

# JURNAL PENELITIAN KEPERAWATAN

Volume 1, No. 2, Agustus 2015

Perilaku Pemeliharaan Kesehatan dan Perilaku Kesehatan Lingkungan Berpengaruh dengan Kejadian ISPA pada Balita

Tugas Keluarga dalam Pemenuhan Nutrisi Pada Lansia dengan Hipertensi

Manifestasi Klinis Stres Hospitalisasi pada Pasien Anak Usia Prasekolah

Faktor yang Berhubungan dengan *Menarche* Pada Remaja Putri

Peningkatan Frekuensi Kencing Menurunkan Kualitas Tidur Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2

Pelaksanaan Dokumentasi Keperawatan di Instalasi Rawat Inap Rumah Sakit Baptis Kediri

Dukungan Keluarga Meningkatkan Upaya Pencegahan Gangren (Perawatan kaki) pada Pasien Diabetes Mellitus

Latihan Otak (*Brain Gym*) Meningkatkan Memori Lansia di Posyandu Lansia

Faktor yang meningkatkan Kecemasan pada Wanita Menopause

Terapi *Back Massage* Menurunkan Nyeri pada Pasien *Post Operasi Abdomen*

Diterbitkan oleh  
STIKES RS. BAPTIS KEDIRI

Jurnal Penelitian Keperawatan	Vol.1	No.2	Hal 103-207	Kediri Agustus 2015	2407-7232
-------------------------------	-------	------	-------------	---------------------	-----------

## TUGAS KELUARGA DALAM PEMENUHAN NUTRISI PADA LANSIA DENGAN HIPERTENSI

### FAMILY TASK IN FULFILLMENT NUTRITION TO ELDERLY WITH HYPERTENSION

**Tri Sulistyarini, Avandi Bagus Waluya**

STIKES RS.Baptis Kediri

Jl. Mayjend. Panjaitan no. 3B Kediri

Telp. (0354) 683470. Email stikes\_rsbaptis@yahoo.com

#### ABSTRAK

Semakin tua usia orang semakin banyak ancaman kesehatan berbagai penyakit, salah satunya penyakit hipertensi sehingga lansia harus menjaga asupan nutrisinya. Peran dari tugas keluarga dalam pemenuhan nutrisi pada lansia sangat penting. Tujuan penelitian adalah untuk mengetahui pelaksanaan tugas keluarga dengan mengidentifikasi tiga tugas keluarga yaitu mengenal masalah kesehatan, memutuskan tindakan kesehatan dan merawat kesehatan. Desain penelitian adalah deskriptif. Populasi penelitian adalah seluruh anggota keluarga dengan lansia hipertensi dan subyek penelitian adalah 41 responden yang dipilih menggunakan teknik *Purposive Sampling*. Variabel yang digunakan adalah independen (tunggal) yaitu tugas keluarga. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner. Analisis data dilakukan dengan distribusi frekuensi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa 18 responden (43,9%) keluarga dapat mengenal masalah kesehatan dengan baik, kemampuan memutuskan tindakan kesehatan pada kategori cukup yaitu 26 responden (63,4%), dan kemampuan dalam merawat kesehatan keluarga pada kategori cukup yaitu 32 responden (78,0%). Disimpulkan dari tiga tugas keluarga dengan hipertensi di Pukesmas Pesantren II Kota Kediri pada kategori baik dan cukup.

**Kata kunci:** tugas keluarga, pemenuhan nutrisi lansia, hipertensi.

#### ABSTRACT

*The older people increasingly health threats from various diseases, one of diseases is hypertension so that elderly must maintain nutritional intake. Role of family task in fulfillment nutrition is very important. The research objective is to know the implementation family task by identifying three family tasks namely knowing health problem, deciding health action and health caring. The research design was descriptive. The population was all of families who had elderly with hypertension. The subjects were 41 respondents using purposive sampling. The variable was single namely family task. The research instrument was questionnaires. Data were analyzed using frequency distribution. The result showed that 18 respondents (43.9%) families to know health problem was good category, the ability to decide on health action was sufficient category namely 26 respondents (63.4%), and the ability to care for family health was sufficient category namely 32 respondents (78.0%). In conclusion, from three family tasks with hypertension in Pukesmas Pesantren II Kediri are on good and sufficient categories.*

**Keywords:** family task, fulfillment nutrition of elderly, hypertension

## Pendahuluan

Lansia merupakan usia yang rentan akan timbulnya berbagai masalah kesehatan, hal ini berhubungan dengan penurunan kondisi anatomis dan sel akibat terjadinya penumpukan metabolik yang terjadi di dalam sel (Azizah, 2011). Hipertensi adalah kondisi dimana jika tekanan darah sistole 140 mmHg atau lebih tinggi dan tekanan darah diastole 90 mmHg atau lebih tinggi (Syamsudin, 2011), mengenal masalah kesehatan keluarga dijelaskan untuk sejauh mana keluarga mengetahui fakta-fakta dari masalah kesehatan meliputi pengertian, tanda dan gejala, faktor penyebab dan yang mempengaruhinya serta persepsi keluarga terhadap masalah.

Keluarga mempunyai tugas dalam pemeliharaan rumah para anggotanya dan saling memelihara. Sesuai yang telah dikemukakan oleh (Friedman, 1998 dalam Setiadi, 2008) yang membagi 5 tugas memutuskan tindakan kesehatan yang tepat bagi keluarga tugas ini merupakan upaya keluarga yang utama untuk mencari pertolongan yang tepat, kemampuan memutuskan untuk menentukan tindakan kesehatan, dalam merawat keluarga atau anggota keluarga yang mengalami gangguan kesehatan, keluarga dapat memodifikasi lingkungan dalam keluarga untuk menjamin kesehatan seluruh anggota keluarga, mempertahankan suasana rumah yang menguntungkan bagi kesehatan, mempertahankan hubungan timbal balik antara anggota keluarga (pemanfaatkan fasilitas pelayanan kesehatan yang ada). kesehatan yang harus dilakukan oleh keluarga.

Tugas keluarga dalam pemenuhan nutrisi pada lansia dengan hipertensi menggambarkan keluarga dapat mengenal gangguan perkembangan kesehatan setiap anggota keluarga memutuskan tindakan untuk melakukan tindakan yang tepat kepada anggota keluarga yang sakit dan

memberikan keperawatan kepada anggota yang sakit dalam pemenuhan nutrisi pada lansia dengan hipertensi.

Data dari Dinas Kesehatan Kota Kediri bagian Yankes melaporkan tahun 2012 jumlah kunjungan kasus hipertensi sebesar 45.937, sedangkan data dari jumlah penderita hipertensi 3 bulan terakhir bulan Desember 2013-Februari 2014 sejumlah 70 penderita hipertensi. Berdasarkan data yang diperoleh dari Puskesmas Pesantren II Kediri selama bulan Februari 2014 pasien lansia penderita hipertensi yang diperiksa di Poliklinik sebanyak 41 orang, dengan teknik wawancara didapatkan hasil 25 keluarga yang mengatakan bahwa mereka tidak tahu tentang pemenuhan nutrisi pada lansia hipertensi sesuai diet rendah garam.

## Metode Penelitian

Desain penelitian yang digunakan adalah penelitian deskriptif. Populasi penelitian adalah semua anggota keluarga dan lansia dengan hipertensi yang ada di wilayah kerja Puskesmas Pesantren II Kota Kediri, yaitu sebanyak 70 orang. Subyek penelitian ini adalah sebanyak 41 Keluarga dan 41 lansia hipertensi yang dipilih menggunakan teknik *Purposive Sampling*. Variabel independen dalam penelitian ini adalah variabel tunggal yaitu, gambaran tugas keluarga dalam pemenuhan nutrisi pada lansia dengan hipertensi. Sub variabel yang diukur adalah (1) pelaksanaan tugas keluarga mengenal masalah kesehatan keluarga dalam pemenuhan kebutuhan nutrisi pada lansia dengan hipertensi, (2) pelaksanaan tugas keluarga memutuskan tindakan kesehatan yang tepat bagi keluarga dalam pemenuhan nutrisi pada lansia dengan hipertensi, dan (3) pelaksanaan tugas keluarga merawat keluarga yang sakit dalam pemenuhan nutrisi pada lansia dengan hipertensi.

Pengumpulan data dengan menggunakan kuesioner, yang dikelompokkan dalam *Coding Data* yang terkumpul melalui kuesioner kemudian diberikan kode pada setiap informasi yang sudah dijawab oleh responden untuk mempermudah dalam pengolahan data dan dimasukkan dalam tabel pengolahan data (*dummy table*), setelah itu dapat diolah sesuai identifikasi masalah penelitian yaitu mengidentifikasi dari tiga tugas keluarga dengan tugas keluarga dalam mengenal masalah kesehatan, memutuskan tindakan

kesehatan dan merawat kesehatan. Untuk menilai pelaksanaan tugas keluarga dengan memberi poin atau skor pada jawaban responden. Cara pemberian skor adalah jika jawaban responden dari pernyataan positif, selalu diberi skor 4, sering skor 3, kadang-kadang skor 2, tidak pernah skor 1. Sedangkan pernyataan negatif selalu diberi skor 1, sering diberi skor 2, kadang-kadang diberi skor 3 dan tidak pernah diberiskor 4, kemudian dijumlahkan untuk mendapatkan skor total.

## Hasil Penelitian

**Tabel 1.** Pelaksanaan Tugas Keluarga dalam Pemenuhan Nutrisi pada Lansia dengan Hipertensi di Puskesmas Pesantren II Kota Tanggal 2 Juni-2 Juli 2014 (n=41).

Sub Variabel	Kategori	F	%	Jumlah
Tugas Keluarga Mengenal Masalah Kesehatan Dalam Pemenuhan Nutrisi	Baik	18	43,9	100%
	Cukup	14	34,1	
	Kurang	9	22,0	
Tugas Keluarga Memutuskan Tindakan Kesehatan Keluarga dalam Pemenuhan Nutrisi	Baik	11	26,8	100%
	Cukup	26	63,4	
	Kurang	4	9,8	
Tugas Keluarga Merawat Keluarga Yang Sakit Dalam Pemenuhan Nutrisi	Baik	6	14,6	100%
	Cukup	32	78,0	
	Kurang	3	7,3	

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan bahwa paling banyak responden melaksanakan tugas keluarga mengenal masalah pada kategori baik yaitu sebanyak 18 responden (43,9%). Lebih dari 50% tugas keluarga memutuskan tindakan masalah kesehatan terlaksana pada kategori cukup yaitu sebanyak 26 responden (63,4%). Sebagian besar responden melaksanakan tugas keluarga merawat keluarga yang sakit adalah pada kategori cukup yaitu dengan 32 responden (78,0%).

## Pembahasan

### Tugas Keluarga untuk Mengenal Masalah Kesehatan dalam Pemenuhan Nutrisi pada Lansia Hipertensi.

Pelaksanaan tugas keluarga dalam mengenal masalah kesehatan dalam pemenuhan nutrisi pada lansia dengan hipertensi di Puskesmas Pesantren II Kota Kediri yaitu terlaksana baik sebanyak 18 responden (43,9%). Keluarga adalah unit terkecil dalam masyarakat yang terdiri atas kepala keluarga dan beberapa orang yang tinggal di satu atap dalam keadaan saling

ketergantungan (Sudiharto, 2007). Tugas keluarga adalah keluarga mempunyai tugas dalam pemeliharaan rumah para anggotanya dan saling memelihara. Mengenal masalah kesehatan keluarga merupakan untuk mengetahui sejauh mana tugas keluarga mengenal fakta-fakta dari masalah kesehatan meliputi pengertian, tanda dan gejala, faktor penyebab dan yang mempengaruhinya serta persepsi keluarga terhadap suatu masalah. Perubahan sekecil apapun yang dialami anggota keluarga secara tidak langsung menjadi perhatian dan tanggung jawab keluarga dalam mengenal tugas keluarga, 5 tugas memutuskan tindakan kesehatan yang tepat bagi keluarga tugas ini merupakan upaya keluarga yang utama untuk mencari pertolongan yang tepat sesuai dengan keadaan keluarga, dengan pertimbangan siapa diantara keluarga yang mempunyai kemampuan memutuskan untuk menentukan tindakan keluarga maka segera melakukan tindakan yang tepat agar masalah kesehatan dapat dikurangi dan diatasi. Merawat keluarga yang mengalami gangguan kesehatan memberikan keperawatan anggotanya yang sakit atau yang tidak dapat membantu dirinya sendiri karena cacat atau usianya yang terlalu muda. Perawatan ini dapat dilakukan di rumah apabila keluarga memiliki kemampuan melakukan tindakan untuk pertolongan pertama atau ke pelayanan kesehatan untuk memperoleh tindakan lanjutan agar masalah yang lebih parah tidak terjadi. Memodifikasi lingkungan keluarga untuk menjamin kesehatan keluarga. Mempertahankan suasana rumah yang menguntungkan kesehatan dan perkembangan kepribadian anggota keluarga. Mempertahankan hubungan timbal balik antara anggota keluarga (pemanfaatan fasilitas pelayanan kesehatan yang ada). Mempertahankan hubungan timbal balik antara anggota keluarga dan lembaga kesehatan (pemanfaatan fasilitas kesehatan yang ada), kesehatan yang harus dilakukan oleh

keluarga (Friedman, 1998 dalam Setiadi, 2008). Tugas keluarga dalam pemenuhan nutrisi lansia dengan hipertensi menggambarkan keluarga dapat mengenal gangguan perkembangan kesehatan setiap anggota keluarga memutuskan tindakan untuk melakukan tindakan yang tepat kepada anggota yang sakit dan memberikan keperawatan kepada anggota yang sakit dalam pemenuhan nutrisi pada lansia dengan hipertensi. Menguraikan bahwa keluarga adalah sekumpulan orang dengan ikatan perkawinan, kelahiran, dan adopsi yang bertujuan untuk menciptakan, mempertahankan dan meningkatkan dalam perkembangan fisik, mental emosional, serta sosial dari tiap anggota keluarga, biasa dikatakan adalah kumpulan dua orang atau lebih yang mempunyai hubungan darah yang sama atau tidak, yang terlibat dalam kehidupan yang terus-menerus, yang tinggal dalam satu atap, yang mempunyai ikatan emosional dan mempunyai antara satu orang dengan orang yang lainnya (Nurul Chayati, 2009). Pengetahuan yang kurang tentang hal makanan bergizi dapat mempengaruhi pola konsumsi makan. Hal tersebut dapat disebabkan oleh kurangnya informasi sehingga dapat terjadi kesalahan dalam memahami kebutuhan gizi. Pengetahuan tentang makanan bergizi sangatlah penting untuk mengelola setiap makanan yang akan dimasak dan dikonsumsi sehingga tidak terjadi kesalahan dalam memasak. Pengetahuan identik dengan pendidikan, semakin tinggi pendidikan seseorang semakin luas pengetahuannya, tidak terkecuali pengetahuan tentang nutrisi tubuh. Kebiasaan yang merugikan misalnya pada proses memasak melakukan kebiasaan memasak yang salah sehingga hasil masakan menghasilkan masakan yang kurang bergizi, dengan demikian makanan yang dikonsumsi pun tidak bergizi. Kebiasaan yang lain misalnya mengkonsumsi makanan yang berlemak sehingga bisa menyebabkan

timbulnya penyakit. Kebiasaan artinya suatu hal yang dilakukan berulang kali dalam beberapa waktu, sehingga jika makanan yang kurang sehat dikonsumsi terus menerus akan menimbulkan akibat yang buruk pada tubuh, zat makanan yang tidak baik akan terakumulasi didalam tubuh dan menimbulkan efek yang negatif. Kebiasaan yang buruk harus dibenahi secara perlahan dengan perpedoman pada gaya hidup yang lebih sehat sehingga tubuh akan lebih sehat, terutama dalam hal mengkonsumsi makanan harus mengkonsumsi makanan yang bergizi tinggi, Kebanyakan seseorang memilih mengkonsumsi makanan yang disukainya saja. Kesukaan yang berlebihan terhadap suatu jenis makanan dapat mengakibatkan kurangnya variasi makanan, sehingga tubuh tidak memperoleh zat-zat yang dibutuhkan secara cukup. Kebanyakan seseorang lebih menyukai daging daripada sayuran, padahal dalam sayuran terkandung berbagai nutrisi yang dibutuhkan tubuh, begitupun sebaliknya pada para vegetarian akan kekurangan nutrisi yang terkandung dalam daging. Kesukaan akan makanan yang dikonsumsi biasanya juga berkaitan dengan cara memasak makanan tersebut, untuk meningkatkan nafsu makan maka perlu disesuaikan dengan kesukaan orang tersebut. Status ekonomi dapat mempengaruhi perubahan status gizi karena penyediaan makanan bergizi membutuhkan pendanaan yang tidak sedikit. Keluarga dengan status ekonomi menengah ke bawah akan mengalami kesulitan dalam pemenuhan kebutuhan makanan yang bergizi bagi seluruh anggota keluarga karena dalam pemenuhan kebutuhan nutrisi juga memerlukan dana. Makanan bergizi tidak harus mahal tetapi keluarga dengan status ekonomi menengah kebawah terkadang belum bisa memenuhinya, dana yang ada masih belum mencukupi untuk keperluan primer yang lain, sehingga anggaran untuk kebutuhan makan sehari-hari terbatas. Kecukupan

nutrisi pada lansia dalam keadaan normal, tubuh mengatur keseimbangan antara energi yang diperoleh dari makanan dengan energi yang di perlukan oleh tubuh guna mempertahankan kelangsungan fungsi tubuh. Pengetahuan tentang nutrisi dapat diperluas dengan menggantinya dari berbagai media. Media elektronik maupun media massa dapat menjadi sumber informasi untuk mengetahui kebutuhan nutrisi bagi tubuh serta cara pengolahan sumber makanan yang baik. Seseorang yang tidak memiliki pengetahuan tentang cara memasak yang baik dapat menghilangkan kandungan gizi pada makanan yang dimasak, sehingga akan kurang maksimal dalam mengkonsumsi nutrisinya (Alimul, 2008).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kemampuan keluarga dalam mengenal masalah kesehatan didapatkan keluarga untuk mengenal masalah dalam pemenuhan nutrisi adalah baik sebanyak 18 responden (43,9%), dari data yang didapatkan kemampuan keluarga baik dalam mengenal masalah kesehatan seperti keluarga mengerti masalah kesehatan tentang diet rendah garam yang diderita oleh lansia dalam gangguan pemenuhan nutrisi pada lansia dengan hipertensi, mengetahui tanda-tanda apabila lansia mengalami gangguan kesehatan dalam pemenuhan kebutuhan nutrisi pada lansia hipertensi (nafsu makan menurun, konstipasi, diare, dan nafsu makan menurun), dan didukung juga dengan data faktor pendidikan lebih dari 50% responden berpendidikan SLTA, hasil ini menunjukkan bahwa dimana semakin tinggi pendidikan maka semakin mudah pula anggota keluarga untuk menerima informasi dan pengalaman dalam bidang kesehatan seperti keluarga sudah mengetahui jenis makanan yang harus dikonsumsi oleh lansia yang mengalami hipertensi. Apabila dari masing-masing anggota keluarga berpendidikan tinggi maka keluarga sadar pentingnya kesehatan anggota keluarganya, oleh karena itu hasil

penelitian tugas keluarga dengan mengenal masalah kesehatan terlaksana dengan baik. Keluarga dalam mengenal masalah kesehatan diharapkan bisa mengetahui apa yang harus dipenuhi oleh keluarga, khususnya pemenuhan nutrisi yang harus dikonsumsi oleh lansia, akan tetapi kadang-kadang keluarga kurang memperhatikan kesehatan untuk pemenuhan kebutuhan nutrisi yang dibutuhkan pada lansia dengan hipertensi sesuai diet hipertensi. Tetapi selain baik masih didapatkan 22% tugas keluarga dalam mengenal masalah dalam pemenuhan nutrisi lansia adalah kurang. Hal ini sebenarnya tidak boleh terjadi mengingat lansia pada masa tuanya memerlukan gizi yang tetap seimbang untuk kelangsungan kehidupannya. Pemenuhan nutrisi pada lansia tidak dapat diabaikan karena dapat membuat lansia menjadi jatuh dalam kondisi sakit atau terganggu dalam kesehatannya. Peran serta keluarga terus dibutuhkan bagi lansia dalam mengenal masalah pada lansia untuk pemenuhan nutrisinya.

### **Tugas Keluarga untuk Memutuskan Tindakan Kesehatan yang Tepat Bagi Keluarga dalam Pemenuhan Nutrisi pada Lansia dengan Hipertensi.**

Pelaksanaan tugas keluarga dalam memutuskan tindakan masalah kesehatan dalam pemenuhan nutrisi pada lansia dengan hipertensi di Puskesmas Pesantren II Kota Kediri yaitu terlaksana tugas keluarga terlaksana cukup 26 responden (63,4%), Terdapat beberapa pandangan dari pakar tentang keluarga mendefinisikan tentang keluarga yang terdiri atas individu yang bergabung bersama oleh ikatan suatu pernikahan, darah, adopsi dan tinggal dalam satu rumah tangga yang sama. Sedangkan dilain pihak, keluarga didefinisikan sebagai bagian dari masyarakat yang peranannya sangat

penting untuk membentuk kebudayaan yang sehat. Bentuk keluarga menentukan tugas masing-masing anggota keluarga yang berbeda-beda, sesuai dengan peran dan kemampuannya. Setiap keluarga mempunyai bentuk keluarga yang berbeda-beda. Keluarga dengan orang tua tunggal berbeda dengan orang yang masih lengkap, demikian juga antara keluarga inti dan keluarga besar yang beragam dalam pengambilan keputusan dan kepentingan sehingga rawan konflik peran. Tugas keluarga harus menyesuaikan dengan bentuk keluarga agar dapat memenuhi kebutuhan setiap anggota keluarga dengan baik. Jika sebuah keluarga mempunyai bentuk keluarga yang mempunyai anggota lebih dari keluarga inti maka harus mempunyai pengaturan tugas keluarga yang jelas, sehingga antara anggota keluarga satu dengan anggota keluarga yang lain tidak terjadi peran yang bisa dan tidak sesuai. Kejelasan peran masing-masing anggota keluarga sesuai dengan bentuknya akan berhasil meningkatkan kesejahteraan keluarga terutama jika diimbangi dengan adanya tanggung jawab dari masing-masing anggota keluarga terhadap perannya (Setiadi, 2008). Mengenal masalah kesehatan keluarga, memutuskan tindakan kesehatan yang tepat bagi keluarga, merawat keluarga yang mengalami gangguan kesehatan, memodifikasi lingkungan keluarga untuk menjamin kesehatan keluarga, memanfaatkan fasilitas pelayanan kesehatan di sekitarnya bagi keluarga. Tugas keluarga di bidang kesehatan (friedman, 1998 dalam Padila, 2012). Memutuskan tindakan kesehatan yang tepat bagi keluarga tugas ini merupakan upaya keluarga yang utama untuk mencari pertolongan yang tepat sesuai dengan keadaan keluarga, dengan pertimbangan siapa diantara keluarga yang mempunyai kemampuan memutuskan untuk menentukan tindakan keluarga maka segera melakukan tindakan yang tepat agar masalah kesehatan dapat dikurangi dan

diatasi (Friedman, 1998 dalam Setiadi, 2008). Hasil penelitian menyatakan bahwa tugas keluarga dalam memutuskan tindakan kesehatan terlaksana cukup karena sebagian responden memberikan nutrisi yang sesuai dengan keadaan lansia supaya meminimalkan kejadian sakit yang berlanjut pada lansia hipertensi dan apabila lansia megeluh malas makan keluarga berusaha mengkonsulkan ke petugas kesehatan untuk memenuhi kebutuhan nutrisinya dengan demikian salah satu keluarga mengerti akan pentingnya kebutuhan nutrisi yang dibutuhkan oleh lansia dengan hipertensi maka keluarga dapat memutuskan tindakan kesehatan yang tepat. Anggota keluarga bekerja sebagai wiraswasta akan tetapi juga ada anggota keluarga yang bekerja sebagai petani, sehingga keluarga tidak mempunyai cukup waktu untuk menemani lansia yang mau memeriksakan kondisi kesehatannya dan keluarga tidak mengupayakan dalam satu bulan sekali untuk memeriksakan lansia di Puskesmas. Tugas keluarga dalam memutuskan tindakan kesehatan terlaksana cukup. Hal ini dapat dipengaruhi oleh pendidikan. Semakin tinggi tingkat pendidikan maka semakin tinggi pengetahuan dan ketegasan keluarga untuk memutuskan tindakan.

### **Tugas Keluarga untuk Merawat Keluarga dalam Masalah Kesehatan dalam Pemenuhan Nutrisi pada Lansia dengan Hipertensi**

Pelaksanaan tugas keluarga untuk merawat keluarga dalam masalah kesehatan dalam pemenuhan nutrisi pada lansia dengan hipertensi di Puskesmas Pesantren II Kota Kediri tugas keluarga terlaksana cukup 32 responden (78,0%). Merawat keluarga mengalami gangguan kesehatan atau yang tidak dapat membantu dirinya sendiri karena cacat atau usianya yang terlalu muda. Perawatan ini dapat

dilakukan di rumah apabila keluarga memiliki kemampuan melakukan tindakan untuk pertolongan pertama atau ke pelayanan kesehatan untuk memperoleh tindakan lanjutan agar masalah yang lebih parah tidak terjadi (Friedman, 1998 dalam Setiadi, 2008). Tugas keluarga juga dipengaruhi oleh latar belakang sebuah keluarga. Keluarga dengan status ekonomi menengah ke bawah akan mengalami kesulitan dalam pemenuhan kebutuhan makanan yang bergizi bagi seluruh anggota keluarga karena dalam pemenuhan kebutuhan nutrisi juga memerlukan dana, suatu hal yang telah terjadi pada keluarga yang melatarbelakangi kondisi keluarga saat ini. Jika latar belakang keluarga dengan masa lalu yang baik maka akan mempengaruhi masa sekarang dengan hal yang positif, begitupun sebaliknya. Latar belakang keluarga meliputi kesadaran dan kebiasaan keluarga tersebut tentang tugas keluarga dalam memenuhi kebutuhan lansia dan kebiasaan keluarga sehari-hari. Tugas keluarga dapat terbentuk karena adanya kebiasaan dan kesadaran keluarga tentang suatu hal atau peran masing-masing anggota keluarga yang merupakan hal yang rutin dilakukan sehingga menjadi sebuah kebiasaan. Keluarga dalam merawat lansia dengan hipertensi harus mengetahui dan jenis makanan apa saja yang bergizi, bahan makan bergizi tinggi dapat mempengaruhi status gizi seseorang. Terlebih pada keluarga yang mempunyai pandangan yang buruk pada suatu jenis makanan tanpa mencari tahu kebenarannya secara ilmiah. Makanan yang disangka tidak berguna tersebut terkadang merupakan makanan yang sangat dibutuhkan oleh tubuh, jika makanan tersebut tidak dikonsumsi maka tubuh akan kekurangan nutrisi yang terkandung dalam makanan tersebut. Prasangka yang buruk ini dapat ditangani dengan mencari kebenaran ilmiah tentang jenis makanan yang disangka buruk. Misalnya pada budaya sebuah daerah yang melarang

memakan daging atau sumber protein yang lain pada saat wanita baru melahirkan, budaya tersebut berprasangka buruk pada makanan yang mengandung protein tinggi karena bagi mereka makanan tersebut menimbulkan nanah dan memperparah luka. Padahal pada kenyataan ilmiahnya makanan tinggi protein dapat mempercepat proses menyembuhkan luka. (Sitiatava, 2013). Merawat lansia dengan hipertensi memerlukan pendidikan kesehatan yang baik untuk membenarkan prasangka yang buruk tersebut agar status bisa meningkat, kebiasaan adanya kebiasaan yang merugikan atau pantangan terhadap makanan tertentu juga dapat mempengaruhi status gizi. Kebiasaan yang merugikan misalnya pada proses memasak melakukan kebiasaan memasak yang salah sehingga hasil masakan menghasilkan masakan yang kurang bergizi, dengan demikian makanan yang dikonsumsi pun tidak bergizi. Kebiasaan misalnya mengkonsumsi makanan yang berlemak sehingga bisa menyebabkan timbulnya penyakit. Kebiasaan artinya suatu hal yang dilakukan berulang kali dalam beberapa waktu, sehingga jika makanan yang kurang sehat dikonsumsi terus menerus akan menimbulkan akibat yang buruk pada tubuh, zat makanan yang tidak baik akan terakumulasi didalam tubuh dan menimbulkan efek yang negatif, jika kebiasaan dan kesadaran akan tugas keluarga sesuai dengan kebutuhan maka akan meningkatkan kesejahteraan keluarga. Hasil penelitian menyatakan bahwa tugas keluarga dalam merawat anggota keluarga terlaksana cukup. Hal ini dilakukan oleh keluarga dengan cara membantu memenuhi kebutuhan dan menjaga keluarga yang menderita hipertensi dalam memenuhi kebutuhan nutrisi sesuai syarat diet rendah garam, memberikan perawatan khusus terhadap keluarga yang menderita hipertensi seperti merawat lansia yang menderita HT dengan mengetahui jenis makanan yang dianjurkan

dan tidak dianjurkan di konsumsi sehari - hari. Peran anggota keluarga terhadap lansia dalam merawat lansia dilakukan dengan pembicaraan terarah, mempertahankan kehangatan keluarga, menyediakan waktu untuk mendengarkan keluh kesahnya, membantu melakukan persiapan makan bagi lansia, memberikan kasih sayang dan perhatian. keluarga membantu memenuhi nutrisi yang sesuai syarat rendah garam mempersiapkan menu makan yang sesuai dengan penyakit hipertensi sehingga lansia tetap menerima asupan nutrisi (karbohidrat, protein, vitamin dll), dari semua makanan harus terpenuhi sesuai ketentuan diet hipertensi dan keluarga harus juga mengetahui jenis makanan yang tidak dianjurkan dikonsumsi oleh lansia yang menderita hipertensi.

### **Simpulan**

Pelaksanaan tugas keluarga dalam pemenuhan nutrisi pada lansia dengan hipertensi di Puskesmas Pesantren II Kota Kediri terlaksana pada kategori baik dan cukup. Tugas keluarga untuk mengenal masalah kesehatan keluarga dalam pemenuhan nutrisi pada lansia dengan hipertensi terlaksana pada kategori baik. Tugas keluarga untuk memutuskan tindakan kesehatan keluarga dalam pemenuhan nutrisi pada lansia dengan hipertensi terlaksana pada kategori cukup. Tugas keluarga untuk merawat keluarga yang mengalami gangguan kesehatan dalam pemenuhan nutrisi pada lansia dengan hipertensi terlaksana pada kategori cukup.

## Saran

Keluarga diharapkan tetap memperhatikan dan melaksanakan fungsi dan tugas keluarga. Keluarga juga harus lebih meningkatkan pelaksanaan tugas keluarga dalam memutuskan tindakan kesehatan dan merawat kesehatan supaya pemenuhan kebutuhan nutrisi pada lansia dengan hipertensi dapat terpenuhi. Keluarga perlu memahami prosedur diet hipertensi, sehingga dapat membantu lansia untuk memenuhi kebutuhan nutrisinya.

Sudiharto, (2007) . *Asuhan Keperawatan dengan Keperawatan Struktural*. Jakarta: EGC

Sugiyono, (2008). *Statistika untuk Penelitian*. Bandung: Alfabeta

## Daftar Pustaka

- Alimul, aziz. (2008). *Pengantar Kebutuhan Dasar manusia Aplikasi dan Proses Keperawatan Buku 2*. Jakarta: Salemba.
- Darmojo, (2004). *Buku Ajar Geriatri*. Jakarta: Balai Penerbit Fakultas Kedokteran UI.
- Nursalam, (2008). *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Nursalam, (2013). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Nurul Chayati,( 2009). *Konsep Komunitas*. Jakarta
- Nursalam, (2008). *Konsep dan Penerapan Metodologi Peneliti Ilmu Keperawatan* Jakarta: Salemba Medika
- Padila, (2013). *Keperawatan Gerontik*. Yogyakarta: NuhaMedika.
- Padila, (2012) . *Keperawatan Keluarga*. Yogyakarta: NuhaMedika.
- Setiadi, (2008). *Konsep dan Proses Keperawatan Keluarga*. Yogyakarta: Graha Ilmu
- Sitiatava Rizema Putra, (2013). *Gizi Dan Diet*. Yogyakarta: D-MEDIKA.