BAB II
TINJAUAN PUSTAKA

A. Konsep Dasar Teknik Relaksasi Benson

1. Defenisi Teknik Relaksasi Benson

Terapi Relaksasi Benson adalah salah satu jenis terapi yang diciptakan oleh Herbert Benson, yaitu seorang ahli peneliti dari fakultas kedokteran Hardvand yaitu mengkaji efektifitas doa dan meditasi. Kata-kata tertentu yang diucapkan dengan cara berulang-ulang yang menyertakan unsur keyakinan keimanan terhadap agama dan tuhan yang maha kuasa agar menjadi relaksasi yang rileks dan nyaman jika dibandingkankan melakukan relaksasi tanpa menyertakan unsur keyakinan tersebut (Febiantri & Machmudah, 2022).

Relaksasi Benson merupakan relaksasi yang menggabungkan antara teknik respons relaksasi dan sistem keyakinan individu/faith faktor (difokuskan pada ungkapan tertentu berupa nama-nama Tuhan atau kata yang memiliki makna menenangkan bagi pasien itu sendiri) yang diucapkan berulang-ulang dengan ritme teratur disertai sikap pasrah Relaksasi *Benson* yaitu suatu teknik pengobatan untuk menghilangkan nyeri, insomnia (tidak bisa tidur), kecemasan, dan hipertensi (Karim & Aini, Azzahra, 2022).

Relaksasi Benson merupakan pengembangan metode respon relaksasi dengan melibatkan faktor keyakinan pasien, yang dapat menciptakan suatu lingkungan internal sehingga dapat membantu pasien mencapai kondisi kesehatan dan kesejahteraan lebih tinggi. Relaksasi Benson merupakan teknik relaksasi dengan melibatkan unsur keyakinan dalam bentuk katakatakeyakinan yang dianut oleh pasien (Fikri, 2023).

Relaksasi Benson adalah sebuah metode perawatan yang melibatkan penghembusan napas perlahan sambil mengucapkan kalimat doa. Stimulasi pada daerah pre optik menghasilkan efek penurunan tekanan darah dan denyut jantung yang berlangsung melalui pusat kardiovaskuler di medula. Teknik relaksasi ini dapat memicu respons relaksasi dalam

tubuh, yaitu kondisi fisik yang bertolak belakang dengan respons terhadap stres (Febrianti dkk., 2021)



Gambar 2.1 Ilustrasi Tekni Benson

2. Tujuan dan Manfaat Teknik Relaksasi Benson.

   Ada beberapa keuntungan dari teknik Relaksasi Benson yaitu (Denis 2024):

   a. Ketentraman hati, berkurangnya rasa cemas, khawatir dan gelisah
   b. Tekanan dan ketegangan jiwa menjadi rendah
   c. Detak jantung lebih rendah, Mengurangi tekanan darah
   d. Ketahanan yang lebih besar terhadap penyakit
   e. Tidur lelap
   f. Kesehatan mental menjadi lebih baik
   g. Meningkatkan daya berpikir logis
   h. Meningkatkan kreativitas
   i. Meningkatkan keyakinan

3. Komponen Relaksasi *Benson*

   Terdapat empat komponen dasar pada Relaksasi Benson yaitu (Meilani & Puspita, 2024) :

   a. Suasana tenang

      Suasana tenang dapat membantu dalam efektifitas pengulangan kata atau kelompok kata dengan demikian mempermudah dalam menghilangkan pikiran-pikiran lain yang mengganggu.

   b. Perangkat mental

      Untuk memindahkan pikiran ke arah hal-hal logis dan berada di luar diri harus ada stimulus secara terus menerus yaitu dengan kata atau fase singkat yang diulangulang di hati dan dengan keyakinan. Kata

atau frasa pendek inilah yang menjadi fokus Relaksasi Benson. Fokus pada kata-kata atau frasa pendek yang akan meningkatkan kekuatan inti dari respons relaksasi dengan memberikan kesempatan faktor keyakinan yang memiliki efek pada penurunan saraf simpatis. Mata biasanya dipejamkan ketika di tengah mengulang kata atau frase pendek. Relaksasi *Benson* ini dilakukan dalam 1 atau 2 kali sehari selama 7 hari dengan waktu pelaksanaan 10 – 20. Penerapan teknik relaksasi Benson selama 7 hari pada penderita hipertensi bertujuan untuk memberikan waktu yang cukup bagi tubuh dalam merespons terapi non-farmakologi secara konsisten, sehingga mampu mengaktifkan saraf parasimpatis, menurunkan tingkat kecemasan, dan memberikan penurunan tekanan darah yang stabil dan signifikan (Thalib & Salsabila, 2025). Waktu yang tepat untuk berlatih Relaksasi Benson yaitu sebelum atau beberapa jam setelah makan, karena saat relaksasi, darah akan keluar ditransmisikan ke kulit, ekstremitas, otak dan menjauhi daerah perut sehingga efeknya bersaing dengan proses makan.

c. Sikap pasif

Sikap pasif menjadi elemen paling penting dalam melakukan Relaksasi *Benson*. Pikiran-pikiran yang mengacaukan harus diabaikan dan perhatian kembali diarahkan pada pengulangan kata atau frase pendek sesuai dengan keyakinan. Hal ini dikarenakan akan menganggu dalam respon Relaksasi Benson

d. Posisi nyaman

Kenyamanan pasien menjadi penting agar tidak terjadi ketegangan otot- otot. Posisi tubuh yang biasanya saat dilakukan teknik Relaksasi *Benson* dengan duduk atau berbaring di tempat tidur. Relaksasi *Benson* memerlukan keadaan tubuh yang rileks dan sikap pasrah pada fisik dan psikis yang mendalam sebagai respon relaksasi.

Kalimat-kalimat yang diucapkan secara berulang-ulang oleh pasien dengan agama Islam dapat berupa dzikir dengan kalimat Laa ilaha illallah, Astagfirullah, atau Subhanallah. Sedangkan pasien yang

beragama Kristen, Katolik, Hindu, dan Budha dapat menggunakan kalimatnya sendiri

4. Prosedur Relaksasi Benson

   Langkah-langkah Relaksasi Benson sebagai berikut (Haerani, 2024):

   a. Pasien diatur dalam posisi senyaman mungkin, baik dengan cara duduk atau berbaring agar tidak mengganggu pikiran pasien.
   b. Kesterilan lingkungan pasien dari rangsangan luar yang\ ada mengganggu pikiran pasien.
   c. Pasien dibimbing agar memejamkan mata dengan rileks dan tidak mengerahkan tenaga yang dapat mengganggu pikiran.
   d. Pasien dibimbing agar mampu melemaskan otot-otot tubuh sampai keadaannya rileks.
   e. Pasien dianjutkan untuk melemaskan kepala, leher dan pundaknya.
   f. Posisi lengan dan tangan pada keadaan rileks dan senyaman mungkin serta pasien dianjurkan untuk tidak memegang lutut, kaki atau mengaitkan kedua tangan dengan erat.
   g. Pasien ditawarkan untuk memilih kata yang akan diucapkan sesuai dengan keyakinannya.
   h. Menganjurkan pasien untuk menarik nafas melalui hidung secara perlahan, pusatkan kesadaran pasien pada pengembangan perut, tahanlah napas sebentar sampai hitungan ketiga.
   i. Setelah hitungan ketiga keluarkan napas melalui mulut secara perlahan- lahan sambil mengucapkan istighfar dan diulang-ulang dalam hati selama mengeluarkan napas tersebut.
   j. Menganjurkan pasien untuk mempertahankan sifat pasif. sifat pasif merupakan aspek penting dalam membangkitkan respon relaksasi, anjurkan pasien untuk tetap berpikir tenang.
   k. Saat melakukan teknik relaksasi, kerap kali berbagai macam pikiran datang mengganggu konsentrasi pasien. Oleh karena itu anjurkan pasien untuk tidak memperdulikannya dan bersikap pasif.

B. Konsep Dasar Hipertensi

1. Definisi Hipertensi

Hipertensi yaitu adanya kenaikan berupa tekanan darah sistolik lebih dari 140 mmHg dan tekanan darah diastolik lebih dari 90 mmHg. Beberapa studi menyatakan bahwa peningkatan angka kejadian kardiovaskuler seperti stroke, infark miokard, gagal jantung, fibrilasi atrium, kematian dini disebabkan karena adanya peningkatanan tekanan darah tinggi atau hipertensi (Meilani & Puspitasari 2023).

Hipertensi disebut juga sebagai penyakit tekanan darah tinggi dimana pada kondisi ini pembuluh darah mengalami gangguan yang mengakibatkan suplai oksigen dan nutrisi juga terganggu. Hipertensi diketahui sebagai penyakit penyebab kematian nomor 1 di dunia dan diperkirakan penderita hipertensi akan terus mengalami peningkatan seiring jumlah penduduk yang meningkat (Meilani & Puspitasari 2023).

2. Klasifikasi Hipertensi

World Health Organization dan *International Society of Hypertension Working Group* (ISHW) mengklasifikasikan hipertensi ke dalam beberapa kategori, yaitu : optimal, normal, normal – tinggi, hipertensi ringan, hipertensi sedang, dan hipertensi berat. Klasifikasi ini dapat dilihat dalam tabel di bawah ini (WHO, 2023)

Tabel 2. 1 Klasifikasi Hipertensi WHO 2023

No	Klasifikasi Tekanan Darah	Sistolik (mmHg)	Diastol (mmHg)
1.	Optimal normal Normal Tinggi	< 120 < 130 130 – 139	< 80 < 85 85 – 89
2.	Tingkat 1 (hipertensi ringan)	140 – 159	90-99
3.	Tingkat 2 (hipertensi sedang)	160 – 179	100 – 109
4.	Tingkat 3 (hipertensi berat)	>180	>100

(Sumber : World Health Organization 2023)

3. Faktor – Faktor Penyebab Hipertensi

Ada beberapa faktor penyebab hipertensi yaitu (Meilani & Puspitasari 2023):

a. Usia

Usia menjadi salah satu faktor risiko hipertensi yang tidak dapat diubah. Semakin bertambahnya usia seseorang maka semakin berisiko untuk terserang hipertensi. Pertambahan usia terjadi secara alam sebagai proses menua dan didukung oleh beberapa faktor eksternal. Hal ini berkaitan dengan perubahan struktur serta fungsi kardiovaskuler. Seiring dengan bertambahnya usia, dinding ventrikel kiri dan katub jantung akan mengalami penehalan serta elastisitas pembuluh darah akan menurun.

b. Riwayat keluarga

Riwayat keluarga menjadi faktor risiko yang akan memengaruhi terhadap kejadian hipertensi. Seseorang yang memiliki riwayat keluarga dengan penyakit hipertensi akan memiliki risiko yang lebih besar untuk menderita penyakit hipertensi. Hal ini terjadi karena seseorang yang mempunyai riwayat keluarga dengan hipertensi, beberapa gen dalam tubuhnya akan berinteraksi dengan lingkungan dan menyebabkan peningkatan tekanan darah.

c. Stres

Stres memiliki pengaruh yang bermakna terhadap tingkat kejadian hipertensi. Stress akan meningkatkan resistensi pembuluh darah perifer dan keluaran jantung. Stress dapat memicu pengeluaran hormon kortisol dan epinefrin yang berhubungan dengan imunosupresi, aritmia, dan peningkatan tekanan darah dan denyut jantung. Stres yang tidak dikelola dengan baik dapat menimbulkan berbagai penyakit yang salah satunya adalah hipertensi.

d. Jenis Kelamin

Jenis kelamin laki-laki lebih berisiko dalam menderita hipertensi pada umumnya di kalangan orang dewasa muda, laki-laki cenderung memiliki kemungkinan lebih besar untuk menderita hipertensi

dibandingkan perempuan. Faktor hipertensi berdasarkan jenis kelamin ini dapat juga dipengaruhi oleh faktor psikologis dan kebiasaan. Laki-laki lebih berkaitan dan sering berhadapan langsung dengan pekerjaan, hal ini karena rasa tidak nyaman ataupun stres terhadap pekerjaan ataupun menganggung. Perilaku tidak sehat seperti merokok juga sering ditemukan pada laki-laki dibandingkan perempuan.

e. Merokok

Jenis kelamin laki-laki lebih berisiko dalam menderita hipertensi pada umumnya di kalangan orang dewasa muda, laki-laki cenderung memiliki kemungkinan lebih besar untuk menderita hipertensi dibandingkan perempuan. Faktor hipertensi berdasarkan jenis kelamin ini dapat juga dipengaruhi oleh faktor psikologis dan kebiasaan. Laki-laki lebih berkaitan dan sering berhadapan langsung dengan pekerjaan, hal ini karena rasa tidak nyaman ataupun stres terhadap pekerjaan ataupun menganggung. Perilaku tidak sehat seperti merokok juga sering ditemukan pada laki-laki dibandingkan perempuan.

4. Tanda dan gejala hipertensi

Ada beberapa tanda dan gejala hipertensi yaitu (Meilani & Puspitasari 2023) :

a. Sakit kepala
b. Gampang marah
c. Epistaksis (mimisan)
d. Tinitus (telinga berdenging)
e. Palpitasi (berdebar-debar)
f. Pandangan mata berkunang-kunang
g. Susah tidur
h. Tekanan darah di atas normal

5. Komplikasi

Beberapa komplikasi dari hipertensi yaitu (Meilani & Puspitasari 2023):

a. Stroke

Stroke dapat timbul akibat pendarahan karena tekanan tinggi diotak atau akibat embolus yang terlepas dari pembuluh darah non otak. Stroke dapat terjadi karena hipertensi kronis apabila arteri yang memperdarahi otak mengalami hipertrofi dan menebal, sehingga aliran darah ke daerah yang di perdarahinya menjadi berkurang. Arteri otak yang mengalami arterosklerosis dapat melemah sehingga dapat meningkatkan terbentuknya aneurisma.

b. *Infark Miokardium*

Infark Miokardium dapat terjadi apabila arteri koroner yang mengalami *aterosklerosis t*idak dapat menyuplai cukup oksigen ke *miokardium* atau apabila terbentuk *trhombus* yang dapat menghambat aliran darah melalui pembuluh tersebut. Karena terjadi hipertensi kronik dan hipertrofi ventrikel, maka kebutuhan oksigen *miokardium* tidak dapat dipenuhi dan dapat terjadi iskemia jantung yang menyebabkan *infark*. Demikian juga, hipertrofi ventrikel dapat menimbulkan perubahan waktu hantaran listrik saat melintasi ventrikel sehingga terjadi *disritmia,* hipoksia jantung, dan peningkatan resiko pembentukan pembekuan darah.

c. Gagal ginjal

Gagal Ginjal dapat terjadi karena kerusakan progresif akibat tekanan tinggi pada kapiler-kapiler *glomerulus*. Dengan rusaknya *glomerulus*, darah akan mengalir ke unit fungsional ginjal neuron akan terganggu, dan dapat berlanjut menjadi hipoksik dan kematian. Dengan rusaknya membran *glomerulus*, protein akan keluar melalui urin, sehingga tekanan *osmotic koloid* plasma berkurang. Hal ini menyebabkan edema yang sering dijumpai pada hipertensi kronik.

d. Ensefalopi

Ensefalopi juga disebut dengan kerusakan otak yang dapat terjadi terutama pada hipertensi yang meningkat cepat. Tekanan yang sangat tinggi akibat kelainan ini menyebabkan peningkatan tekanan kapiler dan mendorong cairan kedalam ruang intertisium di seluruh susuan saraf pusat. Akibatnya neuron-neuron di sekitarnya menjadi *kolaps* dan terjadi koma serta kematian.

6. Patofisiologi Hipertensi

Hipertensi adalah peningkatan tekanan darah kronis yang dalam jangka panjang menyebabkan kerusakan organ dan mengakibatkan peningkatan morbiditas dan mortalitas. Tekanan darah adalah produk curah jantung dan resistensi vaskular sistemik. Dengan demikian, pasien dengan hipertensi arteri mungkin mengalami peningkatan curah jantung, peningkatan resistensi vaskular sistemik, atau keduanya. Pada kelompok usia yang lebih muda, curah jantung sering meningkat, sementara pada pasien yang lebih tua hipertensi meningkatkan resistensi vaskular sistemik dan peningkatan kekakuan pembuluh darah. Tekanan vaskular dapat meningkat karena stimulasi *adrenoseptor* meningkat atau pelepasan peptida yang meningkat seperti *angiotensin* atau *endothelins* Jalur terakhir adalah peningkatan kalsium sitosolik pada otot polos vaskular yang menyebabkan *vasokonstriksi* (Marni, 2023).

Beberapa faktor pertumbuhan, termasuk *angiotensin* dan *endothelins*, menyebabkan peningkatan massa otot polos vaskular yang disebut *remodeling* vaskular. Baik peningkatan resistensi vaskulor sistesuk nasipun peningkatan kekakuan vaskular meningkatkan beban yang dikenakan pada ventrikel kiri Hal ini menginduksi *hipertron* ventrikel kiri dan disfungsi ventrikel kiri. Sistem saraf otonom memegang peranan penting dalam mengendalikan tekanan darah. Pada pasien hipertensi, ditemukan peningkatan pelepasan dan sensitivitas perifer yang meningkat terhadap *norepinephrine.* Selain itu, ada peningkatan responsif terhadap rangsangan stres. Fitur lain dari hipertensi arterial adalah pengaturan ulang *barnreflexes* dan penurunan *sensitivitas baroreceptor*. Sistem renin-

angiotensin paling sedikit terlibat dalam beberapa bentuk hipertensi (misalnya hipertensi *renovaskular*) dan ditekan dengan adanya *hiperaldosteronisme* primer (Marni, 2023).

7. Penatalaksanaan Hipertensi

   Penatalaksanaan hipertensi yaitu (Marni, 2023):

   a. Diuretik

      Diuretik adalah obat yang bekerja pada gimjal untuk membantu tubuh menghilangkan sodium dan air, sehingga bisa mengurangi volume darah

   b. *Reseptor Beta-adrenergik (betablocer)*

      Obat ini mengurangi beban kerja di jantung dan membuka pembuluh darah, menyebabkan jantung berdetak lebih lambat dan dengan kekuatan lebih rendah.

   c. Enzim pengubah *anegiotesin (ACE inhibitor)*

      Obat-obatan ini membantu merelaksasi pembuluh darah dengan menghalangi pembentukan zat kimia alami yang mempersempit pembuluh darah.

   d. Penghambat reseptor *agioetensin (ARB)*

      Obat-obat ini membantu mengendurkan pembuluh darah dengan menghalangi zat kimia alami yang mempersempit pembuluh darah

C. Konsep Dasar Keluarga

1. Definisi Keluarga

   Keluarga adalah unit terkecil dari masyarakat yang terdiri dari kepala rumah tangga dan sejumlah orang yang hidup bersama, hidup dalam satu atap, dan saling bergantung (Fabanyo, 2023).

2. Tipe Keluarga

   Berbagai tipe keluarga sebagai berikut (Fabanyo, 2023)..

   a. Tipe keluarga tradisional, terdiri atas beberapa tipe di bawah ini.

      1) *The nuclear family* (keluarga inti)

         Unit keluarga yang terdiri dari dua orang dewasa dan sejumlah anak yang tinggal bersama, baik anak kandung maupun anak

angkat. Keluarga inti sebagai tempat ideal untuk membesarkan anak-anak. Anak-anak dalam keluarga inti menerima kekuatan dan stabilitas dari struktur dua orang tua dan umumnya memiliki lebih banyak kesempatan karena kemudahan finansial dari dua orang dewasa.

2) *The dyad family* (keluarga dyad)

   Suatu rumah tangga yang terdiri atas suami dan istri tanpa anak. keluarga tanpa anak terdiri dari pasangan yang hidup bersama tanpa anak. Sebagian besar masyarakat tidak mengakui keluarga ini sebagai keluarga yang utuh. Beberapa pasangan memilih untuk hidup tanpa anak. Yang lain memiliki komplikasi medis yang menyulitkan mereka untuk memiliki anak.

3) *Single parent* (orang tua tunggal)

   Keluarga yang terdiri dari orang tua yang tidak tinggal bersama pasangan atau orang tua tunggal baik karena perceraian atau kematian yang memiliki sebagian besar tanggung jawab sehari-hari untuk membesarkan anak-anak. Anak-anak akan tinggal dengan orang tua tunggal ini untuk sebagian besar waktu, tetapi mereka mungkin masih memiliki kontak dengan orang tua mereka yang lain.

4) Single adult

   Suatu rumah tangga yang terdiri atas satu orang dewasa. Tipe ini dapat terjadi pada seorang dewasa yang tidak menikah atau tidak mempunyai suami.

5) Extended family

   Keluarga yang terdiri atas kakek-nenek, bibi, paman, dan sepupu, semuanya tinggal berdekatan atau dalam rumah tangga yang sama. Misalnya, jika pasangan suami istri tinggal bersama suami atau orang tua istri, keluarga berubah dari rumah tangga inti menjadi rumah tangga besar. Tipe keluarga ini banyak dianut oleh keluarga di Indonesia terutama di daerah pedesaan.

6) *Middle-aged or elderly couple*

Orang tua yang tinggal sendiri di rumah (baik suami/istri atau keduanya), karena anak-anaknya sudah membangun karir sendiri atau sudah menikah. Ataupun keluarga kakek-nenek yang terdiri dari orang tua yang membesarkan cucu mereka. Kakek-nenek membesarkan anak-anak jika orang tua tidak ada.

7) *Kin-network family*

Beberapa keluarga yang tinggal bersama atau saling berdekatan dan menggunakan barang-barang pelayanan, seperti dapur dan kamar mandi yang sama.

b. Tipe keluarga nontradisional, tipe keluarga ini tidak lazim ada di Indonesia, terdiri atas beberapa tipe sebagai berikut.

1) *The nonmarital heterosexual cohabiting family*, keluarga yang hidup bersama berganti-ganti pasangan tanpa melalui pernikahan.
2) *Foster family*, keluarga menerima anak yang tidak ada hubungan keluarga/saudara dalam waktu sementara.

3. Struktur Keluarga

Struktur keluarga dapat menggambarkan bagaimana keluarga menjalankan fungsinya dalam masyarakat. Struktur keluarga meliputi beberapa kategori yaitu (Fabanyo, 2023) :

a. *Patrilinear*, merupakan keluarga yang terdiri dari sanak saudara dan memiliki hubungan darah yang terdiri beberapa generasi dari garis keturunan ayah.
b. *Matrilinear*, merupakan keluarga yang terdiri dari sanak saudara dan memiliki hubungan darah yang terdiri beberapa generasi dari garis keturunan ibu.
c. *Matrilokal*, merupakan keluarga terdiri dari suami dan istri yang hidup bersama dengan keluarga yang berhubungan darah dengan istri.
d. *Patrilokal*, merupakan keluarga yang terdiri dari suami dan istri yang hidup bersama dalam satu keluarga yang memiliki hubungan darah dengan istri.

e. Keluarga perkawinan adalah hubungan antara suami dan istri sebagai perkembangan keluarga, dan beberapa kerabat menjadi anggota keluarga karena hubungan antara suami atau istri.

4. Tugas dan Fungsi Keluarga

a. Tugas keluarga

Sesuai dengan fungsi kesehatan dalam keluarga, keluarga mempunyai tugas dibidang kesehatan. yaitu:

1) Keluarga mampu mengenal masalah kesehatan setiap anggotanya
Keluarga memiliki kemampuan untuk mengenali perubahan-perubahan yang dialami anggota keluarga, sehingga secara tidak langsung menjadi perhatian dan tanggung jawab keluarga, sehingga keluarga segera merasakan dan mengetahui bahwa terjadi perubahan pada keluarga.
2) Keluarga mampu mengambil keputusan untuk melakukan tindakan yang tepat
Tanggung jawab utama keluarga adalah untuk dapat memutuskan tindakan yang tepat untuk mengatasi masalah kesehatan. Jika keluarga memiliki keterbatasan yang perlu diatasi, keluarga meminta bantuan orang-orang di sekitarnya.
3) Keluarga mampu memberikan perawatan pada anggota keluarganya yang sakit
Keluarga mampu memberikan pertolongan pertama jika keluarga anggota keluarga sakit dengan segera membawanya ke fasilitas kesehatan terdekat untuk tindakan pengobatan lain agar tidak menjadi masalah yang terlalu parah.
4) Keluarga mampu mempertahankan suasana di rumah
Keluarga dapat memelihara suasana di rumah yang bermanfaat bagi anggota dalam memelihara dan meningkatkan kesehatannya.
5) Keluarga mampu kesehatan yang ada memanfaatkan fasilitas
Keluarga dapat memanfaatkan fasilitas kesehatan jika ada anggota keluarga yang sakit (Fabanyo, 2023).

b. Fungsi keluarga

Fungsi keluarga ada lima antara lain berikut ini (Fabanyo, 2023).

1) Fungsi afektif

Fungsi ini meliputi persepsi keluarga terhadap pemenuhan kebutuhan psikososial anggota keluarga. Dengan menjalankan fungsi tersebut, keluarga akan mampu mencapai tujuan psikososial membentuk sifat-sifat utama, manusiawi daram anggota Keluarga, menstabilkan kepribadian dan perilaku, mampu membangun hubungan dan harga diri yang lebih kuat.

2) Fungsi sosialisasi dan penempatan sosial

Sosialisasi dimulai saat lahir dan berakhir saat kematian. Sosialisasi adalah proses seumur hidup dari perubahan perilaku secara terus menerus dalam menanggapi situasi yang dibangun secara sosial yang dialami oleh individu. Sosialisasi adalah proses perkembangan atau perubahan yang dialami individu sebagai hasil interaksi sosial dan pembelajaran peran sosial.

3) Fungsi reproduksi

Keluarga berfungsi untuk mewarisi garis keturunan dan meningkatkan sumber daya manusia.

4) Fungsi ekonomi

Keluarga membantu memenuhi kebutuhan keluarga secara finansial dan merupakan tempat berkembangnya keterampilan individu untuk meningkatkan pendapatan guna memenuhi kebutuhan keluarga.

5) Fungsi perawatan kesehatan

Memenuhi kebutuhan fisik dan perawatan kesehatan. Perawatan kesehatan dan praktik kesehatan (yang mempengaruhi status kesehatan setiap anggota keluarga) adalah elemen yang paling relevan dari fungsi perawatan kesehatan.

a) Kemampuan keluarga mengenal masalah kesehatan keluarga.
b) Kemampuan keluarga membuat keputusan yang tepat bagi keluarga.

c) Kemampuan keluarga dalam merawat keluarga yang mengalami gangguan kesehatan.
d) Kemampuan keluarga dalam mempertahankan atau menciptakan suasana rumah yang sehat.
e) Kemampuan keluarga dalam menggunakan fasilitas pelayanan kesehatan