

**PENGARUH *HEALTH COACHING* KELUARGA TERHADAP
PERUBAHAN TEKANAN DARAH
PADA LANSIA HIPERTENSI**

SKRIPSI



**Oleh:
Taufiq Hidayat
NIM. 22102219**

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS dr. SOEBANDI
JEMBER
2026**

LEMBAR PENGESAHAN

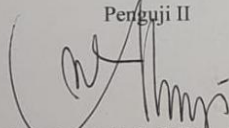
Skripsi yang berjudul Pengaruh *Health Coaching* Keluarga Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi telah diuji dan disahkan oleh Dekan Fakultas Ilmu Keperawatan pada:

Nama : Taufiq Hidayat
NIM : 22102219
Hari, Tanggal : Jum'at, 17 Juli 2026
Program Studi : Ilmu Keperawatan Universitas dr. Soebandi

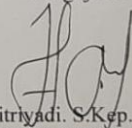
Tim Penguji
Ketua Penguji


Akhmad Efrizal Amrullah, S.Kep., Ns., M.Si.
NIDN. 0719128102

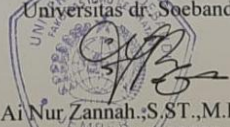
Penguji II


Wahyi Sholehah E. S, S.Kep., Ns., M.Kep.
NIDN. 710119002

Penguji III


Junianto Fitriyadi, S.Kep., Ns., M.Kep.
NIDN. 0710068663

Mengesahkan
Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan,
Universitas dr. Soebandi


Ai Nur Zannah, S.ST., M.Keb
NIDN. 0719128902

Pengaruh *Health Coaching* Keluarga Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi

The Effect of Family Health Coaching on Blood Pressure Changes in Hypertensive Elderly

Taufiq Hidayat, Junianto Fitriyadi

Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas dr. Soebandi

Korespondensi Penulis: taufiqhidayat777300@gmail.com

Received : *Accepted :* *Published :*

Abstrak

Latar Belakang: Hipertensi yang dialami lansia memerlukan penanganan yang tepat guna menghindari komplikasi dikemudian hari, karena lansia rentan mengalami kesulitan untuk merawat dirinya, maka peran keluarga diperlukan. Untuk itu intervensi yang tepat adalah *health coaching* keluarga.

Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *health coaching* keluarga terhadap perubahan tekanan darah pada lansia hipertensi.

Metode: Desain penelitian menggunakan *pre-eksperimental* dengan pendekatan *one grup pretest posttest design*. Populasi dalam penelitian ini sebanyak 130 keluarga lansia hipertensi di Desa Curah Kalong. Teknik pengambilan sampel menggunakan *non probability sampling* dengan teknik *kuota sampling*, sampel yang digunakan pada penelitian ini berjumlah 20 keluarga lansia hipertensi. Intervensi yang diberikan adalah *health coaching* keluarga yang dilakukan dalam 2 minggu dengan 1 kali pertemuan setiap minggu dan lama tiap sesi adalah 1 jam, alat ukur penelitian yang digunakan adalah *Sfignomanometer* (Tensimeter) merk Onemed dengan tipe tensi 200. Analisis data dalam penelitian ini memakai uji *wilcoxon*.

Hasil: Rerata tekanan darah lansia sebelum intervensi sejumlah 144/78 MmHg, rerata tekanan darah lansia setelah intervensi sejumlah 130/71 MmHg, terdapat pengaruh yang signifikan dari *health coaching* keluarga dengan nilai signifikansi $<0,001 < \alpha 0,05$.

Diskusi: Ditemukan pengaruh yang signifikan dari *health coaching* keluarga terhadap perubahan tekanan darah pada lansia hipertensi.

Kesimpulan: : Ditemukan pengaruh yang signifikan dari *health coaching* keluarga terhadap perubahan tekanan darah lansia hipertensi. Disarankan untuk menambah

jumlah sampel penelitian dan memberikan intervensi *health coaching* lebih lama dan lebih bervariasi.

Kata Kunci: *health coaching*, keluarga, lansia, hipertensi.