Journal of Innovative and Creativity
Journal Homepage: https://joecy.org/index.php/joecy
e-mail: journaljoecy@gmail.com

Faculty of Education
University of Pahlawan Tuanku Tambusai
ISSN 2775-771X (Online)
ISSN 2962-570X (Printed)
6 (1) 2025, Page: 9527-9532

Determinan Kepatuhan Diet Pada Pasien Hipertensi Yang Menjalani Perawatan Di Rumah Sakit Mitra Medika Medan

[1]Sri lasmawanti, [2]Afina Muharani Syaftriani, [3]Maria Haryanti Butar butar
[1]Prodi D3 Keperawatan, Institut Kesehatan Helvetia
[2]Prodi S1 Keperawatan dan Profesi Ners, Institut Kesehatan Helvetia
Prodi D3 Keperawatan, Politeknik Kesehatan YRSU Dr. Rusdi
srilasmawanti@gmail.com

Published: February, 2026

ABSTRACT

Hypertension is a major global public health problem that requires comprehensive management, including long-term lifestyle modification and dietary regulation. Adherence to a recommended diet plays an essential role in controlling blood pressure and preventing cardiovascular complications; however, compliance is often influenced by psychosocial factors such as family support and therapeutic communication. This study aimed to identify the relationship between family support, therapeutic communication, and dietary adherence among patients with hypertension hospitalized at Mitra Medika Hospital Medan. An analytical survey with a cross-sectional design was conducted involving 46 hypertensive patients selected using accidental sampling. Data were collected through questionnaires assessing family support, therapeutic communication, and dietary adherence. Statistical analysis was performed using the chi-square test with a 95% confidence level. The results showed that 76.1% of respondents received supportive family support and 58.7% were compliant with the hypertension diet. A significant relationship was found between family support and dietary adherence (p = 0.005), indicating that patients with supportive families were more likely to comply with dietary recommendations. In addition, therapeutic communication was significantly associated with dietary adherence (p = 0.047), suggesting that effective communication between healthcare providers and patients enhances compliance. These findings highlight the crucial role of both family involvement and therapeutic communication in promoting dietary adherence among hospitalized patients with hypertension. Strengthening family participation and improving communication strategies by health professionals may improve treatment outcomes and support sustainable lifestyle changes. Integrating family-centred education and patient-focused communication into hypertension management programs is therefore strongly recommended to enhance adherence and reduce the risk of complications.

Keywords: *Hypertension, dietary adherence, family support, therapeutic communication, hospitalized patients, cross-sectional study*

ABSTRAK

Hipertensi merupakan masalah kesehatan kronis yang memerlukan penanganan komprehensif, termasuk terapi farmakologis dan perubahan gaya hidup, terutama dalam pengaturan pola makan. Kepatuhan terhadap diet hipertensi berperan penting dalam mengendalikan tekanan darah dan mencegah komplikasi kardiovaskular, namun sering dipengaruhi oleh faktor psikososial seperti dukungan keluarga dan komunikasi terapeutik. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara dukungan keluarga dan komunikasi terapeutik dengan kepatuhan diet pada pasien hipertensi yang dirawat di Rumah Sakit Mitra Medika Medan. Penelitian menggunakan desain survei analitik dengan pendekatan potong lintang. Sampel terdiri dari 46 pasien hipertensi yang dipilih menggunakan metode accidental sampling. Data dikumpulkan melalui kuesioner mengenai dukungan keluarga, komunikasi terapeutik, dan kepatuhan diet. Analisis data dilakukan dengan uji chi-square pada tingkat kepercayaan 95%. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden mendapatkan dukungan keluarga yang baik (76,1%) dan lebih dari setengah responden patuh terhadap diet hipertensi (58,7%). Terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga dan kepatuhan diet (p = 0,005), yang menunjukkan bahwa pasien dengan dukungan keluarga yang baik lebih cenderung patuh terhadap diet yang dianjurkan. Selain itu, terdapat hubungan yang signifikan antara komunikasi terapeutik dan kepatuhan diet (p = 0,047), yang menandakan bahwa komunikasi yang efektif antara tenaga kesehatan dan pasien berperan penting dalam meningkatkan kepatuhan. Kesimpulan penelitian ini adalah bahwa dukungan keluarga dan komunikasi terapeutik memiliki peran yang sangat penting dalam meningkatkan kepatuhan diet pada pasien hipertensi. Oleh karena itu, intervensi keperawatan yang melibatkan keluarga serta peningkatan kualitas komunikasi terapeutik perlu dioptimalkan sebagai bagian dari strategi pengelolaan hipertensi untuk meningkatkan keberhasilan terapi dan kualitas hidup pasien.

Kata kunci: Hipertensi, kepatuhan diet, dukungan keluarga, komunikasi terapeutik, pasien rawat inap.

© The Author(s). 2021 Open Access This article is licensed under a Creative Commons Atibution 4.0 International License, which permits use, sharing, adaptation, distribution and reproduction in any medium or format, as long as you give appropriate credit to the original author(s) and the source, provide a link to the Creative Commons licence, and indicate if changes were made. The images or other third party material in this article are included in the article's Creative Commons licence, unless indicated otherwise in a credit line to the material. To view a copy of this licence, visit http://creativecommons.org/licenses/by/4.0

PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan masalah kesehatan jangka panjang yang memerlukan perhatian penuh, termasuk perawatan medis dan perubahan gaya hidup, terutama dalam hal pengaturan diet. Hipertensi adalah masalah kesehatan penting yang dialami di seluruh dunia dan menjadi salah satu penyebab utama penyakit jantung, stroke, gagal ginjal, serta berbagai gangguan kesehatan lainnya. Berdasarkan informasi dari Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), lebih dari 1,28 miliar orang dewasa di berbagai negara menderita hipertensi, dan kebanyakan dari mereka tinggal di negara-negara berkembang (Organization, 2020). Di Indonesia, jumlah orang yang terkena hipertensi juga terus meningkat setiap tahun. Menurut survei kesehatan dasar (Riskesdas) 2018 (Kemenkes, 2018). Situasi ini menunjukkan bahwa hipertensi tetap menjadi isu kesehatan serius bagi masyarakat dan memerlukan perhatian serta penanganan yang menyeluruh.

Pengelolaan hipertensi tidak hanya bergantung pada penggunaan obat. Penting untuk juga membuat perubahan pada gaya hidup yang berlangsung lama. Hal ini termasuk mengatur diet atau mengikuti pola makan yang khusus bagi penderita hipertensi (Solon et al., 2022). Untuk orang yang mengalami hipertensi, dianjurkan untuk mengurangi asupan garam, mengurangi lemak jenuh, meningkatkan konsumsi buah dan sayuran, serta mengikuti pola makan seimbang seperti DASH (*Dietary Approaches to Stop Hypertension*). Menyadari dan mematuhi diet untuk hipertensi dapat secara signifikan menurunkan tekanan darah serta mengurangi kemungkinan komplikasi pada sistem kardiovaskular (Sacks et al., 2001).

Selain faktor kesehatan, kepatuhan pasien yang menderita hipertensi dalam menjalankan diet dipengaruhi oleh berbagai aspek individu dan sosial. Seberapa baik pasien memahami hipertensi dan makanan yang sehat memiliki dampak besar pada sikap mereka dalam menerapkan pola makan yang benar. Pasien yang memiliki pengetahuan baik cenderung lebih memahami bahaya penyakit serta manfaat dari pengaturan pola konsumsi makanan, sehingga lebih termotivasi untuk mengikuti saran diet. Di sisi lain, pasien dengan pengetahuan kurang sering kali memilih makanan yang tidak sesuai dan kurang menyadari pentingnya batasan konsumsi garam dan lemak setiap harinya (Chotimah et al., 2022).

Selain wawasan, bantuan dari sanak saudara juga sangat krusial dalam mendukung individu mengikuti program diet. Keluarga dapat memberikan bantuan dengan menyajikan makanan yang sesuai, mengingatkan waktu makan, dan memberikan semangat secara emosional kepada penderita. Berdasarkan studi yang dilakukan oleh Friandi (Friandi, 2021), penderita hipertensi yang menerima dukungan dari keluarga merasa lebih mudah untuk menjalani diet daripada mereka yang tidak mendapatkan bantuan. Dukungan sosial yang baik dapat meningkatkan motivasi pasien dan membantu mereka untuk tetap bertekad menjalani gaya hidup sehat dalam jangka waktu yang panjang.

Motivasi serta sikap seorang pasien memiliki dampak besar pada seberapa patuh mereka terhadap diet yang dianjurkan. Seseorang dengan motivasi tinggi cenderung lebih aktif dalam mengelola kesehatan mereka, termasuk dalam memilih makanan yang lebih sehat. Pasien yang melihat diet untuk mengatasi hipertensi dengan cara positif lebih mudah untuk mengikuti

perubahan dalam pola makan sebagai bagian dari proses penyembuhan. Di sisi lain, jika seorang pasien memiliki sikap negatif atau merasa diet adalah sebuah beban, hal ini dapat menjadi hambatan utama dalam mempertahankan kepatuhan (Solon et al., 2022).

Penelitian menunjukkan bahwa kepatuhan pasien terhadap diet tidak hanya dipengaruhi oleh aspek medis, tetapi juga dipengaruhi oleh faktor lingkungan dan psikososial. Oleh karena itu, diperlukan penelitian lebih lanjut untuk memahami apa saja yang memengaruhi kepatuhan diet pada pasien hipertensi dalam konteks layanan rumah sakit. Fasilitas rumah sakit memiliki ciri khas yang berbeda, termasuk profil pasien, sistem pelayanan, dan tingkat interaksi dengan tenaga kesehatan jika dibandingkan dengan layanan kesehatan primer.

Rumah Sakit Mitra Medika Medan merupakan salah satu fasilitas kesehatan swasta yang melayani banyak pasien hipertensi, baik yang dirawat jalan maupun inap. Berdasarkan survei awal yang dilakukan oleh peneliti melalui wawancara singkat dengan beberapa pasien hipertensi dan perawat, ditemukan bahwa banyak pasien masih kesulitan untuk menerapkan diet rendah garam secara konsisten. Beberapa pasien menyatakan bahwa mereka tidak tahu jenis makanan yang harus dibatasi, sementara lainnya kesulitan untuk mengubah kebiasaan makan yang sudah ada. Di samping itu, materi edukasi tentang diet yang diberikan masih bersifat umum dan belum disusun secara khusus sesuai dengan kebutuhan masing-masing pasien.

Hasil awal dari pengamatan menunjukkan bahwa informasi terintegrasi tentang tingkat kepatuhan pasien hipertensi terhadap pola makan belum ada di Rumah Sakit Mitra Medika Medan. Selain itu, analisis mengenai faktor-faktor yang memengaruhi kepatuhan tersebut juga belum dilakukan. Keadaan ini dapat menghalangi usaha untuk mengontrol tekanan darah dan berpotensi menyebabkan komplikasi pada pasien dengan hipertensi. Berdasarkan penjelasan ini, dapat disimpulkan bahwa kepatuhan terhadap pola makan merupakan aspek penting dalam pengelolaan penyakit hipertensi. Namun, kepatuhan tersebut dipengaruhi oleh berbagai faktor yang kompleks dan bergantung pada kondisi yang ada. Oleh karena itu, penelitian tentang faktor-faktor yang memengaruhi kepatuhan pola makan pada pasien hipertensi di rumah sakit sangatlah penting. Temuan dari penelitian ini dapat menjadi landasan dalam merancang intervensi pendidikan dan pendampingan yang lebih efisien, yang menyesuaikan dengan kebutuhan pasien dan membantu mencapai hasil pengobatan yang terbaik.

METODE

Desain penelitian ini menggunakan metode survei analitik dengan pendekatan potong lintang dan analisis chi-square. Penelitian ini bertujuan untuk menemukan determinan kepatuhan pasien hipertensi dalam mengikuti diet saat mereka dirawat di rumah sakit. Lokasi penelitian ini adalah di Rumah Sakit Mitra Medika Medan, yang beralamat di Jalan KL Yos Sudarso No. KM 7,5, Tj. Mulia, Medan Deli, Kota Medan. Populasi yang diteliti mencakup semua pasien hipertensi yang mendapatkan perawatan di rumah sakit ini, sebanyak 46 orang. Untuk pengambilan sampel, metode yang digunakan adalah accidental sampling, sehingga jumlah total sampel dalam penelitian ini adalah 46 orang.

FINDING AND DISCUSSION

Tabel 1.

No	Dukungan Keluarga	Frekuensi	Persen
1	Mendukung	35	76,1
2	Tidak Mendukung	11	23,9

	Total	**46**	**100,0**

Berdasarkan Tabel 1. diatas didapatkan bahwa dari 46 responden pasien Hipertensi yang dukungan keluarga mendukuung sebnayak 35 responden (76,1%), dukungan keluarga tidak mendukung sebanyak 11 responden (23,9%).

Tabel 2.

No	Komunikasi Teraputik	Frekuensi	Persen
1	Baik	4	8,7
2	Cukup	25	54,3
3	Kurang	17	37,0
	Total	**46**	**100,0**

Berdasarkan Tabel 2. diatas didapatkan bahwa dari 46 responden pasien Hipertensi yang kepatuhan diet pasien Hipertensi patuh sebanayak 27 responden (58,7%), dan tidak patuh sebanyak 19 responden (41,3%).

Tabel 3.

Dukungan Keluarga	Kepatuhan Diet Pasien Hipertensi						Asyim sig
	Tidak patuh		Patuh		Total		
	F	%	f	%	f	%	
Tidak Mendukung	9	4,5	2	6,5	11	11,0	
Mendukung	10	14,5	25	20,5	35	35,0	0.005
Total	**19**	**19,0**	**27**	**20,7**	**46**	**100,0**	

Berdasarkan Tabel 3. dapat dilihat bahwa tabulasi silang antara Dukungan Keluarga dengan Kepatuhan Diet Pasien Hipertensi di Rumah Sakit Mitra Medika Medan pada 46 responden, dari 11 responden (11,0%) yang Dukungan Keluarga dengan kepatuhan diet pasian hipertensi tidak patuh sebnayak 9 responden (4,5%) dan patuh sebanyak 2 responden (6,5%). Dari 5 responden (5,0%) Dukungan Keluarga mendukung dengan kepatuhan diet pasien Hipertensi tidak patuh sebanyak 10 responden (14,5%) dan tidak patuh sebanyak 25 responden (20,5%). Hasil penelitian menggunakan uji chi square dengan tingkat kepercayaan 95% diperoleh nilai $p = 0,005 < \alpha = 0,05$ maka Ha diterima dan H0 ditolak. Berdasarkan kriteria tersebut berarti ada hubungan antara Dukungan Keluarga dengan kepatuhan diet pasien hipertensi di Rumah Sakit Mitra Medika Medan.

Tabel 4.

Komunikasi Teraputik	Kepatuhan Diet Pasien Hipertensi						Asyim sig
	Tidak patuh		Patuh		Total		
	f	%	f	%	f	%	
Kurang	11	7,0	6	10,0	17	17.0	
Cukup	7	10,3	18	14,7	25	25,0	0.047
Baik	1	1,7	3	2,3	4	4,0	
Total	**19**	**19,0**	**27**	**27,0**	**46**	**100,0**	

Berdasarkan Tabel 4. dapat dilihat bahwa tabulasi silang antara komuniksi teraputik dengan Kepatuhan Diet Pasien Hipertensi di Rumah Sakit Mitra Medika Medan pada 46 responden, dari 17 responden (3,3%) yang komuniksi teraputik kurang dengan kepatuhan diet pasian hipertensi tidak patuh sebnayak 11 responden (7,0%) dan patuh sebanyak 6 responden (10,0%). Dari 25

responden (5,0%) komuniksi teraputik cukup dengan kepatuhan diet pasien Hipertensi tidak patuh sebanyak 7 responden (10,3%) dan tidak patuh sebanyak 18 responden (14,7%), dari 4 responden (33,0%) dengan komuniksi teraputik baik dengan kepatuhan diet pasien Hipertensi tidak patuh sebanyak 1 responden (1,7%) dan patuh sebanyak 3 orang (2,3%). Hasil penelitian menggunakan uji *chi square* dengan tingkat kepercayaan 95% diperoleh nilai p = 0,047<α = 0,05 maka Ha diterima dan H0 ditolak. Berdasarkan kriteria tersebut berarti ada hubungan antara komuniksi teraputik dengan kepatuhan diet pasien hipertensi di Rumah Sakit Mitra Medika Medan.

PEMBAHASAN

Hasil evaluasi dengan menggunakan uji chi-square pada tingkat kepercayaan 95% menunjukkan nilai p sebesar 0,005, yang lebih kecil daripada α sebesar 0,05. Dengan demikian, hipotesis alternatif (Ha) diterima sedangkan hipotesis nol (H0) ditolak. Dari hasil ini, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan signifikan antara dukungan keluarga dan kepatuhan terhadap diet pada pasien hipertensi di Rumah Sakit Mitra Medika Medan. Temuan ini menunjukkan bahwa dukungan keluarga memiliki peran yang sangat penting dalam membantu pasien mengikuti rekomendasi diet sebagai bagian dari pengelolaan hipertensi.

Hasil dari studi ini sejalan dengan penelitian terbaru yang dilakukan oleh Ramadhan (Ramadhan, 2023). Mereka menemukan adanya hubungan yang signifikan antara dukungan dari keluarga dan kepatuhan terhadap diet pada pasien hipertensi di rumah sakit rujukan, dengan nilai p<0.05. Studi berbeda yang dilaksanakan oleh Putri (Putri Panatagama, 2024) juga menunjukkan bahwa dukungan dari anggota keluarga berdampak besar pada kepatuhan diet rendah garam bagi orang yang mengalami hipertensi. Dalam riset ini, peran keluarga sangat penting dalam membangun kebiasaan sehat, khususnya dalam mengatur pola makan sehari-hari. Pasien yang mendapatkan bantuan baik secara praktis maupun emosional dari keluarga cenderung lebih patuh pada diet yang dianjurkan untuk orang dengan hipertensi.

Keluarga berperan sebagai jaringan penting yang dapat memengaruhi kepercayaan, nilai, dan perilaku kesehatan seseorang. Norma-norma dalam keluarga dapat membantu membentuk kebiasaan yang baik dalam mengikuti terapi dan pola makan. Selain itu, dukungan dari profesional kesehatan juga sangat penting untuk meningkatkan kepatuhan, karena mereka memiliki reputasi dan kepercayaan tinggi di mata pasien, membuat saran yang diberikan lebih mudah diterima dan dilaksanakan. Berdasarkan perkiraan para ilmuwan, dukungan yang kuat dari keluarga dan perhatian terhadap orang yang mengalami hipertensi sangat penting untuk meningkatkan ketaatan mereka pada diet dan pengobatan. Dukungan ini dapat mencakup mengantar pasien ke rumah sakit, membantu membayar biaya pengobatan, menyiapkan makanan yang sesuai anjuran, serta mengingatkan waktu minum obat. Pasien yang menerima dukungan seperti ini terbukti lebih disiplin dalam menjalankan pengobatan dan lebih sukses dalam menjaga perubahan gaya hidup yang disarankan.

REFERENSI

Chotimah, H., Notoatmodjo, S., & Agustina, S. (2022). Determinan Perilaku Seksual Remaja di SMKK Prima Indonesia-Bekasi. *Jurnal Bidang Ilmu Kesehatan*, *12*(1), 71–82.

Friandi, R. (2021). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kepatuhan Diet pada Pasien Hipertensi di Puskesmas Kemantan Tahun 2020. *Jurnal Ilmu Kesehatan Dharmas Indonesia*, *1*(2), 61–68.

Kemenkes, R. I. (2018). Hasil utama RISKESDAS. *Badan Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan*.
Organization, W. H. (2020). *World health statistics 2020*.
Putri Panatagama, S. (2024). *Dukungan Keluarga Dan Motivasi Diri Terhadap Kepatuhan Diet Rendah Garam Pada Pasien Hipertensi*. Iik Strada Indonesia.
Ramadhan, K. B. (2023). *Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Simpang IV Sipin*. Universitas Jambi.
Sacks, F. M., Svetkey, L. P., Vollmer, W. M., Appel, L. J., Bray, G. A., Harsha, D., Obarzanek, E., Conlin, P. R., Miller, E. R., & Simons-Morton, D. G. (2001). Effects on blood pressure of reduced dietary sodium and the Dietary Approaches to Stop Hypertension (DASH) diet. *New England Journal of Medicine*, *344*(1), 3–10.
Solon, M., Talebong, G., & Rannu, H. (2022). Factors Associated with Diet Compliance with Hypertension Patients. *Jurnal Ilmiah Ilmu Keperawatan Indonesia*, *12*(03), 133–139.