

**HUBUNGAN PERANAN KELUARGA DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI DAN  
UPAYA PENCEGAHAN HIPERTENSI DI PADUKUHAN KARANGPLOSO  
MAGUWO HARJO YOGYAKARTA**

**NASKAH PUBLIKASI**

Disusun Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh

Gelar Sarjana Keperawatan (S1)



**Oleh**

**Veronika Bili**

**KP.20.01.438**

**PRODI KEPERAWATAN PROGRAM SARJANA  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN WIRA HUSADA  
YOGYAKARTA**

**2024**





**NASKAH PUBLIKASI**

**HUBUNGAN PERANAN KELUARGA DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI DAN  
UPAYA PENCEGAHAN HIPERTENSI DI PADUKUHAN KARANGPLOSO  
MAGUWO HARJO YOGYAKARTA**

Disusun Oleh:

Veronika Bili

KP.20.01.438

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji pada tanggal 31 JULI 2024.....

**Susunan Dewan Penguji**

**Ketua Dewan Penguji**

**Antok/Nurwidi Antara, S.Kep.,Ns.,M.Kep**

**Penguji I / Pembimbing Utama**

**Dr. Sri Herwiyanti.Ms**

**Penguji II / Pembimbing Pendamping**

**Anida.,S.Kep.,Ns.,M.Sc**

Naskah Publikasi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan

Yogyakarta, 27 Agustus 2024

**Ketua Prodi Keperawatan Program Sarjana**



**Yuli Ernawati, S.Kep., Ns., M.Kep.**



# HUBUNGAN PERANAN KELUARGA DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI DAN UPAYA PENCEGAHAN HIPERTENSI DI PADUKUHAN KARANGPLOSO MAGUWOHARJO YOGYAKARTA

Veronika Bili<sup>1</sup>, Sri Herwiyanti<sup>2</sup>, Anida<sup>3</sup>

## INTISARI

**Latar belakang:** Hipertensi atau yang biasa disebut tekanan darah tinggi merupakan peningkatan tekanan darah sistolik di atas batas normal yaitu lebih dari 140 mmHg dan tekanan darah diastolik lebih dari 90 mmHg (WHO, 2013). Penyakit hipertensi atau tekanan darah tinggi adalah salah satu jenis penyakit yang banyak menimbulkan kematian dan usia lanjut rentan menderita hipertensi (Fauzi, 2014). Peranan keluarga sangat diperlukan oleh seorang penderita hipertensi. Keluarga dapat berperan sebagai motivator terhadap anggota keluarganya yang sakit sehingga mendorong pasien untuk tetap berpikir positif terhadap sakitnya dan patuh terhadap pengobatan yang dianjurkan oleh tenaga kesehatan (Violita, 2015).

**Tujuan penelitian:** Mengetahui hubungan peranan keluarga dengan kejadian hipertensi dan upaya pencegahan hipertensi di Padukuhan Karangploso Maguwoharjo Yogyakarta

**Metode penelitian:** Jenis penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan menggunakan *nonprobability sampling* dengan pengambilan sampel menggunakan teknik *Kuota Sampling* dengan 68 orang. Alat ukur menggunakan

**Hasil:** Hasil penelitian ini menunjukkan peranan keluarga responden Baik sebagian besar (98.5%) dengan tingkat kejadian hipertensi berada pada kategori “ringan” dengan jumlah 32 responden (47,1%) dan upaya pencegahan hipertensi Baik sebagian besar (98.5). Terdapat hubungan antara peranan keluarga dengan kejadian hipertensi di Padukuhan Karangploso Maguwoharjo Yogyakarta nilai sig 0,040 dan terdapat hubungan antara peranan keluarga dan upaya pencegahan hipertensi di Padukuhan Karangploso Maguwoharjo Yogyakarta nilai (*sig* 0.003).

**Kesimpulan:** Ada Hubungan Antara Peranan Keluarga Dengan Kejadian Hipertensi Dan Upaya Pencegahan Hipertensi.

**Kata kunci:** *Peranan Keluarga, Kejadian Hipertensi, Upaya Pencegahan Hipertensi*

---

<sup>1</sup> Mahasiswa Program Studi Keperawatan (S1) STIKES Wira Husada Yogyakarta

<sup>2</sup> Dosen Dosen Program Studi Keperawatan dan Ners STIKES Wira Husada Yogyakarta

<sup>3</sup> Dosen Program Studi Keperawatan dan Ners STIKES Wira Husada Yogyakarta

# THE RELATIONSHIP OF THE ROLE OF THE FAMILY WITH THE INCIDENT OF HYPERTENSION AND EFFORTS TO PREVENT HYPERTENSION IN PADUKUHAN KARANGPLOSO MAGUWOHARJO YOGYAKARTA

Veronika Bili<sup>1</sup>, Sri Herwiyanti<sup>2</sup>, Anida<sup>3</sup>

## ABSTRACT

**Background:** Hypertension or what is commonly called high blood pressure is an increase in systolic blood pressure above the normal limit, namely more than 140 mmHg and diastolic blood pressure more than 90 mmHg (WHO, 2013). Hypertension or high blood pressure is a type of disease that cause many deaths and the elderly are vulnerable to suffering from hypertension (Fauzi, 2014). The Role of The Family Is Very Necessary for Someone with Hypertension. The Family Can Act as A Motivator for Sick Family Members, Thereby Encouraging Patients to Remain Positive About Their Illness and Comply with The Treatment Recommended by Health Workers (Violita, 2015).

**Purpose of research:** To determine the relationship between the role of the family and the incidence of hypertension and efforts to prevent hypertension in Padukuhan Karangploso Maguwoharjo Yogyakarta.

**Methods of research:** This research uses a quantitative method using nonprobability sampling with sampling using the Quota Sampling technique with 68 people. The measuring tool uses a questionnaire. Data were processed and analyzed using the Spearman Rank test with a significance level of  $p < 0.05$

**Results:** The results of this study show that the role of family respondents is mostly good (98.5%) with the incidence of hypertension being in the "mild" category with a total of 32 respondents (47.1%) and the majority of hypertension prevention efforts are good (98.5). There is a relationship between the role of the family and the incidence of hypertension in Padukuhan Karangploso Maguwoharjo Yogyakarta with a sig value of 0.040 and there is a relationship between the role of the family and efforts to prevent hypertension in Padukuhan Karangploso Maguwoharjo Yogyakarta (sig 0.003).

**Conclusion:** There Is a Relationship Between the Role of The Family and The Incidence of Hypertension and Efforts to Prevent Hypertension

**Keywords:** *Role Of the Family, Incident of Hypertension, Efforts to Prevent Hypertension*

---

<sup>1</sup> Student of Nursing Study Program (S1) STIKES Wira Husada Yogyakarta

<sup>2</sup> Lecturer of Nursing and Nurse Study Program STIKES Wira Husada Yogyakarta

<sup>3</sup> Lecturer of Nursing and Nurse Study Program STIKES Wira Husada Yogyakarta





## PENDAHULUAN

Penyakit tidak menular memang sering kali berkembang perlahan dan merupakan hasil dari berbagai faktor seperti genetik, fisiologis, lingkungan, dan perilaku individu. Jenis-jenis PTM yang disebutkan, seperti serangan jantung, stroke, hipertensi, kanker, PPOK, asma, dan diabetes, memang memiliki dampak yang signifikan terhadap kesehatan masyarakat di seluruh dunia. Upaya pencegahan dan pengelolaan penyakit ini sangat penting untuk mengurangi beban penyakit dan meningkatkan kualitas hidup individu <sup>1</sup>.

Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), sekitar 1.134,44 juta orang di seluruh dunia menderita tekanan darah tinggi pada tahun 2018. Artinya, satu dari tiga orang di seluruh dunia didiagnosis mengidap tekanan darah tinggi. Jumlah penderita hipertensi terus meningkat setiap tahunnya, dan diperkirakan pada tahun 2025, sekitar 1,5 miliar orang akan menderita hipertensi setiap tahunnya dan diperkirakan 10,44 juta orang akan meninggal karena hipertensi disertai komplikasi. Berdasarkan hasil Riskesdas 2018, diperkirakan prevalensi hipertensi di Indonesia meningkat dari 25,8% pada tahun 2013 menjadi 34,1% pada tahun 2018, dan selanjutnya akan meningkat sekitar 80% pada tahun 2025 <sup>2</sup>.

Prevalensi hipertensi di Indonesia memang mengalami peningkatan yang signifikan dalam beberapa tahun terakhir. Pada tahun 2013, prevalensi hipertensi pada orang dewasa di Indonesia mencapai 25,8%, yang merupakan salah satu yang tertinggi di antara penyakit tidak menular lainnya seperti stroke dan penyakit sendi. Faktor-faktor seperti perubahan gaya hidup, pola makan yang tidak sehat, kurangnya aktivitas fisik, serta faktor genetik dapat berkontribusi pada meningkatnya prevalensi hipertensi di masyarakat Indonesia. Selain itu, perbedaan prevalensi di berbagai daerah juga dapat dipengaruhi oleh faktor-faktor lingkungan dan sosial ekonomi yang berbeda. Penting untuk terus melakukan survei dan pemantauan terhadap prevalensi hipertensi secara berkala guna mengidentifikasi trend dan memperkuat kebijakan kesehatan yang sesuai. Upaya pencegahan yang terfokus pada edukasi masyarakat tentang pentingnya deteksi dini, pengelolaan tekanan darah, dan gaya hidup sehat juga sangat penting untuk mengurangi beban hipertensi di Indonesia<sup>3</sup>.

Peran keluarga sangat penting bagi penderita darah tinggi. Anggota keluarga dapat bertindak sebagai motivator bagi orang tercinta yang sakit, mendorong pasien untuk bersikap positif terhadap penyakitnya dan mematuhi pengobatan yang direkomendasikan oleh profesional medis <sup>4</sup>.

Berdasarkan data Dinas Kesehatan Daerah Istimewa Yogyakarta tahun 2022, prevalensi hipertensi terukur tertinggi terdapat di Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta yaitu di Kabupaten Sleman sebanyak 4.624 jiwa. Data Dinas Kesehatan tahun 2022 menunjukkan adanya peningkatan penderita darah tinggi. Hipertensi menduduki peringkat pertama penyakit terbanyak di Kabupaten Sleman. Secara khusus, Padukuhan Karangploso Maguwoharjo Yogyakarta berpenduduk 213 jiwa (98 laki-laki dan 115 perempuan).

## METODE

Jenis penelitian ini menggunakan metode kuantitatif. Karena data variabel independen dan dependen dikumpulkan dan diamati secara bersamaan, hal ini ditentukan oleh peneliti dan dapat menjelaskan hubungan peranan keluarga dengan kejadian hipertensi dan upaya pencegahan hipertensi. Pada desain penelitian ini, sampel yang dikumpulkan adalah pasien hipertensi yang memenuhi kriteria.

## HASIL

### 1. Karakteristik responden

- a. Karakteristik responden berdasarkan usia

**Tabel 4**  
**Distribusi frekuensi berdasarkan usia di Padukuhan Karangploso Maguwoharjo Yogyakarta 2024.**

No	Usia	<i>Frekuensi</i> <i>F</i>	<i>Presentase</i> <i>%</i>
1	Dewasa awal(39-48Thn)	2	2.9
2	Dewasa akhir(49-58Thn)	15	22.1
3	Lansia awal(59-68Thn)	32	47.1
4	Lansia akhir(69-78Thn)	16	23.5
5	Masa manula(79-atas)	3	4.4
Total		68	100.0

Sumber: Data umum responden di Padukuhan Karangploso Maguwoharjo

Berdasarkan Tabel 4 terlihat rata-rata usia responden di Padukuhan Karangploso Maguwoharjo usia terbanyak adalah 32 tahun.

- b. Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin di Padukuhan Karangploso Maguwoharjo Yogyakarta

**Tabel 5**  
**Distribusi frekuensi berdasarkan jenis kelamin**  
**responden di Padukuhan Karangploso**  
**Maguwoharjo**

No	Jenis Kelamin	Frekuensi ( <i>f</i> )	Presentase (%)
1	Laki-laki	30	44.1
2	Perempuan	38	55.9
Total		68	100.0

*Sumber: Data umum responden penelitian di Padukuhan Karangploso Maguwoharjo*

Tabel 5 menunjukkan bahwa laki-laki sebanyak 30 responden (44,1%) dan perempuan sebanyak 38 responden (55,9%).

- c. Karakteristik responden berdasarkan pekerjaan Padukuhan Karangploso Maguwoharjo

**Tabel 6**  
**Distribusi frekuensi responden Padukuhan Karangploso**  
**Maguwoharjo berdasarkan pekerjaan**

No	Pekerjaan	Frekuensi ( <i>f</i> )	Presentase (%)
1	Swasta	13	19.1
2	PNS	12	17.6
3	IRT	25	36.8
4	Petani	5	7.4
5	Dukuh	1	1.5
6	Buruh	8	11.8
7	Wirausaha	4	5.9
Total		68	100.0

*Sumber: Data umum responden penelitian di Padukuhan Karangploso Maguwoharjo*

Tabel 6 ibu rumah tangga memiliki jumlah pekerjaan terbanyak dengan karakteristik responden di Padukhan Karangploso Maguwoharjo Yogyakarta yaitu 25 orang (36,8%).

## 2. Analisis uji univariat

### a. Peranan keluarga

**Tabel 7**  
**Analisis univariat peranan keluarga Padukuhan Karangploso Maguwoharjo Yogyakarta**

No	Variabel	frekuensi	presentase (%)
	Baik	67	98,5
	Cukup	1	1,5
	Total	68	100

*Sumber: data primer, 2024*

Berdasarkan Tabel 7 terlihat bahwa peran keluarga responden sebagian besar berada pada kategori “baik” (98,5%).

### b. Upaya Pencegahan Hipertensi

**Tabel 8**  
**Analisis univariat upaya pencegahan hipertensi di Padukuhan Karangploso Maguwoharjo Yogyakarta**

No	Variabel	Frekuensi	presentase (%)
	Baik	67	98,5
	Cukup	1	1,5
	Total	68	100

*Sumber: data primer, 2024*

Berdasarkan Tabel 8 terlihat bahwa Upaya pencegah hipertensi sebagian besar masuk dalam kategori “baik” (98,5%).

### c. Kejadian Hipertensi

**Tabel 9**  
**Kejadian Hipertensi di Padukuhan Karangploso Maguwoharjo Yogyakarta**

No	Tekanan Darah	Frekuensi (f)	Presentase (%)
1	Normal (120-139/80-89mmHg)	29	42.6
2	Ringan (140-159/90-99mmHg)	32	47.1
3	Sedang (160-179/100-110mmHg)	7	10.3
	Total	68	100.0

*Sumber: data primer 2024*

Berdasarkan temuan pada Tabel 9, jumlah penderita hipertensi ringan di Padukuhan Karangploso Maguwoharjo, Yogyakarta menunjukkan kategori

yang paling banyak adalah “ringan” (140-159/90-99 mmHg) 32 orang (47,1%).

### 3. Analisis bivariat

**Tabel 10**  
**Analisis Bivariat Peran Keluarga Dengan Kejadian Hipertensi di Padukuhan Karangploso Maguwoharjo Tahun 2024**

Peranan keluarga	Kejadian hipertensi										Sig	Correlation coefficient
			Normal		Ringan		Sedang		Total			
	n	%	N	%	N	%	N	%	N	%		
Baik	67	98,5	29	42,6	32	47,1	7	10,3	68	100	0,040	0,50
Cukup	1	1,5										
<b>Total</b>	<b>68</b>	<b>100</b>										

Sumber: data primer 2024

Berdasarkan Tabel 10 didapatkan hasil antara peranan keluarga dengan kejadian hipertensi diketahui penderita hipertensi. Peranan keluarga responden sebagian besar berada pada kategori “baik” 67 responden (98,5%) dengan tingkat kejadian hipertensi berada pada kategori “ringan” dengan jumlah 32 responden (47,1%).

Hasil uji statistik menggunakan uji *Spearman Rank* menunjukkan bahwa nilai adalah  $0,040 < 0,05$ . Dengan demikian, terdapat hubungan antara peranan keluarga dan kejadian hipertensi di Padukuhan Karangploso Maguwoharjo Yogyakarta. Koefisien korelasi sebesar 0,250 mengindikasikan bahwa tingkat kekuatan hubungan antara peranan keluarga dan kejadian hipertensi adalah lemah. Angka koefisien korelasi yang positif (0,250) menunjukkan bahwa semakin baik peranan keluarga, semakin rendah tingkat kejadian hipertensi. Dengan kata lain, terdapat kecenderungan bahwa peranan keluarga yang baik berkorelasi dengan penurunan kejadian hipertensi pada populasi yang diteliti di lokasi tersebut.

**Tabel 11**  
**Analisis Bivariat Peran Keluarga dan Upaya Pencegahan Hipertensi di**  
**Padukuhan Karangploso Maguwoharjo Tahun 2024.**

Peranan keluarga	Upaya Pencegahan Hipertensi						Sig	Correlation coefficient
	Baik		Cukup		Total			
	N	%	N	%	n	%		
Baik	67	98,5%	1	1,5%	68	100%	0,003	0,359
Cukup	1	1,5%						
Total	68	100%						

Sumber: data primer 2024

Berdasarkan Tabel 11 didapatkan hasil antara peranan keluarga dan upaya pencegahan hipertensi diketahui penderita hipertensi peranan keluarga berada pada kategori “baik” berjumlah 67 responden (98,5%) sedangkan peranan keluarga dengan kategori “cukup” berjumlah 1 responden (1,5%) dan upaya pencegahan hipertensi juga berkategori “baik” dengan jumlah 67 responden (98,5%) sedangkan upaya pencegahan dengan kategori “cukup” 1 responden (1,5%).

Berdasarkan hasil uji statistik menggunakan uji *Spearman Rank*, ditemukan bahwa nilai p adalah  $0,003 < 0,05$ . Hal ini menunjukkan adanya hubungan antara peranan keluarga dan upaya pencegahan hipertensi di Padukuhan Karangploso Maguwoharjo Yogyakarta. Koefisien korelasi sebesar 0,359 menunjukkan bahwa hubungan antara peranan keluarga dan upaya pencegahan hipertensi adalah lemah. Nilai positif dari koefisien korelasi (0,359) menunjukkan bahwa semakin baik peranan keluarga, semakin meningkat upaya pencegahan hipertensi. Dengan kata lain, peningkatan peranan keluarga dapat berkontribusi dalam meningkatkan upaya pencegahan hipertensi pada penduduk yang diteliti di lokasi tersebut.

## PEMBAHASAN

### 1. Karakteristik Responden

Karakteristik digunakan untuk melihat ragam jenis dari responden yang diambil oleh peneliti, dengan melihat dari jenis kelamin, umur, dan pekerjaan

#### a) Jenis Kelamin

Berdasarkan hasil penelitian mendapatkan hasil bahwa yang cenderung mengalami hipertensi lebih banyak perempuan, dari hasil penelitian di dapatkan

hasil pada penderita yang berjenis kelamin perempuan mudah stres dan tidak tau cara menangani stresnya sehingga menimbulkan terjadinya hipertensi.

Hasil karakteristik responden menunjukkan sebagian besar perempuan sebanyak 38 (55,9%) responden. Jenis kelamin adalah perbedaan antara perempuan dan laki-laki secara biologis dan fungsi biologis laki-laki dan perempuan tidak dapat dipertukarkan diantara keduanya, dan fungsinya tetap dengan laki-laki dan perempuan yang ada di muka bumi <sup>5</sup>. Jenis kelamin merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi tekanan darah <sup>6</sup>. Perempuan cenderung hipertensi dari pada laki-laki. Perempuan yang belum menopause dilindungi oleh hormon estrogen yang berperan dalam peningkatan kadar (*High Density Lipoprotein*).

#### **b) Umur**

Hasil karakteristik responden menunjukkan bahwa responden sebagian besar berumur dewasa akhir (49-58<sup>th</sup>) sebanyak 15 (22,1%) responden, umur lansia awal (59-68<sup>th</sup>) sebanyak 32 (47,1%) responden dan usia lansia akhir (69-78<sup>th</sup>) sebanyak 16 (23,5%) responden. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden berusia di dewasa akhir, lansia awal dan lansia akhir. Umur merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi tekanan darah. Umur berkaitan dengan tekanan darah tinggi (hipertensi) semakin tua seseorang maka semakin besar resiko terserang hipertensi. Faktor usia berpengaruh terhadap kejadian hipertensi, dengan bertambahnya usia maka risiko mengalami hipertensi juga semakin tinggi<sup>7</sup>. Semakin bertambahnya umur akan meningkat faktor hipertensi karena anatomi tubuh mengalami perubahan arteri kehilangan kelenturannya yang mengakibatkan pembuluh darah menjadi kaku dan sempit sehingga tekanan darah meningkat. Umur merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi

#### **c) Pekerjaan**

Hasil karakteristik responden menunjukkan bahwa responden sebagian besar sebagai Ibu Rumah Tangga 25 (36,8%) responden sedangkan yang Swasta 13 (19,1%) responden. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden yang sebagai Ibu Rumah Tangga dan sebaaian yang Swasta. Pekerjaan

merupakan aktivitas pokok yang pada umumnya dilakukan oleh masyarakat. Bekerja dalam masyarakat dimaksudkan untuk mendapatkan penghasilan yang digunakan untuk membiayai kebutuhan sehari-hari. Tuntutan pekerjaan, lamanya waktu bekerja, dan jenis pekerjaan memiliki pengaruh terhadap penghasilan yang didapatkan oleh seorang individu.

## **2. Peranan Keluarga di Padukuhan Karangploso Maguwoharjo Yogyakarta**

Berdasarkan hasil penelitian tentang peran keluarga dalam upaya pencegahan hipertensi di Padukuhan Karangploso Maguwoharjo Yogyakarta, sebagian besar responden (98.5%) memiliki peran keluarga yang dapat dikategorikan sebagai "Baik", sementara hanya sebagian kecil (1.5%) memiliki peran keluarga yang dikategorikan sebagai "Cukup" dalam mendukung upaya pencegahan hipertensi.

<sup>8</sup>Keluarga merupakan unit kecil dalam masyarakat yang terdiri dari individu-individu yang memiliki hubungan erat satu sama lain. Anggota keluarga saling tergantung dan berorganisasi dalam satu unit untuk mencapai tujuan bersama<sup>9</sup>. Menyebutkan bahwa salah satu peran anggota keluarga adalah mengingatkan untuk melakukan pemeriksaan kesehatan secara teratur. Mereka juga mendorong untuk menjaga kebersihan dan kesehatan.

<sup>10</sup>Keluarga adalah unit terkecil dalam masyarakat. Ini berarti keluarga terdiri dari kepala keluarga, anggota keluarga lainnya, dan mereka tinggal bersama di bawah atap yang sama. Keluarga juga dianggap sebagai sistem sosial yang memenuhi kepercayaan, emosi, tujuan, aturan posisi, dan kewajiban masing-masing anggota keluarga <sup>11</sup>.

Peranan keluarga di padukuhan Karangploso Maguwoharjo keluarga menjadi pilar utama dalam pendidikan, ekonomi, sosial budaya, kesehatan, agama, serta dukungan emosional. Mereka berfungsi sebagai unit dasar yang memastikan kelangsungan dan kesejahteraan individu serta komunikasi secara keseluruhan. Dengan menjaga nilai-nilai tradisional dan beradaptasi, keluarga di Padukuhan Karangploso Maguwoharjo terus berperan sebagai cabang utama dalam membentuk karakter dan kesejahteraan masyarakat setempat.

Perbandingan dengan peneliti lainnya akses terhadap fasilitas kesehatan, makanan sehat, dan teknologi sangat mempengaruhi pendekatan yang diambil. Dengan demikian, meskipun prinsip pencegahan hipertensi serupa, seperti edukasi, gaya hidup sehat, dan pemantauan kesehatan, implementasinya dapat bervariasi secara signifikan berdasarkan konteks lokal, akses sumber daya, budaya, dan kebijakan kesehatan.

### **3. Upaya Pencegahan Hipertensi di Padukuhan Karangploso Maguwoharjo Yogyakarta**

Berdasarkan hasil penelitian tentang upaya pencegahan hipertensi di Padukuhan Karangploso Maguwoharjo Yogyakarta, mayoritas responden (98.5%) menunjukkan upaya pencegahan hipertensi yang dapat dikategorikan sebagai "Baik".

Upaya pencegahan hipertensi sendiri dapat dibagi menjadi tiga kategori, yaitu Pencegahan primer adalah upaya awal untuk mencegah seseorang mengalami hipertensi. Tujuan utama dari pencegahan primer adalah mengurangi insidensi atau kejadian baru penyakit hipertensi dengan mengendalikan faktor-faktor risiko yang diketahui dapat mempengaruhi hipertensi. Upaya pencegahan primer meliputi edukasi dan penyuluhan kepada individu dan masyarakat tentang faktor-faktor risiko hipertensi, seperti pola makan tidak sehat, kurangnya aktivitas fisik, kelebihan berat badan, konsumsi alkohol berlebihan, dan stres. Selain itu, pencegahan primer juga mencakup promosi gaya hidup sehat, seperti mendorong diet rendah garam, konsumsi buah dan sayuran yang cukup, rutin berolahraga, mengelola stres, serta menghindari kebiasaan merokok. Target utama dari pencegahan primer adalah individu-individu yang berisiko tinggi terkena hipertensi, seperti mereka yang memiliki riwayat keluarga dengan hipertensi, usia lanjut, atau gaya hidup tidak sehat.

Upaya pencegahan sekunder lebih banyak dilakukan dalam penelitian ini pada penderita hipertensi karena fokus utama adalah untuk mencegah komplikasi yang lebih serius seperti penyakit jantung, stroke, atau kerusakan organ lainnya. Pada tahap ini, penderita hipertensi sudah terdiagnosis, sehingga intervensi dilakukan untuk mengontrol tekanan darah dan mencegah perkembangan penyakit lebih lanjut. Pencegahan sekunder termasuk dalam pengelolaan gaya hidup, penggunaan obat-

obat antihipertensi, serta pemantauan rutin tekanan darah untuk menghindari dampak jangka panjang yang berbahaya.

Pencegahan sekunder, di sisi lain, adalah upaya untuk mencegah kondisi hipertensi yang sudah terjadi agar tidak menjadi lebih buruk atau menjadi kronis. Ini melibatkan diagnosis dini dan pengobatan yang tepat bagi individu yang sudah terdiagnosis menderita hipertensi, serta pemeriksaan tekanan darah secara rutin dan kepatuhan terhadap rencana pengobatan.

Dalam konteks Padukuhan Karangploso Maguwoharjo Yogyakarta, hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas penduduk telah melakukan upaya pencegahan hipertensi dengan baik. Hal ini mencerminkan adanya kesadaran dan tindakan nyata dalam menghadapi masalah kesehatan ini di tingkat keluarga dan masyarakat. Perilaku pencegahan ini dapat dipahami sebagai respons individu terhadap stimulus atau faktor-faktor yang mempengaruhi kesehatan, seperti layanan kesehatan, pola makan, lingkungan, dan lainnya<sup>12</sup>.

Upaya pencegahan hipertensi yang baik di Padukuhan Karangploso Maguwoharjo Yogyakarta mencerminkan pentingnya peran edukasi dan kesadaran masyarakat dalam mengelola dan mencegah penyakit hipertensi, yang merupakan salah satu faktor risiko utama penyakit jantung dan stroke.

Menurut pendapat peneliti pentingnya untuk memberikan penyuluhan tentang faktor risiko dan pencegahan hipertensi, termasuk pola makan sehat dan gaya hidup aktif. Promosi diet rendah garam, konsumsi buah dan sayuran, serta rutin berolahraga sangat dianjurkan. Pemeriksaan tekanan darah secara rutin dan akses mudah ke layanan kesehatan perlu di tingkatkan. Partisipasi aktif masyarakat dalam program pencegahan dan perawatan sangat penting untuk menciptakan lingkungan yang mendukung gaya hidup sehat.

#### **4. Hubungan antara peranan keluarga dengan kejadian hipertensi di Padukuhan Karangploso Maguwoharjo Yogyakarta**

Menurut hasil penelitian di Padukuhan Karangploso Maguwoharjo Yogyakarta, sebagian besar responden menunjukkan peranan keluarga yang positif, dengan 67 orang (98,5%) memiliki peranan keluarga yang baik, sementara hanya 1 orang (1,5%) memiliki peranan keluarga yang cukup. Sehubungan dengan kejadian hipertensi, 29

responden (42,6%) dikategorikan sebagai "normal", 32 responden (47,1%) mengalami hipertensi ringan, dan 7 responden (10,3%) mengalami hipertensi sedang.

Keluarga merupakan elemen yang sangat penting dalam struktur sosial masyarakat, bahkan dalam konteks ekonomi. Meskipun merupakan unit terkecil, peran keluarga sangat krusial dalam menjaga kesehatan dan keselamatan anggotanya. Tanpa keberadaan keluarga, sistem sosial tidak akan terbentuk secara kokoh. Hal ini dikarenakan masyarakat yang berfungsi baik dimulai dari peran yang dimainkan oleh keluarga dalam memberikan dukungan, mengatur perilaku sehari-hari, serta mempromosikan kesehatan dan kesejahteraan anggotanya<sup>13</sup>.

Keluarga mempunyai peranan yang sangat besar terhadap kesehatan anggota keluarga sehingga keluarga mempunyai peranan yang besar terhadap penderita hipertensi. Hipertensi merupakan penyakit kronis yang memerlukan pengobatan seumur hidup. Penderita hipertensi yang tinggal bersama anggota keluarga akan menerima dukungan sosial dari keluarga. Dukungan keluarga pada penderita hipertensi dapat membantu mendorong pengembangan kebiasaan kepatuhan pengobatan sehari-hari, meskipun juga harus mengikuti instruksi dokter sehingga kenaikan tekanan darah dapat dikendalikan. Peranan keluarga meliputi peranan dalam menyediakan makanan rendah garam, mengurangi asupan makanan berlemak, dan mengikuti jadwal pengobatan dokter<sup>14</sup>.

Salah satu upaya mengurangi frekuensi kejadian darah tinggi atau komplikasi yang timbul akibat hipertensi, adalah perubahan gaya hidup. Perubahan gaya hidup dapat dilakukan antara lain pengaturan perilaku makan dengan membatasi asupan garam, lemak, dan alkohol, berhenti merokok, mengontrol berat badan, aktivitas fisik, istirahat dan tidur yang cukup. Armstrong, menjelaskan bahwa faktor eksternal yaitu faktor keluarga memegang peranan terbesar dan paling lama dalam membentuk sikap dan perilaku individu. Hal ini dikarenakan kedisiplinan orang tua membentuk kebiasaan anak yang secara tidak langsung mempengaruhi gaya hidup anak. Keluarga adalah sistem pendukung yang paling penting untuk menjaga kesehatan<sup>15</sup>.

Peneliti berpendapat bahwa peranan keluarga sangat berpengaruh terhadap kejadian hipertensi di Padukuhan Karangploso Maguwoharjo, dukungan dalam pola makan, aktifitas fisik, pemantauan kesehatan, manajemen stres, edukasi kesehatan,

dan kebiasaan hidup sehat yang dilakukan oleh keluarga dapat menurunkan risiko hipertensi. Oleh karena itu, memperkuat peranan keluarga dalam upaya pencegahan dan pengelolaan hipertensi merupakan langkah penting untuk meningkatkan kesehatan masyarakat di wilayah Padukuhan Karangploso Maguwoharjo.

#### **5. Hubungan antara peranan keluarga dan upaya pencegahan hipertensi di Padukuhan Karangploso Maguwoharjo Yogyakarta**

Berdasarkan hasil penelitian di Padukuhan Karangploso Maguwoharjo Yogyakarta, mayoritas responden memiliki peran keluarga yang baik dalam mendukung upaya pencegahan hipertensi. Sebanyak 67 orang (98.5%) menunjukkan peran keluarga yang baik, sementara hanya 1 orang (1.5%) memiliki peran keluarga yang cukup. Hasil analisis statistik juga menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara peran keluarga dengan kejadian hipertensi dan upaya pencegahan hipertensi, dengan nilai sebesar signifikansi 0.003 yang lebih kecil dari tingkat p-value 0.05.

Namun, dengan semakin kompleksnya tuntutan modern dan hilangnya fungsi pemeliharaan keluarga secara tradisional, seperti yang dijelaskan oleh <sup>16</sup>. Beberapa tanggung jawab untuk perawatan kesehatan dan perhatian kepada anggota keluarga yang sakit atau lanjut usia seringkali dialihkan kepada lembaga pemerintahan atau masyarakat seperti rumah sakit atau panti jompo. Hal ini dapat mengurangi kesempatan keluarga untuk memberikan perhatian langsung kepada penderita hipertensi atau anggota keluarga lain yang membutuhkan perawatan kesehatan khusus.

Dalam konteks pencegahan hipertensi, pendekatan pencegahan dapat dibagi menjadi tiga tingkatan: pencegahan primer, sekunder, dan tersier. Pencegahan primer bertujuan untuk mencegah hipertensi sebelum seseorang mengalaminya. Upaya pencegahan primer meliputi serangkaian tindakan yang dapat dilakukan oleh individu untuk mengurangi risiko terkena hipertensi.

## **KESIMPULAN**

### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian tentang pengetahuan pasien hipertensi terkait peranan keluarga dengan kejadian dan upaya pencegahan hipertensi di Padukuhan Karangploso Maguwoharjo, dapat diambil beberapa kesimpulan sebagai berikut:

1. Karakteristik responden

Berdasarkan hasil penelitian responden terbanyak pada penelitian ini yaitu umur (lansia awal 59-68 tahun), Pekerjaan (Ibu Rumah Tangga), Jenis Kelamin (Perempuan), Tekanan Darah (Ringan 140-159/90-99mmHg).

2. Peranan keluarga di Padukuhan Karangploso Maguwoharjo Yogyakarta dengan kategori Baik 67 orang (98.5%) dan kategori Cukup 1 orang (1.5%).

3. Upaya pencegahan hipertensi di Padukuhan Karangploso Maguwoharjo Yogyakarta dengan kategori Baik 67 orang (98.5%) dan kategori Cukup 1 orang (1.5%).

4. Hasil uji statistik menunjukkan ada hubungan antara peranan keluarga dengan kejadian hipertensi dengan nilai signifikan  $0,040 < 0,05$  di Padukuhan Karangploso Maguwoharjo Yogyakarta

5. Hasil uji statistik menunjukkan ada hubungan antara peranan keluarga dan upaya pencegahan hipertensi dengan nilai signifikan  $0,003 < 0,05$  di Padukuhan Karangploso Maguwoharjo Yogyakarta

### **B. Saran**

Berdasarkan kesimpulan yang telah dikemukakan di atas, maka saran yang dapat di berikan adalah sebagai berikut:

a. Bagi Institusi Stikes Wira Husada Yogyakarta

Sebagai referensi bagi mahasiswa Stikes Wira Husada untuk melaksanakan penelitian tentang hubungan peran keluarga dengan kejadian hipertensi dan upaya pencegahan hipertensi.

b. Bagi masyarakat di Padukuhan Karangploso, Desa MaguwoHarjo Yogyakarta

Bagi masyarakat diharapkan memberikan dukungan terutama keluarga meningkatkan peranannya dalam pencegahan hipertensi.

c. Bagi peneliti lain

Untuk mengembangkan ilmu pengetahuan baru dalam bidang penelitian mengenai hubungan antara peran keluarga dan tindakan pencegahan penyakit hipertensi pada lansia dan memberikan bukti ilmiah yang kuat dan gambaran yang nyata tentang bagaimana peran keluarga dapat mendukung atau menghambat upaya pencegahan penyakit hipertensi pada lansia.

d. Bagi tenaga kesehatan

Perlu mengadakan program edukasi rutin untuk keluarga mengenai faktor resiko hipertensi, pentingnya deteksi dini, dan cara mengelola tekanan darah melalui pola makan, olahraga, dan gaya hidup sehat.

## DAFTAR PUSTAKA

1. Irwan. (2016). *Epidemiologi penyakit tidak menular. 1<sup>st</sup> ed.* Yogyakarta: CV Budi Utama; (2016). 1-34 p.
2. Riskesda. (2018). *Riset kesehatan dasar.* Jakarta: kementerian kesehatan RI
3. Kemenkes RI. (2013). *Pedoman teknis dan tatalaksanaan hipertensi, kementerian kesehatan RI, Jakarta*
4. Violita F (2015)., *Faktor yang berhubungan dengan kepatuhan minum obat yogyakarta* : Kanisuius.
5. Hungu. (2016). *Pengertian Jenis Kelamin.* Jakarta: PT. Gramedi.
6. Rosta, J. (2011). *Hubungan Asupan Energi , Protein, Lemak Dengan Status Gizi Dan Tekanan Darah Geriatri Di Panti Wredha Surakarta.* Universitas Muhammadiyah Surakarta
7. Kemenkes RI. Petunjuk Teknis Pos Pembinaan Terpadu Penyakit Tidak Menular (Posbindu PTM). (2018). *Ditjen Pengendali Penyakit dan Penyehatan Lingkungan, Kementeri Kesehat RI [Internet]. (2012);1–39. Available from: <http://p2ptm.kemkes.go.id/uploads/2016/10/Petunjuk-Teknis-Pos-PembinaanTerpadu-Penyakit-Tidak-Menular-POSBINDU-PTM-2018>.*
8. Freidman, L. M. (2014). *Buku ajar keperawatan keluarga: riset, teori, praktik (5thend).* Jakarta: ECH
9. Padilla. (2015). *Buku ajar keperawatan gerontik.* Yogyakarta: Nuha Medika.
10. Susanto, A. (2019). *Hubungan Peran Keluarga dengan Manajemen Hipertensi Pada Lansia di Dusun Nyampuran dan Karang Wetan Wilayah Kerja Puskesmas Sumowong Kabupaten Semarang.*
11. Notoatmodjo, Soekidjo. (2010). *Metodologi Penelitian Kesehatan.* Jakarta : Penerbit Rineka Cipta
12. Bakri & Maria, H. (2017). *Asuhan Keperawatan Keluarga.* Yogyakarta: Pustaka Mahardika
13. Fauzi, Isma. (2014). *Buku Pintar Deteksi Dini Gejala, & Pengobatan Asam Urat, Diabetes & Hipertensi.* Yogyakarta: Araska.
14. Tjandra (2010). Armstrong (2012). *Hubungan Peran Keluarga Dengan Upaya Perawatan Hipertensi Pada Lansia Penderita Hipertensi Di Kelurahan Padangsarai Wilayah Kerja Puskesmas Air Dingin Padang Tahun (2017).* Xii Jilid Iii, 79.
15. Susila & Suyanto. (2015). *Metode Penelitian Epidemiologi, Bursa ilmu,* Yogyakarta.
16. Jurnal Pencegahan Komplikasi (2017). *Jurnal Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Hipertensi Dengan Sikap Dalam Pencegahan Komplikasi Hipertensi Pada Lansia Peserta PronalisUPT Puskesmas Jenawi. Karanganyar*
17. Johnson L. dan Leny R. (2010). *Keperawatan Keluarga: Plus Contoh Askep Keluarga. Cetakan I. Yogyakarta rta : Nuha Medika.*
18. Lestari, (2016). *Hubungan Peran Keluarga Dalam Mengontrol Gaya Hidup Dengan Derajat Hipertensi Di Puskesmas Tagulandang Kabupaten Sitaro (Vol. 6, Issue 1).*
19. Saputra, O., & Khairul Anam. (2016). *Gaya Hidup Sebagai Faktor Resiko Hipertensi Pada Masyarakat Pesisir Pantai. Jurnal Majority, 5(3), 118-123.*
20. Susila & Suyanto. (2015). *Metode Penelitian Epidemiologi, Bursa ilmu,* Yogyakarta.
21. Williams, (2018) dalam Huseini, (2021) *Pengaruh Penyuluhan Kesehatan Terhadap Tingkat Pengetahuan Diet Hipertensi Pada Penderita Hipertensi Usia Dewasa Di Puskesmas Mombok Manggarai Timur.*