

---

## Hubungan Pengetahuan Diet Hipertensi terhadap Kepatuhan Diet pada Penderita Hipertensi di Puskesmas Wundulako

Mariana R.<sup>1</sup>, Diah Indriastuti<sup>2</sup>, Ellyani Abadi<sup>3</sup>

<sup>1</sup> Mahasiswa STIKes Karya Kesehatan Kendari

<sup>2,3</sup> Dosen STIKes Karya Kesehatan

---

*Keywords* ; *Hypertention, Compliance, Knowledge*

Kata Kunci ; Hipertensi, Kepatuhan, Pengetahuan

### ***Correspondensi Author***

Mariana

Prodi S1 Keperawatan, STIKes Karya Kesehatan

Email: [marianaanar@gmail.com](mailto:marianaanar@gmail.com)

### ***Abstrak***

Hipertensi adalah faktor resiko yang memiliki banyak pengaruhnya untuk kejadian dan pembuluh darah serta penyakit jantung. Patuh yaitu kata yang dipergunakan dalam mendefinisikan sikap pasien dalam minum obat dengan betul baik dari segi dosis, frekuensi dan waktu. Pengetahuan yaitu proses yang dihasilkan dari rasa ingin tahu melewati indera terkhususnya mata dan telinga kepada objek tertentu. Pengetahuan adalah area utama pada pembentukan perilaku. Penelitian ini memiliki tujuan untuk mengetahui Hubungan antara Pengetahuan Diet Hipertensi Dengan Kepatuhan Diet pada Pasien Hipertensi di Puskesmas Wundulako. Jenis Penelitian ini yaitu penelitian non eksperimen dengan desain studi korelasional (*Correlation Study*) adalah desain yang dipergunakan dalam mengamati signifikansi hubungan antara 2 variabel. Penelitian ini memakai populasi penduduk sebanyak 30 orang yang berobat di tempat kerja Puskesmas Wundulako, Kabupaten Kolaka yang diidentifikasi dengan tujuan tertentu atau secara *Purposive Sampling*. Variabel penelitian ini adalah variabel terikat yaitu Kepatuhan Diet Hipertensi, serta variabel bebasnya adalah pengetahuan penderita hipertensi. Analisis yang dilakukan pada penelitian ini memakai uji statistik *Chi-Square*. Uji *chi square* dengan tingkat kepercayaan 95% ( $\alpha=0,05$ ) diperoleh nilai *p value*  $(0,011) < \alpha (0,05)$  maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan pengetahuan diet hipertensi terhadap kepatuhan diet pada penderita Hipertensi di Puskesmas Wundulako.

### ***Abstract***

*Hypertension is a risk factor that has a lot of influence on the occurrence of blood vessels and heart disease. Compliance is the word used to define the patient's attitude in taking medication properly both in terms of dose, frequency and time. Knowledge is a process that results from curiosity through the senses, especially the eyes and ears to certain objects. Knowledge is the*

*main area in the formation of behavior. This study aims to determine the relationship between Knowledge of Hypertension Diet and Diet Compliance in Hypertension Patients at the Wundulako Health Center. This type of research is non-experimental research with a correlation study design (Correlation Study) is a design used in observing the significance of the relationship between 2 variables. This study used a population of 30 people who were treated at the work of the Wundulako Health Center, Kolaka Regency who were identified with a specific purpose or by purposive sampling. The variable of this research is the dependent variable, namely Hypertension Diet Compliance, and the independent variable is the knowledge of hypertension sufferers. The analysis carried out in this study used the Chi-Square statistical test. Chi square test with a confidence level of 95% ( $\alpha = 0.05$ ) obtained a p value (0.011)  $< \alpha$  (0.05) so it can be concluded that there is a relationship between knowledge of hypertension diet and dietary compliance in hypertension sufferers at the Wundulako Health Center.*

## PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan salah satu faktor resiko yang sering mempunyai pengaruh kepada penyakit jantung serta pembuluh darah (WHO,2019). Hipertensi sering tidak menimbulkan gejala pada fase awalnya dan terasa ketika penyakit hipertensi sudah menjalar dan mengganggu fungsi jantung atau stroke (Depkes, RI. 2012). Prevalensi hipertensi tertinggi di dunia berada di Negara Afrika tertinggi sebesar 27%.WHO juga memiliki perkiraan 1 di antara 5 orang wanita di seluruh dunia mempunyai hipertensi. Lebih banyak dibanding kelompok pria, adalah 1 diantara 4 (WHO, 2019).

Berdasarkan data dinas kesehatan provinsi Sulawesi Tenggara dalam (Litbangkes & Riskesdas sultra 2018) periode (2014-2018) Estimasi Prevalensi Berdasarkan Hasil Pengukuran Jumlah Hipertensi Secara Nasional yang ada Di Indonesia Sejak Tahun Itu Sebesar 25,61 % Di tahun 2018, diperkirakan terdapat 41.553 orang berusia 15 tahun ke atas di Kabupaten Koraka yang menderita hipertensi, di antaranya 5.200 orang atau sekitar 12,5% mendapatkan pelayanan kesehatan standar, merupakan 15,2% dari perkiraan jumlah penderita hipertensi. (Dinkes

Kabupaten Kolaka, 2018). Beberapa Penyakit Kronik Yang ada Di Puskesmas Wundulako antara lain Ispa, Diare, Hipertensi, Gastritis, Dermatitis, Osteotritis. Survei pendahuluan di Puskesmas Wundulako kabupaten terdapat penderita Hipertensi pada tahun 2019-2021 dimana pada tahun 2019 laki-laki terdiri dari 34 orang, perempuan 84 orang, pada tahun 2020, 38 pria serta wanita berjumlah 46 orang serta pada tahun 2021 pria 79 orang, wanita 118 orang. diberikan pengetahuan kesehatan mengenai pola diet hipertensi, namun derajat kepatuhan diet pasien belum sepenuhnya dilaksanakan. Mengetahui diet rendah garam tapi tidak didampingi keluarga akhirnya menolak untuk mengikuti diet rendah garam. Penelitian bertujuan agar dapat mengetahui Pengetahuan Hubungan Diet Hipertensi terhadap Kepatuhan Diet pada Penderita Hipertensi di Puskesmas Wundulako

## METODE

Penelitian mempunyai jenis Desain penelitian non eksperimental dengan studi korelasi, yaitu desain yang dipergunakan dalam melihat signifikansi hubungan antar variabel. Penelitian ini dilaksanakan di bagian rekam medis Puskesmas Wundulako dan Posyandu Kabupaten Kolaka pada Bulan Mei sampai dengan Juni 2022. Penelitian ini

menggunakan populasi warga yang berobat pada bagian yang kerja di Puskesmas Wundulako, Kabupaten Kolaka sejumlah 30 orang, Pengambilan sampel dilaksanakan dengan cara *Purposive Sampling* adalah tehnik untuk mengidentifikasi responden untuk tujuan tertentu. Variabel pada penelitian yaitu variabel terikat (*dependent*), yaitu kepatuhan diet hipertensi, dan variabel bebas adalah pengetahuan hipertensi. Analisis data pada penelitian ini memakai Analisis Univariat yaitu analisis yang dilakukan menganalisis tiap variabel dari hasil penelitian (Arikunto, 2013). Serta Analisis bivariat yaitu analisis yang mencari apakah satu variabel memiliki kaitan dengan variabel lain. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui Hubungan pengetahuan diet hipertensi kepada kepatuhan diet hipertensi menggunakan uji statistik *Chi-Square*.

## HASIL

### Karakteristik Responden

**Tabel 1. Distribusi karakteristik responden**

Karakteristik Responden	n (30)	%
<b>Umur (Tahun)</b>		
28-38	12	40,0
39-49	3	10,0
50-60	5	16,7
61-72	8	26,7
73-83	0	0
84-94	2	6,7
<b>Jenis Kelamin</b>		
Laki-Laki	3	10,0
Perempuan	27	90,0
<b>Pendidikan Ibu</b>		
SD	7	23,3
SMP	5	16,7
SMA	14	46,7
S1	4	13,3
<b>Pekerjaan Ibu</b>		
Tidak Bekerja	17	56,7
PNS	3	10,0
Petani	2	6,7
Wiraswasta	6	20,0
Pensiunan	2	6,7

Sumber : Data Primer 2022

### Analisis Univariat

**Tabel 3. Hubungan Pengetahuan Diet Hipertensi dengan Kepatuhan Diet pada Penderita**

Respondent menurut pengetahuan tentang diet hipertensi memberitahukan bahwa dari 30 respondent, mayoritas respondent Cukup dalam bidang pengetahuan mengenai diet hipertensi yaitu sebesar 18 respondent (60,0%) adapun respondent yang mempunyai kurang pengetahuan yaitu 12 respondent (40,0%). Untuk Pembagian respondent didasarkan kepatuhan diet terlihat bahwa dari 30 respondent, lebih banyak respondent yang mempunyai kepatuhan diet kategori tinggi yaitu 16 responden (53,3%), dibandingkan dengan responden yang kepatuhan dietnya rendah yaitu 14 responden (46,7%).

**Tabel 2. Distribusi Variabel Penelitian**

Variabel	n (30)	%
<b>Pengetahuan Diet</b>		
Cukup	18	60,0
Kurang	12	40,0
<b>Kepatuhan Diet</b>		
Tinggi	16	53,3
Rendah	14	46,7

Sumber : Data Primer 2022

### Analisis Bivariat

Analisis bivariate memperlihatkan bahwa terdapat 18 respondent dari 30 respondent, yang mempunyai pengetahuan yang sangat cukup dan 12 respondent lainnya kurangnya pengetahuan yang dimiliki mengenai diet hipertensi. Dari 18 respondent yang mempunyai pengetahuan yang cukup terdapat 13 responden (72,2%) yang tingkat kepatuhan dietnya tinggi dan 5 responden (27,8%) lainnya dengan tingkat kepatuhan yang rendah. Sedangkan dari 12 responden yang memiliki pengetahuan yang kurang terdapat 9 responden (75,0%) dengan tingkat kepatuhan diet yang rendah serta 3 responden (25,0%) lainnya memiliki kepatuhan diet yang keras.

Hasil uji *chi square* mendapatkan nilai akhir *expected count* < 5 dengan nilai *p value* (0,011) mempunyai tingkat kepercayaan 95% ( $\alpha=0,05$ ). Karena nilai *p value* (0,011) <  $\alpha$  (0,05) maka dapat disimpulkan bahwa  $H_0$  ditolak yang berarti ada hubungannya dengan ilmu diet hipertensi terhadap kepatuhan diet pada penderita hipertensi di Puskesmas Wundulako. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel 2 :

**Hipertensi di Puskesmas Wundulako**

Pengetahuan	Kepatuhan Diet						Uji Fisher Exact
	Tinggi		Rendah		Jumlah		
	n	%	n	%	n	%	
Cukup	13	72,2	5	27,8	18	100	<i>p value =</i> 0,011
Kurang	3	25,0	9	75,0	12	100	
<b>Total</b>	<b>17</b>	<b>25,0</b>	<b>51</b>	<b>75,0</b>	<b>68</b>	<b>100</b>	

Sumber : Data Primer 2022

**PEMBAHASAN**

**Karakteristik Responden**

Tabel karakteristik responden dapat dilihat dari 30 respondent, hampir separuh respondent terletak di rentang usia 28-38 tahun sejumlah 12 respondent (40,0%) serta tidak ada responden yang berumur 69-78 tahun. Menurut (Longo, 2012) mengatakan tetap sehat seiring bertambahnya usia, seseorang menjadi lebih berpengetahuan dan sadar untuk menjaga pola konsumsi makanan dibandingkan orang yang lebih muda. Penelitian ini bertolak belakang dengan temuan yang dilaksanakan oleh Sanagawa et al (2017) yang mengatakan bahwa dengan bertambah umur orang lebih waspada dan peduli tentang kesehatan mereka daripada orang yang lebih muda. Demikian pula pada jenis kelamin memperlihatkan bahwa dari 30 respondent, hampir seluruhnya respondent yang jenis kelaminnya wanita adalah 27 respondent (90,0%) dibanding dengan responden berjenis kelamin pria adalah 3 respondent (10,0%). Jadi pada temuan ini konsisten dengan temuan Choi et al (2017) yang menyatakan mayoritas wanita menderita hipertensi dari pria. Dalam studi tersebut, 27,5% wanita memiliki tekanan darah tinggi, dibanding dengan 5,8% pria. Wanita memiliki meningkatnya resiko terkena tekanan darah tinggi (hipertensi) kemudian menopause (yaitu, di atas umur 45 tahun). Wanita premenopause dapat perlindungan oleh hormon estrogen, yang berfungsi untuk meningkatkan kadar HDL. Kolesterol LDL yang meningkat dapat mempengaruhi terjadinya hipertensi (Choi et al,2017). Perlunya mengetahui bahwa temuan ini tidak sesuai dengan penjelasan Badan Kesehatan Sedunia (WHO) pada tahun 2008, yaitu prevalensi hipertensi kepada pria lebih besar dibanding wanita; disebabkan karena sampel yang digunakan pada penelitian ini mayoritas wanita serta pria lebih sedikit.

Karakteristik Responden berkaitan dengan pendidikan ditunjukkan bahwa dari 30 responden, mayoritas responden bertempat pada tingkat pendidikan SMA yaitu 14 responden (46,7%) sedangkan tingkat pendidikan respondent paling rendah adalah Perguruan Tinggi yaitu 4 respondent (13,3%). Pendidikan adalah aspek penting dan memegang peranan yang sangat penting dalam peningkatan kualitas hidup. Secara umum, semakin tinggi tingkat pendidikan masyarakat, sehingga semakin luas ilmunya serta kualitas sumber daya (Ribeiro, 2015). Penelitian yang dilaksanakan oleh Leng (2015) menyimpulkan bahwa jenjang pendidikan secara tidak langsung mempengaruhi tekanan darah seorang karena mempengaruhi gaya hidup seorang, Misalkan: kebiasaan merokok, konsumsi alkohol, asupan makanan dan kegiatan fisik. Hal tersebut dapat dijelaskan oleh fakta bahwa orang dengan tingkat pendidikan yang lebih rendah dikaitkan dengan kesadaran hidup sehat yang lebih rendah. Pendidikan adalah salah satu faktor yang mempengaruhi tingkat kemampuan manusia dalam mengetahui informasi yang diterima, yang berhubungan dengan yang ingin memeriksakan diri dan belajar tentang komplikasi hipertensi yang terlambat, termasuk mengenali gejala awal hipertensi dibandingkan dengan pekerja (Adhitomo, 2014).

Pada pekerjaan menunjukkan dari 30 respondent, mayoritas respondent tidak bekerja yaitu dengan jumlah 17 respondent (56,7%) sedangkan jenis pekerjaan dengan responden paling sedikit yaitu petani dan pensiunan masing-masing 2 respondent (6,7%). Hal itu cocok dengan temuan yang dilaksanakan dengan penelitian Agrina (2019) yang mengatakan orang yang tidak memiliki pekerjaan lebih tinggi risikonya dan aktivitas fisik. Hal ini dapat dijelaskan oleh fakta bahwa orang dengan jenjang pendidikan yang lebih rendah dikaitkan

dengan kesadaran hidup sehat yang lebih rendah. Orang yang mempunyai kegiatan fisik yang kurang, lebih mungkin mengembangkan tekanan darah tinggi daripada mereka yang sedang bekerja. Sangat perlu diketahui bahwa pada hasil kerja mayoritas yang mempunyai penyakit hipertensi yaitu ibu rumah tangga atau tidak mempunyai pekerjaan, karena 8 respondent yang datang ke posyandu atau puskesmas yaitu ibu rumah tangga saat penelitian ini dilaksanakan.

### **Hubungan Pengetahuan Diet Hipertensi Terhadap Kepatuhan Diet**

Berdasarkan penelitian yang dilaksanakan kepada 30 respondent, hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan antar pengetahuan dan kepatuhan diet pada pasien hipertensi di Puskesmas Wundulako. Dibuktikan dengan hasil uji *chi square* diperoleh hasil *expected count* < 5 dengan nilai *p value* (0,011) dengan tingkat kepercayaan 95% ( $\alpha=0,05$ ). Karena nilai *p value* (0,011) <  $\alpha$  (0,05) maka dapat menyimpulkan bahwa  $H_0$  ditolak berarti mempunyai hubungan pengetahuan diet hipertensi kepada kepatuhan diet yang mempunyai penyakit hipertensi di Puskesmas Wundulako. Dari 30 respondent penelitian, respondent yang memiliki pengetahuan layak dan kepatuhan tinggi ada 13 terhadap diet ada 5 responden yang memiliki pengetahuan cukup dan kepatuhan rendah, sedangkan yang memiliki kekurangan pengetahuan dengan kepatuhan tinggi terhadap diet ada 3 respondent, dan yang memiliki pengetahuan buruk dan kepatuhan rendah ada 9 respondent. Berkaitan dengan hal itu, terlihat bahwa mayoritas respondent melakukan diet hipertensi. Pengetahuan yang bagus mendorong seorang agar berperilaku yang benar, terutama pada saat melakukan penyesuaian gaya hidup untuk mencegah tekanan darah tinggi menjadi lebih buruk dengan diet (Notoatmodjo, S. 2007).

Klaim ini konsisten dengan temuan sebelum ini yang menunjukkan hubungan antar jenjang pengetahuan dan kepatuhan diet hipertensi pada lansia di Panti Wredha Dharma Bakti Kasih Surakarta (Kusumastuti, et al, 2014). Demikian juga penelitian Geaney (2015) mengungkapkan bahwa pemahaman yang baik tentang diet hipertensi dikaitkan dengan kualitas diet yang lebih baik dan bahwa tekanan darah cenderung lebih rendah; yaitu,

peningkatan pengetahuan penderita tentang diet hipertensi akan mendorong orang tertentu lebih baik dalam mengontrol atau menjaga tekanan darah. Perilaku baik ini jika diterapkan dengan hati-hati dapat menyebabkan perubahan gaya hidup seperti: memberikan batasan makanan memiliki lemak, mengurangi konsumsi makanan asin, tidak merokok, tidak minum alkohol, dan berolahraga secara teratur. Mereka cenderung tidak memiliki tekanan darah tinggi karena pengetahuan memainkan peran penting di dalamnya. Kontrol untuk faktor prilaku. Oleh karena itu, merevisi kebiasaan makan dan meningkatkan pengetahuan betapa pentingnya mencegah dan mengontrol tekanan darah tinggi.

### **SIMPULAN**

Tingkat pengetahuan respondent mengenai diet hipertensi di Puskesmas Wundulako termasuk dalam kategori kurang. Kepatuhan diet pada responden yang memiliki penyakit hipertensi di Puskesmas Wundulako masuk dalam kategori patuh. Adanya hubungan pengetahuan dengan kepatuhan diet hipertensi pada responden di Puskesmas.

### **SARAN**

Diharapkan respondent dapat melakukan perbaikan pola makan dan mematuhi program diet yang dianjurkan oleh tenaga kesehatan. Semoga puskesmas memiliki agenda edukasi kesehatan untuk mempermudah dalam memberikan intervensi keperawatan dan dengan mudah untuk mengevaluasi. Diharapkan bagi peneliti selanjutnya hendaknya melakukan penelitian dengan jumlah sampel yang lebih banyak karena penyakit hipertensi banyak terjadi pada responden terutama didesa-desa.

### **DAFTAR RUJUKAN**

- Arikunto, Suharsimi (2010), Prosedur penelitian : Suatu pendekatan praktik, Rineka Cipta, Jakarta.
- Azwar, Saifudin (2012), Metode Penelitian, Pustaka Pelajar, Yogyakarta.
- Departemen Kesehatan RI (2012), Masalah hipertensi di indonesia, Diakses tanggal 2 November 2013.
- Dharma, K, K (2011), Metodologi penelitian keperawatan pedoman melaksanakan

- dan menerapkan hasil penelitian, Trans Info Media, Jakarta Timur.  
Effendy, N &
- Rosyid, FN (2011), 'Hubungan kepatuhan diet rendah garam dan terjadinya kekambuhan pada pasien hipertensi di wilayah puskesmas pasongsongan kabupaten sumenep madura', jurnal ilmu kesehatan masyarakat universitas muhamadiyah Surabaya, ISSN 2087-8672, hal. 1
- Erlyna, dkk, (2012), 'Faktor-Faktor Risiko Hipertensi Primer Di Puskesmas Tlogosari Kulon Kota Semarang', Jurnal Kesehatan Masyarakat, Volume1, Nomor 2, UNDIP.
- Hidayat, A, A (2007), Metode penelitian keperawatan dan teknik analisis data, Salemba Medika, Jakarta.
- Kosmaya, VF (2012), 'Intervensi pelatihan dan pendampingan coaching untuk meningkatkan perceived organizational support dan komitmen organisasi karyawan di PT XYZ', Tesis, Universitas Indonesia, Depok.
- Kusumastuti, Devita Indra. (2014). Hubungan Pengetahuan dengan Kepatuhan Diet Hipertensi pada Lansia yang Mengalami Hipertensi di Panti Wreda Dharma Bakti Kasih Surakarta.
- Mf Mubin, A Samiasih, T Hermawanti (2010), 'Karakteristik dan pengetahuan pasien dengan motifasi melakukan kontrol tekanan darah di wilayah kerja puskesmas stragi 1 pekalongan' Vol.6 No1.
- Muthmainnah, (2012), 'Analisis dampak pelatihan dan pendampingan terhadap pengetahuan, sikap, dan praktik higiene sanitasi makanan ibu warung anak sehat (IWAS), Departemen gizimasyarakat fakultas ekologi manusia, Institut pertanian bogor.
- Nadimin, S D A (2009), 'Pengaruh program pendampingan gizi terhadap pola asuh, kejadian infeksi dan status gizi balita kurang energi protein', Jurnal Media Gizi Pangan, Vol.VII, Edisi 2, Makasar, Politeknik Kesehatan
- Natalia, susi (2006), 'Pengaruh 'toilet training' terhadap kejadian ISK berulang pada anak perempuan padausia 1-5 tahun', program pendidikan dokter spesialis 1 ilmu kesehatan anak, Semarang, Univaersitas Diponegoro.
- Notoatmodjo, S. (2007). Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku. Jakarta : Rineka Cipta.
- Putri, RA (2012), 'Analisis efektifitas pemberian konseling dan pemasangan poster terhadap tingkat kepatuhan dan nilai tekanan darah pada pasien hipertensi di puskesmas bakti jaya kota depok', Tesis, Universitas Indonesia, Depok.
- Prihandana, Sadar (2012), 'Studi fenomenologi: pengalaman kepatuhan perawatan mandiri pada pasien hipertensi di poliklinik RSI siti hajar kota Tegal', Tesis, Universitas Indonesia, Depok.
- Pratiwi Denia (2011), "Pengaruh konseling obat terhadap kepatuhan pasien hipertensi di poliklinik khusus RSUP DR.M.DJAMIL. Universitas Andalas Padang. (2011) Riskesdas 2007.
- Hernawilly & Fatonah (2012), 'Perilaku pemilihan obat tradisional untuk menurunkan tekanan darah pada lansia di kota Bandar lampung', Jurnal keperawata, Volume VIII,no1.
- Sugiyono (2013), Metode penelitian kuantitatif kualitatif dan R&D, alfabeta, bandung.
- Wahdah, Nurul (2011), Menaklukkan hipertensi dan diabetes, Multi Solusindo, Yogyakarta.
- WHO, (2019). Measure your blood pressure, reduce your risk.
- Widyasari, D F & Candrasari, A (2010), 'Pengaruh pendidikan kesehatan tentang hipertensi terhadap perubahan pengetahuan dan sikap lansia di desa makamhaji kartasura sukoharjo', jurnal biomedika Fakultas Kedokteran niversitas UMS, Vol.2 No.2.