak dukungan social yang didapatkan oleh lansia yang mengalami hipertensi maka akan semakin baik juga kemampuan menjalankan *self-care management* hipertensi. Dukungan yang diberikan dapat meningkatkan pengetahuan pada lansia dan menstabilkan emosional pada lansia hipertensi, dukungan itu dalam bentuk dukungan emosional, dukungan informasional. Dukungan instrumental. Dan dukungan penilaian. Dukungan sosial akan memberikan pengaruh terhadap tindakan serta pandangan lansia agar dapat melakukan *self-care management* dengan baik sehingga dapat meningkatkan kesehatan. Penelitian yang dilakukan oleh Osamor (2015) membuktikan bahwa dukungan keluarga sangat terkait dengan kepatuhan pengobatan hipertensi. Penelitian ini berbeda dengan penelitian Nurul (2013) mengatakan bahwa tidak ada hubungan antara dukungan keluarga dan *self-care management* pada lansia hipertensi dengan nilai  $p=0,338$  dan  $r^2=0,181$ . Hal ini mengartikan bahwa keeratan hubungan dukungan keluarga dengan *self-care management* lansia dengan hipertensi sangat lemah.

Berdasarkan hasil kuesioner penelitian, dukungan keluarga dalam kategori kurang, sedangkan *self-care management* dalam kategori baik. Hal ini didukung dari data jawaban responden, pada kuesioner dukungan keluarga indikator dukungan informasional sangat sedikit. Hasil jawaban responden pada dukungan informasional point 12, sebanyak 80 responden menjawab tidak, dalam hal ini keluarga tidak memberitahukan tentang hasil pemeriksaan

pengobatan dari dokter. selain itu point 16, sebanyak 76 responden menjawab tidak, dalam hal ini keluarga tidak mengingatkan untuk kontrol, minum obat dan makan. Pada bagian *self-care management* dalam kategori baik. Hal ini didukung dari data jawaban responden, pada kuesioner *self-care management* indikator regulasi diri sangat banyak. Hasil jawaban responden pada regulasi diri point 7, sebanyak 100 responden menjawab ya, dalam hal ini responden mengetahui dampak mengapa tekanan darah selalu berubah. Selain itu point 8, sebanyak 103 responden menjawab ya, dalam hal ini responden mengetahui tanda dan gejala tekanan darah tinggi.

Berdasarkan hasil kuesioner penelitian, dukungan keluarga dalam kategori baik, sedangkan *self-care management* dalam kategori kurang, hal ini didukung dari data responden, pada kuesioner dukungan keluarga indikator dukungan penilaian sangat banyak. Hasil jawaban responden pada dukungan penilaian point 17, sebanyak 81 responden menjawab ya, dalam hal ini keluarga selalu membimbing responden agar tetap menjaga kondisi kesehatan. Point 18 sebanyak 87 responden menjawab ya, dalam hal ini bahwa keluarga selalu menunjukkan rasa peduli kepada responden. Selain itu point 21, sebanyak 85 responden menjawab ya, dalam hal ini keluarga selalu memotivasi responden. Pada bagian *self-care management* dalam kategori kurang. Hal ini didukung dari data jawaban responden, pada kuesioner *self-care management* indikator aturan yang dapat dianjurkan sangat sedikit. Hasil jawaban responden pada indikator aturan yang dapat dianjurkan point 20, sebanyak 64 menjawab tidak, hal ini responden tidak minum obat anti

hipertensi. Point 21, sebanyak 89 responden menjawab tidak, dalam hal ini responden tidak minum obat anti hipertensi dalam waktu yang benar. Selain itu point 23, sebanyak 84 responden yang menjawab tidak, dalam hal ini responden tidak mengikuti saran dokter dan perawat dalam mengontrol tekanan darah.

## KESIMPULAN

Hasil penelitian ini dapat disimpulkan sebagai berikut: tentang hubungan dukungan keluarga dan *self-care management* di Puskesmas Prambanan Sleman Yogyakarta. Kesimpulan dari hasil penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Ada hubungan yang bermakna antara dukungan keluarga dengan *self-care management* pada lansia hipertensi di Puskesmas Prambanan
2. Dukungan keluarga pada lansia hipertensi di Puskesmas Prambana sebagian besar pada Kategori kurang
3. Self-care management pada lansia hipertensi di Puskesmas Prambanan sebagian pada kategori kurang

Sebagai bahan masukan dan ilmu kesehatan khusus lansia penderita hipertensi hendaknya lebih patuh dalam *self-care* untuk mencegah terjadi peningkatan hipertensi.

Penelitian ini dapat menambah wawasan keperawatan tentang dukungan keluarga dan perawatan diripada lansia hipertensi dalam mata kuliah medikal bedah dalam memberikan asuhan keperawatan dengan pendidikan kesehatan

maupun sebagai penunjang mahasiswa melakukan penelitian selanjutnya.

Peneliti berharap agar dilakukan penelitian yang lebih mendalam mengenai dukungan keluarga dan

*self-care management*. Peneliti berharap agar dilakukan penelitian lanjutan mengenai seberapa jauh faktor lain yang berpengaruh terhadap dukungan keluarga dan *self-care management* seperti faktor kualitas hidup.

#### DAFTAR PUSTAKA

- WHO, a global brief on hypertension: silent killer, global public health crisis[internet]. Switzerland: World Health Organization; 2019 [disitasi tanggal 4 Oktober 2016]. Tersedia dari: [http://www.ish-world.com/downloads/pdf/global\\_brief\\_hypertension.pdf](http://www.ish-world.com/downloads/pdf/global_brief_hypertension.pdf)
- Ihsan Kurniawan, S. (2019). Hubungan Olahraga, Stress dan Pola Makan dengan Tingkat Hipertensi di Posyandu Lansia di Kelurahan Sudirejo I Kecamatan Medan Kota . *Journal of Health Science and Physiotherapy*, 1(1), 10–17.
- Kemensekes RI. (2018). Riset Kesehatan Dasar. Jakarta : Badan penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan Republik Indonesia
- Kemenkes RI.(2017).Infodatin Hipertensi.Jakarta : Kementerian Kesehatan RI. (diakses 19 Desember 2016).
- Wachyu, N. Hubungan Antara Dukungan Keluarga dan Self Care Management Lansia dengan Hipertensi di Posyandu Lansia Kelurahan Manyar Sabrangan Surabaya. 2014. Fakultas Keperawatan Universitas Airlangga. Available From:<http://journal.umpo.ac.id/index.php/IJHS/article/view/725>
- Gunawan, Lani. (2017). Hipertensi tekanan darah tinggi. Yogyakarta : Kanisius
- Tumenggung, I (2013). Hubungan Dukungan Sosial Keluarga dengan Kepatuhan Diet Hiper tensi DI RSUD Toto Kabila Kabupaten Bone Bolong, Vol 1).
- Flynn, Sarah J et al 2013, 'Facilitators and barriers to hypertension selfmanagement in urban African Americans: perspectives of patients and family members', *NCBI Journal*, vol. 07, hal. 741-749, diakses 10 Maret 2014.<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3743518/>.
- Hayes, M K. Influence of age and health behaviors on stroke risk: lesson from longitudinal studies. *National Institutes of Health*. 2010; 58(Suppl 2): S325-S328. Tersedia secara online di <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3006180/> diakses pada 17 Maret 2016.

- Sugiyono. Buku Statistika Untuk Penelitian Bandung: 2017.
- Ambarwati (2011). Hubungan Antara Pengetahuan Dengan Sikap Motivasi dan Partisipasi Suami Dalam Keluarga Berencana di Puskesmas Kedawung Sragen. Jurnal Unimus, Vol.1, No.1
- Sinaga, Anni. (2015). Hubungan Dukungan Keluarga dengan Pencegahan Hipertensi pada Lansia. Diperoleh tanggal 22 Maret 2018.
- Pakseresht, M. et al. (2010). Awareness Of Chronic Disease Diagnosis Amongst Family Members Is Associated With Healthy Dietary Knowledge But Not Behaviour Amongst Inuit In Arctic Canada. Journal of Hummannutrition And Dietetics.
- Dewi, A. R. dkk. (2018). Hubungan Dukungan Keluarga dengan kepatuhan hipertensi yang berobat dirumah sakit rujukan primer dan faktor-faktor yang memengaruhi. Di akses pada tanggal 23 Februari 2019. Pukul 21.00. Bolango. J Kesehat Gorontalo (Internet). 2013;9(16):100-5. Available from:<http://ejurnal.ung.ac.id/index.php/JHSarticle/view/108>
- Nugroho,P.S (2018). Faktor- faktor obesitas Dan Kolesterol TerhadapHipertensi Di Indonesia (Indonesia Family Life Survey). Jurnal Gizi Dan Kesehatan,2 (2),2018,44-48
- Kemenkes (2013). Info Datin Hipertensi. Jakarta: Pusat Data Informasi Kementerian Kesehatan
- Tumenggung I. Hubungan Dukungan Sosial Keluarga Dengan Diit Hipertensi Di Rsud Toto Kabila Kanupaten Bone Osamor PE. Social support and management of hypertension in southwest nigeria. Cardiovasc J Afr [internet].2015 [disitasi tanggal 1 November 2016]; 26: 29-33.