

The Relationship Between Family Support and Quality of Life Among Elderly Patients with Hypertension: A Mini-Literature Review

*Hardianti Yahya¹⁾, Melisa BR Sembiring²⁾, Titi Indriyati³⁾

¹⁾²⁾Program Studi S1 Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan,
Universitas Mohammad Husni Thamrin

*Correspondence author: yahyahardianti@gmail.com, Jakarta, Indonesia

DOI: <https://doi.org/10.37012/jkmp.v6i2.3646>

Abstract

Elderly is a way of growth and development that must be passed by everyone. Each individual experiences different growth and development, starting from when they are babies, children, adults, to the elderly phase, which is a cycle of life. Hypertension is a condition of excessively high blood pressure that can become serious if not treated. This article aims to determine the relationship between family support and the quality of life of elderly people aged ≥ 60 years with hypertension. The method used is a mini literature review with the PICO framework to formulate the problem, namely Population: Elderly, Intervention: Family support including emotional, informative, and appreciation dimensions, Comparison: no specific comparison, Outcome: an increase in the quality of life of the elderly in the physical, psychological, social relationship, and environmental domains. The main literature used in the synthesis table is original research articles, while review articles, guidelines, and institutional reports are used as supporting references. A total of 16 research articles are used in the synthesis table. The results show that family support has an important role in improving the quality of life of elderly people with hypertension. Therefore, managing hypertension in older adults requires active family involvement through education and a holistic approach to achieve optimal quality of life.

Keywords: Elderly, Family Support, Hypertension, Quality of Life

Abstrak

Lansia merupakan cara tumbuh kembang yang harus di lalui oleh setiap orang. Setiap individu mengalami tumbuh kembang yang berbeda, diawali Ketika bayi, anak-anak, dewasa, hingga fase lanjut usia, yang merupakan siklus kehidupan. Hipertensi adalah kondisi tekanan darah terlalu tinggi yang dapat menjadi serius jika tidak di obati. Artikel ini bertujuan untuk Mengetahui Hubungan Dukungan Keluarga Terhadap Kualitas Hidup Lansia berusia ≥ 60 tahun Penderita Hipertensi. Metode yang di gunakan adalah mini literatur review dengan kerangka PICO untuk merumuskan masalah, yaitu *Population* : Lansia, *Intervention*: Dukungan keluarga termasuk dimensi emosional, informatif dan penghargaan, *Comparison* : tidak ada pembandingan spesifik, *Outcome* : adalah Peningkatan Kualitas Hidup lansia, baik domain fisik, psikologi, hubungan sosial, lingkungan. Literatur utama yang di gunakan dalam tabel sintesis adalah artikel penelitian asli, terutama 10 tahun terakhir, sedangkan artikel review, pedoman, dan laporan institusi hanya digunakan sebagai rujukan pendukung pada pendahuluan dan pembahasan. Sebanyak 16 artikel penelitian digunakan dalam tabel sintesis. Hasil telaah bahwa dukungan keluarga memiliki peran penting dalam meningkatkan kualitas hidup lansia penderita hipertensi. Dukungan emosional, informasional, instrumental, dan penghargaan berkontribusi terhadap kepatuhan pengobatan, pengendalian hipertensi, kesejahteraan fisik dan psikologis lansia. maka pengelolaan hipertensi pada lansia memerlukan keterlibatan aktif keluarga melalui edukasi dan pendekatan holistik untuk mencapai kualitas hidup lansia yang optimal.

Kata Kunci: Dukungan Keluarga, Hipertensi, Kualitas Hidup, Lansia

PENDAHULUAN

Lanjut usia (lansia) merupakan tahap kehidupan yang terjadi ketika seseorang mencapai usia lanjut, meskipun tidak semua individu dapat mencapai tahap tersebut. Setiap individu mengalami perjalanan tumbuh kembang yang berbeda, diawali Ketika bayi, anak-anak, dewasa, hingga mengalami fase lanjut usia, yang merupakan bagian alami dari siklus kehidupan. Seiring bertambahnya usia, terutama ketika memasuki usia 60 tahun atau lebih, lansia mengalami berbagai perubahan fisik, psikologis, dan sosial, maka terjadi perubahan fisik serta perilakunya (Damayanti & Suratini, 2018)

Berdasarkan data badan pusat statistika (2025), jumlah penduduk lanjut usia di Indonesia mengalami peningkatan yang konsisten. Pada Tahun 2025, kelompok lansia mencakup 11,93% dari total populasi, presentase lansia perempuan lebih besar dibanding lansia laki-laki, yakni 52,16 persen berbanding 47,84 persen. Sementara itu jika dilihat berdasarkan umur, komposisi lansia paling besar adalah lansia kelompok umur muda, yakni penduduk yang berumur 60-69 tahun, dengan presentase sebesar 63,72 % , diikuti oleh lansia madya sebesar 28,94 %, dan lansia tua sebesar 7,34%, jika dilihat berdasarkan penyebarannya pada level provinsi, setidaknya ada 16 provinsi yang memasuki fase struktur penduduk tua karena presentase penduduk lansia yang sudah di atas 10%. Provinsi di Yogyakarta menempati posisi teratas dengan presentase lansia sebesar 15,40%, diikuti oleh bali dengan presentase lansia sekitar 15,03%. Sedangkan provinsi dengan proporsi penduduk lansia terendah yakni provinsi papua sebesar 6,69%.(Statistik Penduduk Lanjut Usia, 2025)

Berdasarkan *World Health Organization* (2025) Sekitar 1,4 miliar orang dewasa yang berusia 30-79 tahun di seluruh dunia menderita hipertensi pada tahun 2024 mewakili 33% dari populasi dalam kelompok usia ini. Hipertensi adalah kondisi Ketika tekanan darah terlalu tinggi yang melebihi batas normal yang dapat menjadi serius jika tidak di obati (WHO, 2025)

Hipertensi pada lansia yang tidak ditangani secara optimal dapat meningkatkan risiko komplikasi dan menurunkan kualitas hidup.dapat menyebabkan meningkatnya beban kerja jantung, sehingga bisa mengakibatkan rusaknya pembuluh darah di berbagai bagian tubuh seperti jantung, mata, dan otak. Penyakit jantung dapat menimbulkan tanda-tanda seperti sakit kepala, kesemutan pada kaki dan bagian tubuh lainnya, serta nyeri dada, yang secara keseluruhan mampu mempengaruhi kualitas hidup lansia. Kualitas hidup lansia sering diukur berdasarkan pengaruh kesehatan mereka terhadap kebahagiaan mereka sendiri .(Kusdiana & Puput, 2022)

Berbagai penelitian telah menunjukkan adanya hubungan positif antara fungsi keluarga dan kualitas hidup pada lansia. Fungsi keluarga yang lebih baik dikaitkan dengan berkurangnya gejala disabilitas dan meningkatnya kualitas hidup (Mali et al., 2025). Sebaliknya, lansia dengan hipertensi yang mengalami disfungsi keluarga berisiko memiliki kualitas hidup yang lebih rendah (Zhao et al., 2021). Namun, temuan mengenai peran keluarga pada lansia dengan hipertensi masih beragam, baik dalam bentuk dukungan yang diberikan maupun aspek kualitas hidup yang dipengaruhi. Oleh karena itu, diperlukan kajian literatur untuk mengidentifikasi dan mensintesis bukti penelitian mengenai hubungan dukungan keluarga dengan kualitas hidup lansia penderita hipertensi. Kajian ini diharapkan dapat memberikan gambaran yang lebih komprehensif mengenai bentuk dukungan keluarga yang berperan serta menjadi dasar dalam pengembangan intervensi yang melibatkan keluarga untuk meningkatkan kualitas hidup lansia dengan hipertensi.

Dukungan keluarga adalah suatu bentuk hubungan antara anggota keluarga sehingga anggota keluarga tersebut dapat merasakan perhatian yang lebih baik dari sikap, perhatian, tindakan, dan penerimaan anggota keluarga. Dukungan keluarga sangat diperlukan karena pasien yang menderita hipertensi akan menerima perawatan seumur hidup. Dukungan keluarga akan membantu seorang individu yang sakit tidak menanggung beban sendiri, merasa diperhatikan, dan individu tersebut merasa berharga dalam keluarganya (Uswatun Khasanah & Handayani, 2024). Upaya pengendalian hipertensi pada lansia tidak hanya bergantung pada individu, tetapi juga pada peran keluarga dalam melaksanakan tugas kesehatan keluarga, seperti memberikan dukungan, membantu kepatuhan pengobatan, mengingatkan pola hidup sehat, serta memantau kondisi kesehatan lansia.

keluarga yang sakit dan juga kepatuhan meminum obat antihipertensi. Keluarga memiliki peranan penting dalam upaya pencegahan hipertensi. Ketidak patuhan terhadap pengobatan antihipertensi akan menjadi salah satu penyebab kurangnya pengendalian tekanan darah (Kawulusan et al., 2019).

Artikel ini bertujuan untuk Mengetahui Hubungan Dukungan Keluarga Terhadap Kualitas Hidup Lansia berusia ≥ 60 tahun yang Penderita Hipertensi.

METODE PENELITIAN

Artikel ini di susun menggunakan desain mini literatur review dengan pendekatan naratif-tematik. Perumusan masalah mini literatur review ini menggunakan kerangka PICO.

Population dalam artikel ini adalah lanjut usia (lansia) khususnya lansia yang berusia ≥ 60 tahun. Intervention adalah Dukungan dari keluarga termasuk dimensi emosional, instrumental, informatif dan penghargaan. Comparison adalah tidak ada pembanding spesifik karena mayoritas studi yang di review menggunakan desain korelatif/potong lintang untuk melihat variasi tingkat dukungan dari kategori kurang hingga baik, bukan studi eksperimental dengan kelompok control. Outcome adalah Peningkatan Kualitas Hidup (Quality Of Life) lansia, baik pada domain fisik, psikologi, hubungan sosial, maupun lingkungan. Berdasarkan PICO tersebut, pertanyaan telaah dirumuskan sebagai berikut : Apakah Terdapat Hubungan antara pemberian dukungan keluarga terhadap tingkat kualitas hidup lansia berusia ≥ 60 tahun yang menderita Hipertensi ?

Penelusuran literatur dilakukan secara naraatif melalui basis data seperti PubMed, Google Scholar dan Garuda. Kata Kunci yang di gunakan antara lain Hipertensi, Lansia, lanjut usia, Kualitas hidup, dukungan keluarga, peran keluarga, Hypertension, elderly, older adults, Family support, family caregiver, quality of live. Kombinasi kata kunci dapat di susun menggunakan operator Boolean, misalnya ("*elderly*" OR "*older adults*" OR "*geriatric*") AND "*hypertension*" AND ("*family support*" OR "*family caregiver*") AND "*quality of life*" atau ("*lansia*" OR "*lanjut usia*") AND "*hipertensi*" AND "*dukungan keluarga*" AND "*kualitas hidup*". Penulisan sitasi dalam naskah menggunakan gaya APA, yaitu nama belakang penulis dan tahun publikasi, misal Sri et al.(2018) untuk sitasi naratif atau (Sri et al.,2018) untuk sitasi parentetik.

Kriteria inklusi meliputi artikel pada penelitian asli yang membahas Hipertensi, Lansia, Hubungan Keluarga, Kualitas hidup, Dukungan Keluarga, *Self Care* management, Dukungan Sosial, *Activity Daily Living*, Perawatan jangka Panjang untuk pasien hipertensi. Desain penelitian yang dapat di gunakan meliputi studi kuantitatif deskriptif, *cross sectional*, survey analitik, studi korelasional, korelasi analitik, kuantitatif observasional analitik, artikel diprioritaskan terbit dalam 10 tahun terakhir, tersedia dalam Bahasa Indonesia atau Bahasa inggris, dan memiliki relevansi langsung dengan topik. Artikel *review*, *systematic review*, *meta-analysis*, *guideline*, laporan institusi, dan halaman web resmi tidak di masukkan ke dalam table sintesis, tetapi dapat digunakan secara terbatas sebagai rujukan pendukung pada pendahuluan atau pembahasan. Kriteria eksklusi meliputi artikel yang tidak membahas tentang hipertensi, tidak berada dalam kontkes lansia atau lanjut usia, tidak berkaitan dengan kualitas hidup lansia, tidak berkaitan dengan hubungan keluarga, tidak tersedia teks lengkap, hanya opini populer, atau bahkan bukan penelitian asli. Dari hasil penelusuran dan seleksi,

sebanyak 16 artikel penelitian asli dipilih untuk di analisis dan di susun dalam tabel sintesis literatur.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1.
Sintesis Literatur

No	Penulisan dan Tahun	Fokus/ Tujuan	Desain/ Metode	Populasi/ Konteks	Temuan Utama	Relevansi
1.	(Rinawati Tarigan, 2026)	Menilai Korelasi antara hubungan dukungan keluarga dengan kualitas hidup pada pasien hipertensi lansia di posyasdu, desa kedai durian	Studi deskriptif kuantitatif dengan desain <i>cross-sectional</i>	85 Orag Lansia (60-67 tahun)	Lansia penderita hipertensi yang menerima dukungan keluarga yang kuat lebih mungkin mengubah perilaku kesehatanya dan mengadopsi serta mempertahankan kebiasaan baru dibandingkan lansia yang tidak mendapat dukungan keluarga	Relevan sebagai contoh dukungan keluarga terhadap pasien hipertensi
2.	(Ayuba et al., 2020)	Mengetahui Hubungan dukungan Sosial Keluarga dengan kualitas hidup lansia yang menderita hipertensi	Desain Survey Analitik pendekatan <i>Cross Sectional</i>	85 responden Lansia (60-74 tahun)	Kegiatan sosial dan juga dukungan sosial merupakan <i>support system</i> utama bagi lansia penderita hipertensi dan sangat berpengaruh untuk kualitas hidup lansia	Relevan sebagai dasar teori bahwa dukungan sosial keluarga sangat berkontribusi terhadap peningkatan kualitas hidup lansia secara menyeluruh
3.	(Setiyaningrum et al., 2024)	Mengetahui hubungan dukungan keluarga dengan kualitas hidup pasien penderita hipertensi di puskesmas mantrijeron yogyakarta	Obsevasio nal analitik dengan pendekatan <i>cross sectional</i>	105 penderita hipertensi (60 tahun)	Dukungan keluarga berupa perhatian, motivasi, pengawasan minum obat, pengaturan pola makan, serta pendampingan control	Menjadi dasar dalam penyusunan intervensi berbasis keluarga untuk meningkat

					Kesehatan berkontribusi terhadap pengelolaan penyakit yang lebih baik bagi pasien lansia penderita hipertensi	kan kualitas hidup penderita hipertensi
4.	(Dewi et al., 2025)	Mengetahui hubungan antara dukungan keluarga dan kualitas hidup pada lansia penderita hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Tamalate kabupaten jeneponto	Desain <i>Cross-sectional study</i>	50 Orang Lansia (60-74 tahun)	Dukungan informasional yang efektif dari keluarga sangat memberikan peluang risiko 6,7 kali lebih tinggi memiliki kondisi kesehatan yang lebih baik dibandingkan dengan yang tidak menerima dukungan informasional pada lansia penderita hipertensi	Mendukung teori bahwa keluarga merupakan support system utama yang berperan dalam meningkatkan kualitas hidup lansia penderita hipertensi
5.	(Nurdin & Meisyaroh Syamson, 2025)	Menganalisis hubungan antara peran keluarga dengan kualitas hidup lansia penderita hipertensi di wilayah kerja UPT. Puskesmas Lawawoi, Kabupaten Sidereng Rappang	Metode <i>Cross-Sectional Study</i> dengan uji <i>Chi-Square</i>	76 Responden Lansia (60-65 tahun)	Lansia yang masih tetap aktif bekerja, seperti bertani, cenderung memiliki kesejahteraan psikologis yang baik karena mereka merasa bahwa masih produktif dan memiliki tujuan hidup	Relevan untuk program promosi Kesehatan dan pengendalian hipertensi pada lansia di tingkat keluarga
6.	(Zahwa et al., 2024)	Mengetahui hubungan dukungan keluarga dan <i>activity daily living</i> (ADL) dengan kualitas hidup lansia yang mengalami gejala hipertensi di desa leran kabupaten gresik	Korelasi Analitik pendekatan <i>cross sectionl</i>	110 Responden Lansia (60-74 tahun)	Terdapat hubungan positif yang moderat antara <i>activity daily living</i> (ADL) dengan kualitas hidup lansia yang telah mengalami gejala hipertensi	Relevan untuk pengembangan intervensi berbasis keluarga dalam pengelolaan hipertensi pada lansia
7.	(Rosyada et al., 2023)	Mengetahui hubungan antara dukungan keluarga dan kebutuhan spiritual dengan	Kuantitatif observasional analitik menggunakan rancangan	42 Responden Lansia (60-74 tahun)	Terdapat hubungan antara kebutuhan spiritual dengan kualitas hidup pasien. lansia,	Mendukung konsep bahwa peningkatan kualitas hidup

		kualitas hidup pasien lansia	<i>cross-sectional</i>		serta terdapat hubungan antara dukungan keluarga dan kebutuhan spiritual serta kualitas hidup pasien lansia.	lansia memerlukan pendekatan holistik yang mencakup aspek sosial dan spritual
8.	(Prastiwi et al., 2025)	Meningkatkan kualitas hidup orang tua atau lansia yang mengalami krisis hipertensi dengan menawarkan dukungan keluarga	Pengabdian masyarakat dengan desain pretest-posttest	38 Responden lansia (≥ 60 tahun)	Edukasi kepada keluarga agar dapat menggunakan terapi non farmakologis maupun farmakologis untuk mengendalikan krisis hipertensi pada lansia	Menunjukkan bahwa edukasi keluarga dapat menjadi strategi efektif untuk meningkatkan kemampuan keluarga dalam mendukung lansia hipertensi
9.	(Eni Nuraeni et al., 2020)	Mengetahui hubungan antara dukungan yang diberikan keluarga dengan kualitas hidup lansia dengan hipertensi di puskesmas balaraja	Deskriptif koleratif dengan pendekatan <i>cross sectional</i>	88 Respon Lansia (60-90 tahun)	Tingkat Pendidikan lansia sangat berpengaruh pada kualitas hidup lansia, lansia yang berpendidikan memiliki kualitas hidup yang baik	Relevan untuk menjelaskan bahwa dukungan keluarga dapat membantu proses adaptasi lansia terhadap hipertensi
10.	(Puspawati et al., 2025)	Mengetahui hubungan antara dukungan keluarga dengan kualitas hidup lansia hipertensi yang membutuhkan perawatan jangka panjang	Analitik korelasi dengan pendekatan <i>cross-sectional</i>	110 Responden Hipertensi (60-90 tahun)	Perawatan jangka Panjang berpengaruh pada kualitas hidup lansia penderita hipertensi	Dapat dijadikan dasar penyusunan program Kesehatan berbasis keluarga untuk lansia hipertensi
11.	(Kayati et al., 2023)	Mengetahui hubungan dukungan sosial dengan kualitas hidup lansia penderita hipertensi di poli jantung RSUD Prof. Dr.	Analitik korelasi dengan pendekatan <i>cross-sectional</i>	172 Responden Lansia (70 tahun)	Health education yang diberikan tenaga kesehatan kepada keluarga lansia dengan hipertensi terkait dukungan sosial yang sangat	Mengindikasikan bahwa semakin tinggi dukungan sosial yang diterima, semakin baik

		Soekandar Mojokerto			berpengaruh terhadap kualiatas hidup	kualitas hidup lansia hipertensi
12.	(Tan et al., 2025)	Mengevaluasi status kesehatan mental pasien hipertensi berusia 60 tahun yang memberikan atau tidak memberikan dukungan keluarga antar generasi	Kuantitatif observasio nal dengan pendekatan <i>cross-sectional</i>	4.851 responden yang (60 tahun)	Dukungan antar generasi non-materi, terutama pengasuhan dan keterlibatan emosional, sangat penting untuk mengurangi depresi pada pasien hipertensi lanjut usia, sedangkan dukungan finansial memiliki sedikit pengaruh	Mengindik asikan bahwa kebutuhan emosional dan sosial lebih penting dari pada bantuan materi dalam meningkat kan kesejahteraan lansia hipertensi
13.	(Nurfitasari et al., 2023)	Mengetahui hubungan keluarga dengan <i>self care management</i> pada lansia hipertensi	Kolerasion al dengan pendekatan <i>cross-sectional</i>	80 Responden Lansia (60-90 Tahun)	dukungan keluarga dengan <i>self care management</i> pada lansia penderita hipertensi memiliki arah korelasi negatif berarti semakin baik dukungan keluarga maka semakin buruk <i>self management</i> pada lansia hipertensi	Menunjuka n bahwa peningkata n <i>self care manageme nt</i> memerlukan pendekatan yang kompheren sif, tidak hanya berfokus pada dukungan keluarga
14.	(Wafroh & Ririn Lestari, 2016)	Mengetahui hubungan dukungan keluarga dengan kualitas hidup lansia di PSTW bali sejatera banjar baru	Kuantitatif observasio nal dengan pendekatan <i>cross-sectional</i>	110 Responden Lansia ($\geq$ 60 tahun)	Kualitas hidup lansia di pengaruhi juga oleh kepuasan dengan apa yang di capai serta memiliki kesempatan mencintai dan di cintai dan memiliki teman dalam hidupnya.	Menunjuka n bahwa peningkata n kualitas hidup lansia memerlukan kolaborasi antara keluarga dan tenaga kesehatan
15.	(Sri Damayanti & Suratini, 2018)	Mengetahui hubungan dukungan keluarga dengan kualitas hidup lansia penderita hipertensi	Kolerasion al dengan pendekatan <i>cross-sectional</i>	30 Responden lansia (85 tahun)	Kualitas hidup lansia yang berjenis kelamin perempuan dan berpendidikan dan berstatus menikah memiliki kualitas hidup	Menunjuka n bahwa durasi penyakit memengar uhi kualitas hidup sehingga pengendali

					yang lebih baik	an hipertensi sejak dini sangat penting
16.	(Panjaitan & Agustina Br Perangin-Angin, 2020)	Mengetahui hubungan dukungan keluarga dengan kualitas hidup lansia	Deskripsi Korelasi	32 Responden Lansia (60-90 Tahun)	Lingkungan yang bersahabat dan dapat menerima lansia, serta bagaimana lansia mampu menyesuaikan dirinya dengan kemunduran yang dialami dapat mempengaruhi kualitas hidup	Menunjuka n bahwa lingkungan sosial dan kemampua n adaptasi lansia turut menentuka n kualitas hidup

Berdasarkan 16 Artikel penelitian asli yang disintesis, terdapat beberapa pembahasan, pertama dukungan keluarga sangat berperan dalam meningkatkan kualitas hidup lansia pada penderita hipertensi, kedua dukungan emosional memiliki peran lebih dominan dibandingkan dukungan materi, ketiga kualitas hidup lansia dipengaruhi oleh berbagai factor, keempat edukasi keluarga sebagai strategi dalam pengelolaan hipertensi lansia, kelima pentingnya pendekatan holistic dalam meningkatkan kualitas hidup lansia.

Dukungan Keluarga Sangat Berperan dalam Meningkatkan Kualitas Hidup Lansia pada Penderita Hipertensi

Hasil sintesis dari 16 artikel menunjukkan bahwa dukungan keluarga merupakan salah satu faktor yang paling konsisten berhubungan dengan peningkatan kualitas hidup lansia penderita hipertensi. Berbagai bentuk dukungan dari keluarga, seperti dukungan emosional, informasional, instrumental, penghargaan, pendampingan dalam pengobatan, pengawasan konsumsi obat, serta penerapan pola hidup sehat pada lansia, terbukti membantu lansia dalam mengendalikan hipertensi dan juga meningkatkan kualitas hidup. Selain itu, keterlibatan keluarga juga berperan dalam meningkatkan kepatuhan terhadap pengobatan, mendorong perubahan perilaku kesehatan, dan mempertahankan kebiasaan hidup sehat.

Temuan tersebut juga menunjukkan bahwa keluarga berfungsi sebagai *support system* utama bagi lansia dalam menghadapi penyakit kronis. Dukungan yang diberikan tidak hanya berkontribusi terhadap kondisi fisik, tetapi juga meningkatkan kesejahteraan psikologis, rasa aman, motivasi, serta kepercayaan diri lansia dalam menjalani pengobatan. Hasil sintesis ini sejalan dengan teori Friedman yang menyatakan bahwa dukungan emosional, informasional, instrumental, dan penghargaan merupakan fungsi keluarga yang sangat berperan dalam

meningkatkan status kesehatan anggota keluarga. Oleh karena itu, keterlibatan keluarga perlu menjadi bagian integral dalam program pengelolaan hipertensi pada lansia melalui edukasi, pendampingan, serta pemberdayaan keluarga agar kualitas hidup lansia dapat ditingkatkan secara optimal.

Dukungan Emosional Memiliki Peran Lebih Dominan Dibandingkan Dukungan Materi

Hasil sintesis literatur menunjukkan bahwa dukungan emosional merupakan bentuk dukungan keluarga yang sangat berpengaruh terhadap kualitas hidup lansia penderita hipertensi dibandingkan dukungan materi. Berbagai penelitian juga menunjukkan bahwa perhatian, kasih sayang, komunikasi yang baik, pendampingan, dan keterlibatan keluarga dalam kehidupan sehari-hari mampu meningkatkan kesejahteraan psikologis, mengurangi stres dan kecemasan, serta mendorong kepatuhan lansia saat menjalani pengobatan. Sebaliknya, dukungan finansial saja tidak memberikan pengaruh yang signifikan apabila tidak disertai dengan dukungan emosional dan juga sosial.

Temuan ini menunjukkan bahwa kebutuhan utama lansia penderita hipertensi tidak hanya berkaitan dengan pemenuhan aspek ekonomi, tetapi juga kebutuhan akan rasa aman, dihargai, diperhatikan, dan ditemani oleh keluarga lansia sendiri. Hasil sintesis ini didukung oleh penelitian (Tan et al., 2025) yang menyatakan bahwa dukungan emosional antargenerasi memberikan dampak yang lebih besar terhadap kesehatan mental dibandingkan dukungan finansial. Oleh karena itu, keluarga juga perlu membangun komunikasi yang positif dan memberikan perhatian secara berkelanjutan sebagai bagian dari upaya meningkatkan kualitas hidup lansia penderita hipertensi.

Kualitas Hidup Lansia yang Dipengaruhi oleh Berbagai Faktor

Hasil sintesis literatur menunjukkan bahwa kualitas hidup lansia yang menderita hipertensi tidak hanya dipengaruhi oleh dukungan keluarga, namun juga oleh berbagai faktor fisik, psikologis, sosial, spiritual, dan demografis. Beberapa hasil penelitian mengidentifikasi bahwa kemampuan melakukan *Activity of Daily Living* (ADL), kebutuhan spiritual, tingkat pendidikan, usia, jenis kelamin, status pernikahan, lingkungan sosial, aktivitas sehari-hari, serta kebutuhan perawatan jangka panjang turut berkontribusi pada kualitas hidup lansia. Selain itu, kemampuan lansia dalam beradaptasi dengan penyakit kronis dan mempertahankan kemandirian juga menjadi salah satu faktor yang dapat berpengaruh terhadap kesejahteraan mereka.

Temuan tersebut menunjukkan bahwa kualitas hidup merupakan konsep yang bersifat multidimensional, sehingga peningkatannya tidak dapat hanya dicapai melalui satu jenis intervensi. Meskipun dukungan keluarga memiliki peran yang sangat penting, pengelolaan hipertensi pada lansia juga memerlukan pendekatan yang komprehensif dengan memperhatikan kondisi fisik, kesehatan mental, dukungan sosial, dan spiritualitas, serta karakteristik individu. Oleh karena itu, upaya peningkatan kualitas hidup lansia hendaknya dilakukan dengan kolaborasi antara keluarga, tenaga kesehatan, dan lingkungan sosial agar kebutuhan lansia dapat terpenuhi secara menyeluruh.

Edukasi Keluarga sebagai Strategi dalam Pengelolaan Hipertensi Lansia

Hasil sintesis literatur menunjukkan bahwa edukasi kepada keluarga merupakan salah satu strategi yang sangat efektif dalam mendukung pengelolaan hipertensi pada lansia. Beberapa penelitian melaporkan bahwa keluarga yang memperoleh edukasi kesehatan memiliki pengetahuan dan keterampilan yang lebih baik dalam mendampingi lansia, seperti mengingatkan konsumsi obat, memantau tekanan darah, menerapkan pola makan sehat, mendorong aktivitas fisik, serta memberikan dukungan dalam menjalankan terapi farmakologis maupun nonfarmakologis. Edukasi sangat penting untuk meningkatkan kemampuan keluarga dalam mengenali tanda dan gejala hipertensi serta mencegah terjadinya komplikasi.

Temuan tersebut menunjukkan bahwa keberhasilan pengelolaan hipertensi pada lansia penderita hipertensi tidak hanya bergantung pada pelayanan tenaga kesehatan, tetapi juga pada keterlibatan aktif keluarga sebagai pendamping utama untuk lansia. Oleh karena itu, edukasi kesehatan yang berbasis keluarga perlu menjadi bagian dari program pelayanan lansia di fasilitas kesehatan. Dengan meningkatnya pengetahuan dan keterampilan keluarga, diharapkan kepatuhan pengobatan, pengendalian tekanan darah, serta kualitas hidup lansia pada penderita hipertensi dapat meningkat secara optimal dan berkelanjutan.

Pentingnya Pendekatan Holistic dalam Meningkatkan Kualitas Hidup Lansia

Hasil sintesis literatur menunjukkan bahwa peningkatan kualitas hidup lansia penderita hipertensi memerlukan adanya pendekatan holistik yang mencakup aspek fisik, psikologis, sosial, spiritual, dan lingkungan. Pada Beberapa penelitian menemukan bahwa kualitas hidup lansia tidak hanya dipengaruhi oleh pengendalian tekanan darah, namun juga dipengaruhi oleh kemampuan melakukan *Activity of Daily Living* (ADL), pemenuhan kebutuhan spiritual, hubungan sosial, kemampuan beradaptasi, serta dukungan dari lingkungan sekitar. Lansia yang memiliki keseimbangan pada berbagai aspek tersebut

cenderung memiliki kualitas hidup yang lebih baik berbeda dengan lansia yang hanya berfokus pada pengobatan penyakit tanpa pendekatan holistic dari keluarga.

Hasil penelitian secara umum menunjukkan bahwa dukungan keluarga berperan dalam meningkatkan kualitas hidup lansia dengan hipertensi. Namun, terdapat perbedaan pada bentuk dukungan yang paling berpengaruh. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa dukungan emosional dan informasional lebih berperan, sedangkan penelitian lain menemukan bahwa dukungan instrumental dan sosial juga memberikan kontribusi terhadap kualitas hidup. Perbedaan tersebut dapat dipengaruhi oleh karakteristik lansia, kondisi kesehatan, serta lingkungan sosial masing-masing. Dengan demikian, pengelolaan hipertensi pada lansia perlu dilakukan secara holistik melalui kombinasi terapi medis, dukungan keluarga, edukasi kesehatan, dan dukungan sosial.

KESIMPULAN DAN REKOMENDASI

Berdasarkan hasil sintesis dari 16 artikel, dapat disimpulkan bahwa dukungan dari keluarga memiliki peran yang sangat penting dalam meningkatkan kualitas hidup lansia penderita hipertensi. Dukungan yang diberikan, baik itu dalam bentuk emosional, informasional, instrumental, maupun penghargaan, terbukti sangat mampu meningkatkan kepatuhan terhadap pengobatan, mendorong penerapan gaya hidup sehat, serta membantu lansia dalam mengelola penyakit hipertensi. Di antara berbagai banyak bentuk dukungan tersebut, dukungan emosional merupakan faktor yang paling dominan karena berkontribusi terhadap peningkatan kesejahteraan psikologis, motivasi, dan kesehatan mental lansia pada penderita hipertensi.

Selain dukungan dari keluarga, kualitas hidup lansia juga dipengaruhi oleh berbagai faktor lainnya, seperti kemampuan melakukan *Activity of Daily Living* (ADL), kondisi psikologis, spiritualitas, tingkat pendidikan, karakteristik demografi, lingkungan sosial, dan kebutuhan perawatan jangka panjang. Hal ini menunjukkan bahwa kualitas hidup lansia merupakan konsep multidimensional yang memerlukan pendekatan yang sangat komprehensif.

Oleh karena itu, pengelolaan hipertensi pada lansia tidak hanya berfokus pada terapi medis, namun juga memerlukan edukasi kepada keluarga serta penerapan pendekatan holistik yang melibatkan keluarga, tenaga kesehatan, serta lingkungan sosial. Kolaborasi tersebut sangat diharapkan mampu meningkatkan kualitas hidup, mempertahankan kemandirian, serta mengurangi risiko komplikasi pada lansia penderita hipertensi.

Berdasarkan hasil sintesis literatur, diperlukan upaya yang melibatkan keluarga, tenaga kesehatan, serta masyarakat untuk meningkatkan kualitas hidup lansia pada penderita hipertensi. Keluarga diharapkan berperan aktif memberikan dukungan emosional, informasional, serta pendampingan terhadap kepatuhan pengobatan dan penerapan gaya hidup sehat. Tenaga kesehatan perlu meningkatkan program edukasi dan konseling berbasis keluarga agar pengelolaan hipertensi pada lansia bisa lebih efektif. Selain itu, penelitian selanjutnya disarankan menggunakan desain longitudinal atau eksperimental untuk mengkaji hubungan sebab-akibat antara dukungan keluarga dan kualitas hidup lansia serta dapat mengeksplorasi faktor-faktor lain yang memengaruhi kualitas hidup lansia pada penderita hipertensi.

REFERENSI

1. Ayuba, Asni Damansya, Haslinda Polapa, & Sintia K. (2020). *Jurnal Fisioterapi Dan Ilmu Kesehatan Sishana Dukungan Sosial Keluarga Dengan Kualitas Hidup Lansia Hipertensi Di Desa Tenggela Kecamatan Tilango*. 2(2).
2. Dewi, C., Rahmawati, S., Syahrir, M., Sahida, M., Tilka Muftiah Ridjal, A., Tinggi Ilmu Kesehatan Makassar, S., Moncongloe Kabupaten Maros, P., & Teknologi Dan Kesehatan Tri Tunas Nasional, I. (2025). Hubungan Dukungan Keluarga Dan Kualitas Hidup Lansia Yang Menderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Tamalatea. *Universitas Negeri Makassar*. <https://journal.stikmks.ac.id/A>
3. Eni Nuraeni, Muhamad Lutpi Baejuri, & Alpan Habibi. (2020). Dukungan Keluarga Dengan Kualitas Hidup Lansia Hipertensi Dipuskesmas Balaraja. *Prosiding Simposium Nasional Multidisiplin*.
4. Kawulusan, K. B., Katuuk, M. E., Bataha, Y. B., Studi, P., Keperawatan, I., & Kedokteran, F. (2019). *Hubungan Self-Efficacy Dengan Kepatuhan Minum Obat Hipertensi Di Puskesmas Ranotana Weru Kota Manado* (Vol. 7, Number 1).
5. Kayati, Siti Muthoharoh, & Sutomo. (2023). *Hubungan Dukungan Sosial Dengan Kualitas Hidup Lanjut Usia Penderita Hipertensi*.
6. Kusdiana, & Puput. (2022). *Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kualitas Hidup Lansia Hipertensi Di Puskesmas Subang 1*.
7. Nurdin, S., & Meisyaroh Syamson, M. (2025). *Hubungan Peran Keluarga Dengan Kualitas Hidup Lansia Hipertensi Di Wilayah Kerja Upt.Puskesmas Lawawoi Kabupaten Sidenreng Rappang The Relationship Between Family Role And The Quality*

- Of Life Of Elderly With Hypertension In The Service Area Of Upt.Puskesmas Lawawoi, Sidenreng Rappang Regency. 14. <https://Jurnal.Itkesmusidrap.Ac.Id/Jikp>*
8. Nurfitasari, S., Handayani, L. T., & Asih, S. W. (2023). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Self Care Management Pada Lansia Hipertensi. *Jurnal Kesmas Asclepius*, 5(2), 115–122. <https://doi.org/10.31539/Jka.V5i2.7915>
 9. Panjaitan, B. S., & Agustina Br Perangin-Angin, M. (2020). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kualitas Hidup Lansia. *Klabat Journal Of Nursing*, 2(2). <http://ejournal.unklab.ac.id/index.php/kjn>
 10. Puspawati, K. A., Sutini, N. K., Made, N., Putri, M. E., Inge, P., Suantika, R., Nuartini, N. N., Kesehatan, F., Teknologi, I., Bali, K., & Tukad Balian, J. (2025). *Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kualitas Hidup Pada Lansia Hipertensi Yang Membutuhkan Perawatan Jangka Panjang*.
 11. Rinawati Tarigan. (2026). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kualitas Hidup Lansia. In *Ecohealth: Journal Of Environmental And Public Health* (Vol. 1, Number 1). <https://jurnal.soratekno.org/index.php/ecohealth>
 12. Rosyada, Y. A., Faizin, C., & Noviasari, N. A. (2023). Hubungan Dukungan Keluarga Dan Kebutuhan Spiritual Dengan Kualitas Hidup Pasien Lansia. *Muhammadiyah Journal Of Geriatric*, 4(1), 73. <https://doi.org/10.24853/mujg.4.1.73-80>
 13. Setiyaningrum, A., Prasestiyo Sarjana Keperawatan, H., Ilmu Kesehatan, F., & Yogyakarta, A. (2024). *Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kualitas Hidup Pasien Hipertensi Di Puskesmas Mantrijeron Yogyakarta* (Vol. 2).
 14. Sri Damayanti, & Suratini. (2018). *Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kualitas Hidup Lansia Penderita Hipertensi Di Dusun Grujugan Bantul Yogyakarta Naskah Publikasi*.
 15. Statistik Penduduk Lanjut Usia. (2025). Statistik-Penduduk-Lanjut-Usia-2025. *Statistik Penduduk Lanjut Usia*.
 16. Tan, J., Kong, D., Hu, L., & Pu, C. (2025). Impacts Of Financial, Caregiving, And Emotional Support On Mental Health: Case Of Hypertensive Patients In China. *Frontiers In Public Health*, 13. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2025.1601168>
 17. Wafroh, S., & Ririn Lestari, D. (2016). *Siti Wafroh Dkk, Dukungan Keluarga Dengan Kualitas... Dukungan Keluarga Dengan Kualitas Hidup Lansia Di Pstw Budi Sejahtera Banjarbaru*.

18. Who. (2021). *Cardiovascular Diseases (Cvds)*. World Health Organization.
[https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/cardiovascular-diseases-\(cvds\)](https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/cardiovascular-diseases-(cvds))
19. Zahwa, I., Ramadhan, A., Saifuddin, M., Susanti, I., Fauziah, A., Keperawatan, P., & Lamongan, U. M. (2024). *Hubungan Dukungan Keluarga Dan Activity Daily Living (Adl) Dengan Kualitas Hidup Pada Lansia Yang Mengalami Gejala Hipertensi Di Desa Leran Kecamatan Manyar Kabupaten Gresik The Relationship Between Family Support And Activity Daily Living (Adl) With Quality Of Life In Elderly People Who Experience Symptoms Of Hypertension In Leran Village Manyar District Gresik Regency.*