Quality : Jurnal Kesehatan
Volume 20, Nomor 2 Tahun 2026, pp 116-125
pISSN : 1978-4325, eISSN : 2655-2434, DOI: 10.36082/qjk.v20i2.2858

EFEKTIVITAS PSIKOEDUKASI BERBASIS *FAMILY CENTERED NURSING* TERHADAP PENGENDALIAN HIPERTENSI PADA KELUARGA LANSIA: SYSTEMATIC REVIEW

R. Dwi Safra Yuli[1], Reni Zulfitri[2], Agrina[3]
[1]Program Studi Magister Keperawatan, Universitas Riau, Indonesia
[2,3] Fakultas Keperawatan, Universitas Riau, Indonesia

Info Artikel

Genesis Naskah:

Received: 7 December, 2025
Revised: 29 May, 2026
Accepted: 7 October, 2026
Available: 13 November,2026

Kata Kunci:
Family Centered Nursing; Psikoedukasi; Hipertensi; Lansia; Keluarga

Abstrak

Hipertensi pada lansia merupakan masalah kesehatan masyarakat yang berdampak pada kesejahteraan fisik, psikologis, dan ekonomi, baik bagi lansia maupun keluarga yang berperan sebagai pengasuh utama. Pendekatan *Family Centered Nursing* (FCN) melalui psikoedukasi mengintegrasikan dukungan keluarga dengan pendidikan kesehatan terstruktur untuk meningkatkan kemampuan keluarga dalam pengelolaan hipertensi. Namun, bukti ilmiah mengenai efektivitas intervensi ini masih tersebar dan belum tersintesis secara komprehensif. Oleh karena itu, systematic review ini bertujuan untuk menganalisis dan mensintesis bukti empiris mengenai efektivitas psikoedukasi berbasis FCN dalam pengendalian hipertensi pada lansia serta implikasinya bagi praktik keperawatan keluarga. Metode penelitian menggunakan *systematic review* yang mengikuti pedoman *Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses* (PRISMA). Pencarian artikel dilakukan pada basis data PubMed, ScienceDirect, SpringerLink, dan Google Scholar untuk publikasi tahun 2020–2025. Kriteria inklusi meliputi penelitian kuantitatif, kualitatif, dan *mixed methods* yang melibatkan lansia dengan hipertensi serta intervensi psikoedukasi berbasis FCN. Dari 642 artikel yang teridentifikasi, sebanyak sembilan artikel memenuhi kriteria inklusi dan dianalisis menggunakan pendekatan sintesis tematik. Kualitas metodologis artikel dinilai menggunakan *Joanna Briggs Institute* (JBI) Checklist dan *Mixed Methods Appraisal Tool* (MMAT). Hasil systematic review menunjukkan bahwa psikoedukasi berbasis FCN efektif meningkatkan pengetahuan keluarga, kompetensi pengasuhan, kepatuhan pengobatan, dan perilaku hidup sehat. Empat tema utama yang teridentifikasi meliputi peningkatan literasi dan pemberdayaan kesehatan keluarga, peningkatan kepatuhan pengobatan, penurunan tekanan darah sistolik dan diastolik sebesar 6–9 mmHg, serta penguatan dukungan emosional, kemampuan koping, dan kualitas hidup lansia. Temuan ini menunjukkan bahwa psikoedukasi berbasis FCN merupakan intervensi yang efektif dan komprehensif untuk mendukung pengendalian hipertensi pada lansia. Integrasi pendekatan ini dalam praktik keperawatan keluarga dan komunitas direkomendasikan untuk meningkatkan keterlibatan keluarga serta keberlanjutan pengelolaan hipertensi jangka panjang.

THE EFFECTIVENESS OF FAMILY CENTERED NURSING-BASED PSYCHOEDUCATION ON HYPERTENSION CONTROL AMONG ELDERLY FAMILIES: SYSTEMATIC REVIEW

Keywords:
Family Centered Nursing; Psychoeducation; Hypertension; Elderly; Family

Abstract

Hypertension among older adults is a major public health concern that affects physical, psychological, and economic well-being, both for older individuals and for family members who serve as primary caregivers. The Family-Centered Nursing (FCN) approach, delivered through psychoeducation, integrates family support with structured health education to enhance families' capacity in managing hypertension. However, scientific evidence regarding the effectiveness of this intervention remains fragmented and has not been comprehensively synthesized. Therefore, this systematic review aimed to analyze and synthesize empirical evidence on the effectiveness of FCN-based psychoeducation in controlling hypertension among older adults and its implications for family nursing practice.This study employed a

This is an open access article under the CC-BY-SA license.
Copyright © 2026 by Author.
Published by Politeknik Kesehatan Kemenkes Jakarta I

systematic review design following the Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses (PRISMA) guidelines. A comprehensive literature search was conducted in PubMed, ScienceDirect, SpringerLink, and Google Scholar for articles published between 2020 and 2025. The inclusion criteria comprised quantitative, qualitative, and mixed-methods studies involving older adults with hypertension and FCN-based psychoeducational interventions. Of the 642 records identified, nine studies met the eligibility criteria and were included in the review. The methodological quality of the selected studies was assessed using the Joanna Briggs Institute (JBI) Checklist and the Mixed Methods Appraisal Tool (MMAT), while data were synthesized using a thematic approach.The findings indicate that FCN-based psychoeducation effectively improves family knowledge, caregiving competence, medication adherence, and health-promoting behaviors. Four major themes emerged: enhanced family health literacy and empowerment, improved treatment adherence, reductions in systolic and diastolic blood pressure ranging from 6–9 mmHg, and strengthened emotional support, coping abilities, and quality of life among older adults. These findings suggest that FCN-based psychoeducation is an effective and comprehensive intervention for supporting hypertension management in older adults. Integrating this approach into family and community nursing practice is recommended to strengthen family involvement and promote sustainable hypertension management.

Korespondensi Penulis:
R. Dwi Safra Yuli
Jl. Patimura No. 9, Pekanbaru
Email: ***dwisafra30@hmail.com***

Pendahuluan

Hipertensi pada lansia merupakan penyakit kronis menahun yang dikenal sebagai *silent killer* karena sering tidak menunjukkan gejala, namun dapat menimbulkan komplikasi serius jika tidak dikendalikan (Kemenkes RI, 2022). Kondisi ini menjadi salah satu tantangan kesehatan utama pada populasi lanjut usia di Indonesia, dengan prevalensi yang terus meningkat dan memberikan beban besar bagi sistem kesehatan. Faktor perilaku hidup dan lingkungan turut memperparah keadaan, sehingga upaya pengendalian hipertensi pada lansia memerlukan pendekatan yang komprehensif (WHO, 2023).

Hipertensi menjadi penyebab utama kematian prematur dan faktor risiko penting berbagai penyakit kardiovaskular di dunia. Organisasi Kesehatan Dunia melaporkan bahwa sekitar 1,28 miliar orang dewasa usia 30–79 tahun hidup dengan hipertensi, dan hampir setengahnya tidak menyadari kondisi yang dialami. Hipertensi berkontribusi terhadap lebih dari 10 juta kematian setiap tahun secara global akibat komplikasi seperti stroke, penyakit jantung koroner, gagal jantung, dan penyakit ginjal kronis (WHO, 2023). Di Indonesia, hipertensi tetap menjadi masalah kesehatan masyarakat yang signifikan dengan prevalensi sebesar 30,8%, sedangkan pada kelompok usia lanjut prevalensinya mencapai lebih dari 60%, sehingga menjadi salah satu prioritas utama program pengendalian penyakit tidak menular nasional (Kementerian Kesehatan RI, 2023).

Rendahnya kepatuhan terapi, kurangnya aktivitas fisik, kebiasaan konsumsi garam berlebih, serta stres yang tidak tertangani memperburuk keadaan (Luthfa, Yusuf, & Fitryasari, 2025). Hipertensi yang tidak terkontrol meningkatkan risiko stroke, penyakit jantung koroner, gagal ginjal, dan penurunan fungsi kognitif, yang pada gilirannya menurunkan kualitas hidup (Hamedani & Salar, 2024).

Dampak hipertensi tidak hanya dirasakan individu, tetapi juga membebani keluarga secara ekonomi dan psikologis. Keberhasilan pengendalian tekanan darah pada lansia sangat bergantung pada dukungan keluarga mulai dari memotivasi, memastikan kepatuhan minum obat, hingga memfasilitasi perubahan perilaku sehat (Riasmini, Achjar, & Hartini, 2023). Namun, banyak keluarga belum memiliki pengetahuan dan keterampilan memadai untuk memberikan dukungan efektif (Hardayati, Eka, & Keliat, 2024).

Dalam keperawatan keluarga, *Family Centered Nursing* (FCN) menempatkan keluarga sebagai mitra inti perawatan. Model ini menekankan kolaborasi perawat–pasien–keluarga, edukasi yang berkesinambungan, komunikasi terapeutik, serta pemberdayaan keluarga guna mencapai hasil kesehatan optimal (Naef, Felten, Petry, & Massarotto, 2022). Salah satu wujud penerapan FCN adalah psikoedukasi keluarga intervensi edukatif-psikologis untuk meningkatkan pengetahuan, keterampilan, dan koping pasien serta keluarga (Pender, 2015).

Pada lansia dengan hipertensi, psikoedukasi berbasis FCN membantu keluarga memahami penyakit, mengelola diet dan aktivitas fisik, serta mendukung kepatuhan terapi. Sejumlah penelitian melaporkan peningkatan self-efficacy, penurunan tekanan darah, dan perbaikan kualitas hidup melalui keterlibatan keluarga aktif (Zhang et al., 2024; Darkwa, 2025).

Meski demikian, bukti kuat tentang efektivitas psikoedukasi berbasis FCN untuk pengendalian hipertensi pada lansia terutama di Indonesia masih terbatas. Banyak studi berfokus pada intervensi jangka panjang (Luthfa et al., 2025; Riasmini et al., 2023; Naef et al., 2022).

Bertolak dari kesenjangan tersebut, systematic review ini bertujuan untuk menganalisis, mensintesis, dan mengevaluasi bukti empiris mengenai efektivitas psikoedukasi berbasis Family Centered Nursing dalam pengendalian hipertensi pada keluarga lansia. Selain mengidentifikasi dampak intervensi terhadap tekanan darah dan kepatuhan terapi, kajian ini juga bertujuan menjelaskan mekanisme pemberdayaan keluarga yang berkontribusi terhadap keberhasilan pengelolaan hipertensi pada lansia serta memberikan rekomendasi bagi praktik keperawatan komunitas dan penelitian selanjutnya.

Metode

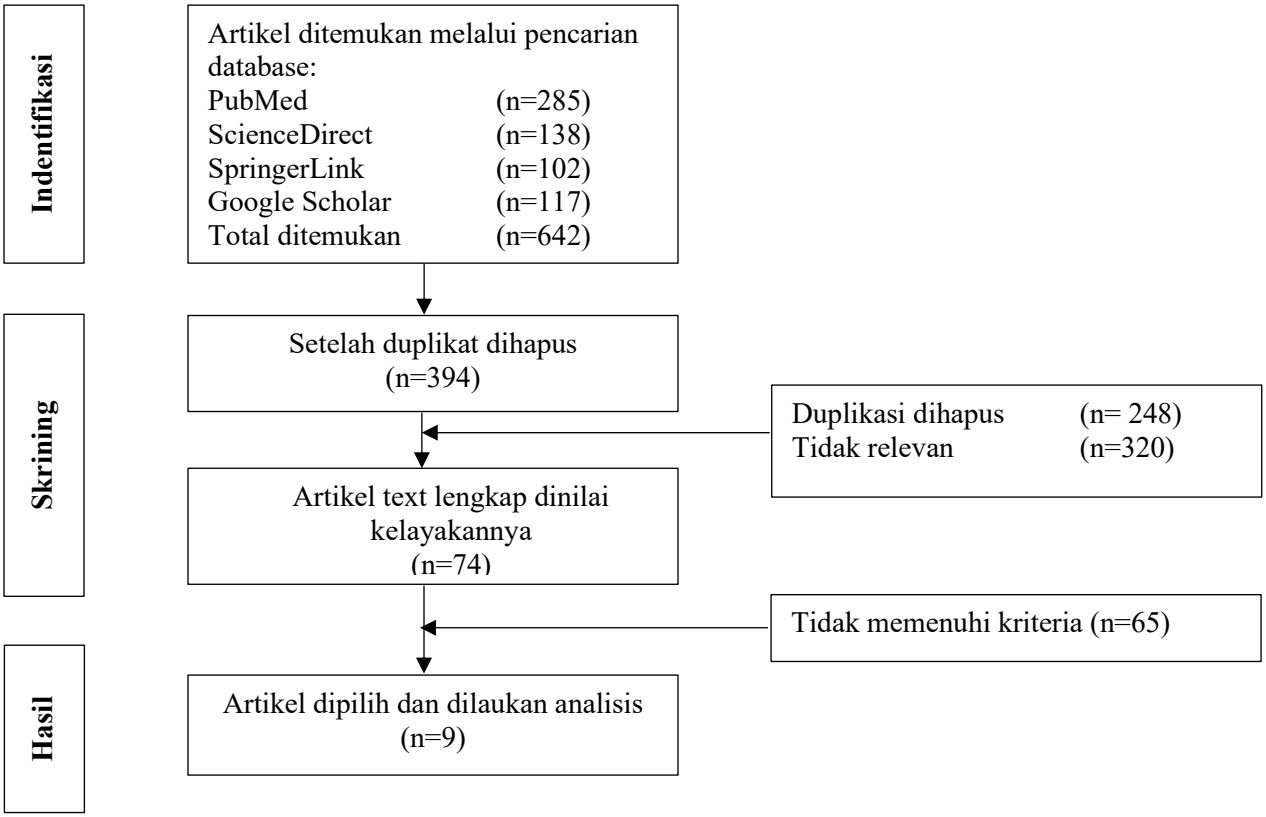
Penelitian ini menggunakan metode systematic review dengan mengacu pada pedoman Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses (PRISMA). untuk menelaah efektivitas psikoedukasi berbasis Family-Centered Nursing (FCN) terhadap pengendalian hipertensi pada lansia. Pendekatan ini dipilih karena mampu menggabungkan berbagai desain penelitian, baik kuantitatif, kualitatif, maupun *mixed methods*, sehingga memberikan pemahaman yang komprehensif tentang fenomena yang dikaji (Whittemore & Knafl, 2005). Proses kajian dilakukan secara sistematis berdasarkan pedoman PRISMA guna menjamin ketelitian, validitas, dan transparansi dalam penelusuran serta seleksi artikel (Hong et al., 2018).

individual dan belum mengintegrasikan peran keluarga secara komprehensif, padahal pendekatan berbasis keluarga cenderung lebih efektif mendorong perubahan perilaku dan kepatuhan

Data diperoleh dari empat basis data elektronik utama, yaitu PubMed, ScienceDirect, SpringerLink, dan Google Scholar, menggunakan kombinasi kata kunci *"Family Centered Nursing" OR "Family Empowerment" OR "Family Support" AND "Psychoeducation" AND "Hypertension" AND "Elderly"* yang disesuaikan dengan istilah MeSH untuk meningkatkan relevansi pencarian. Pencarian difokuskan pada artikel berbahasa Inggris atau Indonesia yang terbit antara tahun 2020–2025 dan telah melalui proses peer review. Dari hasil penelusuran diperoleh 642 artikel, kemudian dihapus 248 duplikasi, menyisakan 394 artikel unik. Setelah penyaringan berdasarkan judul dan abstrak, 320 artikel dieliminasi karena tidak relevan, sementara 74 artikel dibaca penuh untuk penilaian kelayakan. Sebanyak 65 artikel tidak memenuhi kriteria inklusi, sehingga tersisa 9 artikel yang dianalisis lebih lanjut.

Kriteria inklusi meliputi penelitian yang menilai efektivitas psikoedukasi berbasis FCN pada lansia dengan hipertensi menggunakan desain kuantitatif, kualitatif, atau campuran, tersedia dalam bentuk *full text*, dan diterbitkan dalam periode 2020–2025. Artikel berupa *systematic review*, editorial, *conference abstract*, atau yang tidak menyoroti peran keluarga dalam intervensi FCN dikeluarkan dari analisis. Seluruh tahapan seleksi mulai dari identifikasi, penyaringan, penilaian kelayakan, hingga inklusi dilakukan secara sistematis dan divisualisasikan melalui diagram alur PRISMA untuk menggambarkan proses seleksi artikel berbasis bukti.

Gambar 1. Alur Skrining Artikel



Ekstraksi Data dan Analisis

Proses ekstraksi data dilakukan terhadap 9 artikel yang memenuhi kriteria inklusi untuk dianalisis lebih lanjut. Setiap artikel ditelaah secara mendalam untuk memperoleh informasi utama yang meliputi nama penulis, tahun publikasi, metodologi penelitian, otal sampel, hasil, serta negara tempat penelitian dilakukan. Ekstraksi data dilakukan oleh peneliti secara independen guna meminimalkan bias seleksi, dan hasilnya disajikan dalam tabel 1 berikut:

Tabel 1. Hasil Ektraksi Data

Judul / Penulis (Tahun)	Metodologi Riset	Total Sampel	Hasil	Negara
The Effectiveness of the Family-Centered Empowerment Model towards the Quality of Life of Older Adults with Hypertension Luthfa, Yusuf, & Fitryasari (2025)	*Quasi-experimental*	110 lansia hipertensi	Penerapan Family Centered Empowerment Model melalui empat sesi edukasi meningkatkan kualitas hidup lansia secara signifikan ($p<0,05$). Terjadi peningkatan kepatuhan terhadap terapi obat dan perubahan gaya hidup sehat. Tekanan darah sistolik menurun sebesar 9 mmHg dan diastolik sebesar 6 mmHg. FCN juga memperkuat motivasi pasien dan meningkatkan komunikasi keluarga dalam mendukung proses pengobatan.	Indonesia
Online-Based Nursing Intervention and Family Psychoeducation for	*Pre–Post Test Design*	37 pasien hipertensi	Psikoedukasi berbasis daring dengan enam sesi pelatihan keluarga menurunkan tingkat kecemasan pasien secara signifikan ($p<0,001$). Intervensi	Indonesia

Judul / Penulis (Tahun)	Metodologi Riset	Total Sampel	Hasil	Negara
Reducing Anxiety and Improving Adherence in Hypertension Clients *Hardayati, Eka, & Keliat (2024)*			meningkatkan kepatuhan obat sebesar 32%, memperkuat dukungan psikologis keluarga, serta membangun kepercayaan antara pasien, keluarga, dan perawat. Program ini juga meningkatkan kemampuan keluarga dalam memberikan dukungan emosional selama pengobatan.	
A Continuity of Care Model Based on Family Empowerment Improves the Family's Ability in Managing Hypertension Among Elderly Riasmini, Achjar, & Hartini (2023)	*Pre–Post Quasi-experimental*	50 keluarga lansia	FCN melalui lima kali kunjungan rumah terbukti meningkatkan kemampuan keluarga dalam mengontrol tekanan darah lansia ($p<0,05$), mengatur pola makan rendah garam, dan memodifikasi gaya hidup. Intervensi memperkuat rasa tanggung jawab keluarga dalam perawatan lansia, memperbaiki rutinitas kontrol tekanan darah, dan meningkatkan partisipasi keluarga dalam pengambilan keputusan kesehatan.	Indonesia
Potential of Psychoeducation Media Based on IoT for Optimization of Hypertension Management in the Elderly Fitriani, Handoyo, & Setiawan (2023)	*Research and Development (R&D)*	30 keluarga lansia	Media psikoedukasi berbasis Internet of Things (IoT) meningkatkan pengetahuan keluarga sebesar 85% dan kepatuhan pengukuran tekanan darah sebesar 80%. Aplikasi IoT memudahkan keluarga melakukan pemantauan tekanan darah secara mandiri dan meningkatkan keterlibatan keluarga dalam manajemen penyakit. Intervensi berbasis teknologi ini juga meningkatkan motivasi lansia untuk berpartisipasi aktif dalam perawatan.	Indonesia
Effectiveness of Person Centered Health Education in the General Practice of Geriatric Chronic Disease Care Zhang, Gu, & Li (2024)	*Randomized Controlled Trial (RCT)*	128 lansia penyakit kronis	Edukasi berbasis keluarga selama delapan minggu meningkatkan self-care behavior lansia, kepatuhan terhadap terapi, dan skor kualitas hidup (HRQoL) sebesar 20%. Terjadi penurunan signifikan tekanan darah sistolik dan diastolik ($p<0,05$). Dukungan keluarga terbukti mempercepat adaptasi pasien terhadap gaya hidup sehat serta meningkatkan efikasi diri dalam pengelolaan hipertensi.	China
Effect of Family Centered Empowerment Model on Quality of Life of Patients with Hypertension Hamedani & Salar (2024)	*Experimental Pre–Post Design*	72 lansia hipertensi	Program pemberdayaan keluarga selama enam minggu menurunkan tekanan darah sistolik dan diastolik secara signifikan ($p<0,01$). FCN meningkatkan self-efficacy, motivasi pasien, dan keterlibatan keluarga dalam pemantauan tekanan darah di rumah. Intervensi ini juga memperkuat hubungan emosional keluarga, menurunkan stres, dan memperbaiki kualitas hidup pasien hipertensi.	Iran
Family Health Disease: Psychoeducational Models in Elderly Care Hoffmannová & Pilíková (2024)	*Mixed Methods*	40 keluarga lansia	Delapan sesi psikoedukasi meningkatkan komunikasi terapeutik antara keluarga dan lansia sebesar 75%, menurunkan tingkat stres pada caregiver sebesar 40%, dan meningkatkan empati terhadap pasien hipertensi. FCN juga memperkuat peran keluarga sebagai sistem dukungan emosional dan spiritual utama bagi lansia.	Republik Ceko
Community-Based Family Empowerment for Hypertension Control in Elderly Yani & Wicaksono (2020)	*Quasi-experimental*	96 keluarga lansia	Edukasi keluarga berbasis komunitas melalui Posyandu Lansia meningkatkan sikap positif keluarga terhadap pengendalian hipertensi dan partisipasi aktif dalam perawatan lansia ($p<0,05$). Keluarga menjadi lebih terampil dalam	Indonesia

Judul / Penulis (Tahun)	Metodologi Riset	Total Sampel	Hasil	Negara
			pemantauan tekanan darah dan konsisten dalam mendukung perubahan perilaku sehat lansia.	
Family Support Needs for People Living with Hypertension Darkwa (2025)	*Descriptive Qualitative Study*	22 keluarga pasien hipertensi	Keluarga membutuhkan dukungan psikoedukatif yang berkelanjutan untuk meningkatkan kepatuhan pengobatan dan kemampuan koping terhadap stres kronis akibat hipertensi. Dukungan emosional terbukti meningkatkan motivasi pasien, menurunkan kecemasan, dan memperkuat rasa kebersamaan keluarga dalam menghadapi penyakit.	Ghana

Quality Appraisal

Penilaian kualitas artikel dilakukan untuk memastikan validitas, kredibilitas, dan ketepatan metodologis dari sembilan artikel yang dianalisis. Proses ini menggunakan dua instrumen yang diakui secara internasional, yaitu *The Joanna Briggs Institute (JBI) Critical Appraisal Checklist* untuk penelitian kuantitatif dan kualitatif, serta *Mixed Methods Appraisal Tool (MMAT) versi 2018* untuk penelitian dengan desain campuran (*mixed methods*) (Hong et al., 2018). Kedua instrumen ini dipilih karena mampu menilai kelayakan metodologis secara komprehensif, termasuk kesesuaian desain penelitian, kejelasan prosedur intervensi, dan keandalan hasil penelitian.

Setiap artikel dinilai berdasarkan tujuh komponen utama, yaitu: (1) kejelasan tujuan penelitian, (2) kesesuaian desain penelitian dengan masalah yang dikaji, (3) teknik pengambilan dan ukuran sampel, (4) kejelasan prosedur intervensi, (5) validitas instrumen pengukuran, (6) kesesuaian metode analisis data, dan (7) konsistensi antara hasil dan kesimpulan. Skor hasil penilaian dikonversi dalam bentuk persentase (0–100%) dan dikategorikan ke dalam tiga tingkat kualitas: *High Quality (≥70%)*, *Moderate Quality (60–69%)*, dan *Low Quality (≤59%)*. Hasilnya dapat dilihat pada tabel 2 berikut:

Tabel 2. Hasil Critical Appraisal

No.	Penulis (Tahun)	Metodologi	Instrumen Penilaian	Skor (0–100%)	Kategori Kualitas
1	Luthfa, Yusuf, & Fitryasari (2025)	Kuantitatif (*Quasi-experimental)*	*JBI Checklist*	93%	*High Quality*
2	Hardayati, Eka, & Keliat (2024)	Kuantitatif *(Pre–Post Test Design)*	*JBI Checklist*	88%	*High Quality*
3	Riasmini, Achjar, & Hartini (2023)	Kuantitatif *(Pre–Post Quasi-experimental)*	*JBI Checklist*	90%	*High Quality*
4	Fitriani, Handoyo, & Setiawan (2023)	R&D / *Applied Design*	*MMAT*	78%	*Moderate Quality*
5	Zhang, Gu, & Li (2024)	Kuantitatif *(Randomized Controlled Trial)*	*JBI Checklist*	95%	*High Quality*
6	Hamedani & Salar (2024)	Kuantitatif *(Experimental Pre–Post Design)*	*JBI Checklist*	89%	*High Quality*
7	Hoffmannová & Pilíková (2024)	*Mixed Methods*	*MMAT*	91%	*High Quality*
8	Yani & Wicaksono (2020)	Kuantitatif *(Quasi-experimental)*	*JBI Checklist*	84%	*High Quality*

9	Darkwa (2025)	Kualitatif *(Descriptive Study)*	*JBI Checklist*	72%	*Moderate Quality*

Hasil

Berdasarkan hasil analisis terhadap sembilan artikel yang memenuhi kriteria inklusi, diperoleh empat tema utama yang menunjukkan efektivitas psikoedukasi berbasis *Family Centered Nursing* (FCN) terhadap pengendalian hipertensi pada lansia. Keempat tema tersebut meliputi: (1) peningkatan pengetahuan dan kemampuan keluarga dalam manajemen hipertensi, (2) peningkatan kepatuhan minum obat dan perubahan gaya hidup sehat, (3) penurunan tekanan darah serta peningkatan kualitas hidup lansia, dan (4) penguatan dukungan emosional dan komunikasi keluarga. Hasil sintesis ini menggambarkan bahwa keterlibatan aktif keluarga melalui pendekatan FCN berkontribusi signifikan terhadap keberhasilan pengendalian hipertensi baik secara fisik maupun psikososial.

Peningkatan Pengetahuan dan Kemampuan Keluarga

Hasil dari beberapa penelitian menunjukkan bahwa psikoedukasi berbasis FCN secara konsisten meningkatkan pengetahuan dan keterampilan keluarga dalam merawat anggota keluarga yang mengalami hipertensi. Studi oleh Riasmini et al. (2023) dan Yani & Wicaksono (2020) membuktikan bahwa edukasi keluarga meningkatkan pemahaman tentang penyakit hipertensi, pengaturan pola makan rendah garam, serta kemampuan dalam memantau tekanan darah secara rutin. Selain itu, Luthfa et al. (2025) menegaskan bahwa pemberdayaan keluarga melalui *Family Centered Empowerment Model* meningkatkan literasi kesehatan dan rasa tanggung jawab keluarga terhadap perawatan lansia hipertensi. Peningkatan pengetahuan ini merupakan faktor penting dalam manajemen penyakit kronis. Keluarga yang memiliki pemahaman baik mengenai mekanisme penyakit dan cara pengendalian tekanan darah mampu mendukung pasien dalam menjalankan terapi pengobatan dengan lebih konsisten. Hal ini sejalan dengan teori *Family Empowerment Model* (FEM) yang menekankan bahwa pengetahuan dan keterlibatan keluarga secara aktif merupakan komponen penting dalam keberhasilan pengelolaan penyakit kronis.

Peningkatan Kepatuhan Minum Obat dan Perubahan Gaya Hidup

Temuan lain menunjukkan bahwa pendekatan psikoedukasi FCN dapat meningkatkan kepatuhan pasien lansia dalam mengonsumsi obat antihipertensi serta mengubah gaya hidup menjadi lebih sehat. Penelitian oleh Hardayati et al. (2024) membuktikan bahwa psikoedukasi berbasis daring mampu meningkatkan kepatuhan minum obat hingga 32% dan menurunkan tingkat kecemasan pasien. Sementara itu, Zhang et al. (2024) menunjukkan bahwa edukasi keluarga selama delapan minggu berhasil meningkatkan *self-care behavior* dan kepatuhan terhadap terapi pengobatan, yang berdampak langsung pada penurunan tekanan darah.

Kepatuhan pasien terhadap pengobatan dan gaya hidup merupakan hasil dari dukungan keluarga yang aktif dan berkelanjutan. Keluarga berperan penting dalam mengingatkan jadwal pengobatan, memfasilitasi pengukuran tekanan darah, serta memberikan dukungan emosional. Menurut Hamedani & Salar (2024), FCN berfungsi sebagai sarana peningkatan *self-efficacy* pasien melalui keterlibatan keluarga dalam setiap tahap perawatan. Dengan demikian, peran keluarga bukan hanya sebagai pendamping, tetapi juga sebagai mitra aktif dalam menjaga keberlanjutan terapi.

Penurunan Tekanan Darah dan Peningkatan Kualitas Hidup

Sebagian besar penelitian menunjukkan bahwa intervensi psikoedukasi FCN secara signifikan menurunkan tekanan darah sistolik dan diastolik pada lansia hipertensi. Penelitian Luthfa et al. (2025) melaporkan penurunan rata-rata tekanan darah sistolik sebesar 9 mmHg dan diastolik sebesar 6 mmHg setelah penerapan FCN selama empat sesi edukasi. Sementara itu, Hamedani & Salar (2024) menemukan bahwa intervensi pemberdayaan keluarga selama enam minggu meningkatkan *self-efficacy* dan motivasi pasien dalam mengontrol tekanan darah.

Selain pengaruh fisiologis, FCN juga berkontribusi pada peningkatan kualitas hidup lansia. Penelitian Zhang et al. (2024) menunjukkan peningkatan skor *Health-Related Quality of Life (HRQoL)* sebesar 20% setelah dilakukan edukasi

berbasis keluarga. Hal ini menunjukkan bahwa keterlibatan keluarga secara langsung dapat membantu lansia dalam mengelola penyakit, mengurangi stres, serta meningkatkan kesejahteraan psikologis.

Penguatan Dukungan Emosional dan Komunikasi Keluarga

Tema terakhir yang muncul adalah penguatan hubungan emosional dan komunikasi antar anggota keluarga. Intervensi psikoedukasi FCN terbukti tidak hanya berdampak pada aspek klinis, tetapi juga pada dimensi psikososial pasien dan keluarganya. Studi oleh Hoffmannová & Pilíková (2024) menunjukkan bahwa psikoedukasi meningkatkan kemampuan komunikasi terapeutik antara lansia dan keluarga hingga 75%, serta menurunkan stres caregiver sebesar 40%. Sementara itu, Darkwa (2025) menegaskan bahwa keluarga membutuhkan dukungan edukatif dan emosional berkelanjutan agar mampu beradaptasi dalam menghadapi beban psikologis selama proses perawatan.

Dukungan emosional keluarga berperan penting dalam memperkuat koping pasien terhadap tekanan psikologis akibat penyakit kronis. Lansia yang mendapatkan dukungan emosional tinggi cenderung memiliki tingkat kepatuhan yang lebih baik dan kualitas hidup yang lebih tinggi. Oleh karena itu, perawat perlu berperan sebagai fasilitator yang membantu meningkatkan komunikasi keluarga, memediasi konflik emosional, dan memperkuat peran keluarga sebagai si sebagai sistem dukungan utama pasien, keluarga, serta efektivitas jangka panjang dalam pengendalian hipertensi pada lansia di Komunitas.

Pembahasan

Secara umum, kompilasi dari sembilan artikel menunjukkan bahwa psikoedukasi berbasis *Family Centered Nursing* (FCN) merupakan intervensi yang efektif dalam meningkatkan pengendalian hipertensi pada lansia. Temuan ini menguatkan bahwa keberhasilan pengelolaan penyakit kronis tidak hanya bergantung pada terapi klinis, tetapi juga pada keterlibatan aktif keluarga sebagai sistem pendukung utama dalam perubahan perilaku kesehatan. Pendekatan FCN menempatkan keluarga sebagai mitra tenaga kesehatan dalam memberikan asuhan yang berkesinambungan, sehingga keluarga tidak hanya berperan sebagai pendamping, tetapi juga sebagai bagian dari proses pengambilan keputusan dan pemantauan kesehatan lansia.

Efektivitas FCN dapat dijelaskan melalui dua komponen utama, yaitu pemberdayaan keluarga dan dukungan sosial. Pemberdayaan keluarga meningkatkan kemampuan dan kemandirian keluarga dalam mengenali masalah kesehatan, mengambil keputusan, serta melaksanakan perawatan sehari-hari. Sementara itu, dukungan sosial yang diberikan keluarga membantu meningkatkan motivasi, kepatuhan terapi, dan kemampuan lansia dalam mempertahankan gaya hidup sehat. Temuan ini sejalan dengan konsep *Family Systems Nursing* yang memandang keluarga sebagai suatu sistem, sehingga perubahan perilaku pada satu anggota keluarga akan memengaruhi kesehatan seluruh anggota keluarga. Melalui psikoedukasi, keluarga memperoleh pengetahuan, keterampilan, dan kepercayaan diri yang lebih baik dalam mengelola hipertensi, sehingga mampu memberikan dukungan yang konsisten kepada lansia.

Hasil kajian ini juga didukung oleh berbagai penelitian yang menunjukkan bahwa intervensi berbasis keluarga mampu meningkatkan kemampuan keluarga dalam memantau tekanan darah, mengatur pola makan, mendukung kepatuhan pengobatan, serta memperbaiki luaran kesehatan pasien dengan penyakit kronis (Naef et al., 2022; Riasmini et al., 2023). Selain meningkatkan aspek klinis, psikoedukasi berbasis FCN berkontribusi terhadap peningkatan *self-efficacy*, pengurangan stres, dan peningkatan kualitas hubungan antara lansia dan keluarga. Lansia yang memperoleh dukungan keluarga secara optimal cenderung memiliki persepsi yang lebih positif terhadap pengobatan dan lebih konsisten menjalankan regimen terapi.

Pada tatanan pelayanan kesehatan, penerapan FCN berpotensi meningkatkan mutu asuhan keperawatan sekaligus mendukung kesinambungan pelayanan (*continuity of care*). Keterlibatan keluarga sebagai *co-caregiver* membantu proses pemantauan kesehatan di rumah, mengurangi risiko kekambuhan, serta mendorong efisiensi penggunaan layanan kesehatan. Selain itu, pendekatan ini sejalan dengan upaya peningkatan literasi kesehatan masyarakat dan mendukung pencapaian Tujuan Pembangunan Berkelanjutan (*Sustainable Development Goals*), khususnya tujuan ketiga mengenai kehidupan sehat dan kesejahteraan bagi semua usia.

Meskipun demikian, beberapa keterbatasan perlu diperhatikan. Sebagian besar penelitian yang ditelaah memiliki durasi intervensi yang relatif singkat dan melibatkan jumlah sampel yang terbatas, sehingga

generalisasi hasil masih perlu dilakukan secara hati-hati. Selain itu, mayoritas studi dilakukan di negara-negara Asia yang memiliki karakteristik budaya dan struktur keluarga yang berbeda dengan wilayah lain. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya disarankan menggunakan desain *randomized controlled trial* (RCT), melibatkan populasi yang lebih beragam, serta mengevaluasi efektivitas jangka panjang psikoedukasi berbasis FCN. Temuan kajian ini juga menegaskan pentingnya peran perawat sebagai fasilitator pendidikan dan pemberdayaan keluarga. Integrasi FCN dalam setiap tahapan proses keperawatan diharapkan dapat memperkuat pengelolaan hipertensi pada lansia dan meningkatkan kualitas hidup mereka secara berkelanjutan.

Kesimpulan dan Saran

Studi literatur ini membahas tentang pengaruh psikoedukasi berbasis *Family Centered Nursing* (FCN) terhadap pengendalian hipertensi pada lansia. Implementasi FCN terbukti memberikan dampak positif terhadap peningkatan pengetahuan dan kemampuan keluarga dalam merawat lansia hipertensi, meningkatkan kepatuhan pengobatan**,** serta memperbaiki pola diet dan gaya hidup sehat**.** Pelaksanaan psikoedukasi FCN juga berpengaruh terhadap penurunan tekanan darah sistolik dan diastolik**,** peningkatan self-efficacy, serta kualitas hidup lansia melalui dukungan emosional dan komunikasi yang lebih baik antara keluarga dan tenaga kesehatan. Selain itu, keterlibatan aktif keluarga dalam proses perawatan melalui pendekatan FCN mampu memperkuat hubungan terapeutik antara perawat, pasien, dan keluarga, sehingga tercipta asuhan keperawatan yang berpusat pada pasien dan keluarga. Beberapa studi juga merekomendasikan perlunya penelitian lanjutan terkait pengaruh psikoedukasi berbasis FCN terhadap distres psikologis, beban perawatan keluarga**,** serta efektivitas jangka panjang dalam pengendalian hipertensi pada lansia di komunitas.

Daftar Pustaka

Darkwa, I. O. (2025). *Family support needs for people living with hypertension*. ProQuest Dissertations Publishing.

Fitriani, R., Handoyo, S., & Setiawan, A. (2023). Potential of psychoeducation media based on IoT for optimization of hypertension management in the elderly. *Jurnal Teknologi Kesehatan Indonesia, 4*(2), 77–85.

Friedman, M. M., Bowden, V. R., & Jones, E. G. (2014). *Family nursing: Research, theory, and practice* (6th ed.). Pearson.

Hamedani, M. A., & Salar, A. (2024). Effect of family-centered empowerment model on quality of life of patients with hypertension. *Middle East Nursing Journal, 10*(2), 45–52.

Hardayati, Y. A., Eka, A. R., & Keliat, B. A. (2024). Online-based nursing intervention and family psychoeducation for reducing anxiety and improving adherence in hypertension clients. *Neliti Journal of Nursing Science, 9*(1), 112–119.

Hoffmannová, A., & Pilíková, D. (2024). *Family–Health–Disease: Psychoeducational models in elderly care*. University of Tomas Bata Press.

Kaakinen, J. R., Coehlo, D. P., Steele, R., Robinson, M., & Hanson, S. M. H. (2018). *Family health care nursing: Theory, practice, and research* (6th ed.). F.A. Davis Company.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). *Laporan nasional Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2023*. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.

Luthfa, I., Yusuf, A., & Fitryasari, R. (2025). The effectiveness of the family-centered empowerment model towards the quality of life of older adults with hypertension. *Health and Life Sciences Journal, 12*(1), 88–96.

Naef, R., Felten, S. V., Petry, H., & Massarotto, P. (2022). A multicomponent family support intervention in nursing practice (FICUS trial). *BMC Nursing, 21*(310), 1–12.

Riasmini, N. M., Achjar, K. A. H., & Hartini, T. (2023). A continuity of care model based

on family empowerment improves the family's ability in managing hypertension among elderly. *Jurnal Keperawatan Poltekkes Mataram, 17*(2),1183–1192.

Whittemore, R., & Knafl, K. (2005). The integrative review: Updated methodology. *Journal of Advanced Nursing, 52*(5), 546–553.

World Health Organization. (2023). *Global report on hypertension: Silent killer, global crisis*. WHO Press.

Wright, L. M., & Leahey, M. (2013). *Nurses and families: A guide to family assessment and intervention* (6th ed.). F.A. Davis Company.

Yani, D. P., & Wicaksono, A. (2020). Community-based family empowerment for hypertension control in elderly. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia, 9*(4), 250–259.

Zhang, Z., Gu, D., & Li, S. (2024). Effectiveness of person-centered health education in the general practice of geriatric chronic disease care. *Journal of Aging and Health Practice, 36*(1), 25–33.