

HUBUNGAN PENGETAHUAN DENGAN KEPATUHAN DIET HIPERTENSI PADA LANSIA DI KAMPUNG HONJE LUHUR KELURAHAN SUKAGALIH WILAYAH KERJA PKM PEMBANGUNAN KECAMATAN TAROGONG KIDUL KABUPATEN GARUT TAHUN 2017

Iceu Amira DA, Hendrawati
Fakultas Keperawatan Unpad Kampus Garut
Email: iceuamira@yahoo.co.id

ABSTRAK

Hipertensi yaitu keadaan dimana tekanan darah seseorang sistolnya lebih dari 120 mmhg dan diastolnya lebih dari 80 mmhg. Penyebab hipertensi salah satunya adalah kebiasaan makan yang kurang baik terutama tidak memperhatikan faktor diet hipertensi. Lansia sering mengkonsumsi garam yang berlebih pada masakannya. Diet sangat penting untuk menurunkan tekanan darah namun kenyataannya lansia masih banyak yang tidak patuh terhadap diet hipertensi, disebabkan karena kurang pengetahuan mengenai diet hipertensi.

Desain penelitian yang digunakan yaitu *descriptif correlational* dengan pendekatan *cross sectional* pada lansia yang menderita hipertensi. Jumlah responden dalam penelitian ini sebanyak 99 orang lansia (total sampling) yang menderita hipertensi.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa lansia yang berpengetahuan kurang dan patuh pada diet hipertensi sebanyak 34 orang (34.34%), sedangkan lansia yang berpengetahuan kurang dan tidak patuh terhadap diet hipertensi sebanyak 9 orang (9%), lansia yang berpengetahuan baik dan patuh terhadap diet hipertensi sebanyak 45 orang (45.45%), sedangkan lansia yang berpengetahuan baik dan tidak patuh terhadap diet hipertensi sebanyak 11 orang (11.11%).

Analisis data menggunakan uji Pearson Chi Square dengan nilai korelasi sebesar 0.029 dan nilai *p value* < artinya ada hubungan antara pengetahuan dengan kepatuhan diet hipertensi. Berdasarkan pernyataan di atas dapat disimpulkan bahwa ada hubungan pengetahuan dengan kepatuhan diet hipertensi pada lansia di Kp. Honje Luhur.

Kata Kunci: Diet hipertensi, Kepatuhan, Pengetahuan.

Diterima: Januari 2018

Direvisi: Januari 2018

Dipublikasi: 1 Februari 2018

ABSTRACT

Hypertension is a condition where a person's systolic blood pressure greater than 120 mmHg and diastolnya more than 80 mmHg. The cause of hypertension is especially hypertension dietary factors. To over consume extra salt in cooking. Diet is very important for lowering blood pressure but in reality there are many elderly people who do not adhere to the diet hypertension, due to lack of knowledge about hypertension diet. The study design used is *descriptive correlational* with *cross sectional* approach to the elderly who suffer from hypertension. The number of respondents in this study of 99 elderly people (total sampling) which suffer hypertension.

The results showed that elderly people who are knowledgeable about and comply with the diet of hypertension by 34 people (34.34%), while the elderly are less knowledgeable and do not adhere to the diet of hypertension is 9 people (9%), elderly people who are knowledgeable and better adherence to the diet of hypertension by 45 people (45.45%) the elderly are well educated and do not adhere to the diet of hypertension by 11 people (11.11%).

Data were analyzed using Chi Square test, Pearson correlation coefficient of 0.029 and *p value* < α means that there is a relationship between knowledge and adherence to diet hypertension. Based on the above it can be concluded that there is a correlation between knowledge compliance with diet hypertension in the elderly in the village. Honje High.

Keywords: compliance, diet hypertension, hypertension, knowledge

Received: Januari 2018

Revised: Januari 2018

Published: 1 Februari 2018

PENDAHULUAN

Hipertensi telah mempengaruhi jutaan orang di dunia karena sebagai silent killer. Menurut WHO (World Health Organization) tahun 2013 penyakit kardiovaskular telah menyebabkan 17 juta kematian tiap tahun akibat komplikasi hipertensi yaitu sekitar 9,4 juta tiap tahun di seluruh dunia (A Global Brief on Hypertension, 2013).

Hipertensi pada lanjut usia sebagian besar merupakan hipertensi sistolik terisolasi (HST), meningkatnya tekanan sistolik menyebabkan besarnya kemungkinan timbulnya kejadian stroke dan infark myocard bahkan walaupun tekanan diastoliknya dalam batas normal (isolated systolic hypertension). Pada suatu penelitian, hipertensi menempati 87% kasus pada orang yang berumur 50 sampai 59 tahun.. Hipertensi masih merupakan faktor risiko utama untuk stroke, gagal jantung penyakit koroner, dimana peranannya diperkirakan lebih besar dibandingkan pada orang yang lebih muda (Kuswardhani, 2007).

Hipertensi adalah faktor resiko utamadari penyakit-penyakit kardiovaskular yang merupakan penyebab kematian tertinggi di setiap negara. Data WHO (2011) menunjukkan, di seluruh dunia sekitar 972 juta orang atau 26,4% penghuni bumi mengidap hipertensi dengan perbandingan 26,6% pria dan 26,1 wanita. Angka ini kemungkinan meningkat menjadi 29,2% di tahun 2025. Dari 927 juta pengidap hipertensi, 333 berada di negara maju dan

639 sisanya berada di negara berkembang termasuk Indonesia.

Hipertensi membunuh hampir 8 juta orang tiap tahun, hampir 1,5 juta adalah penduduk wilayah Asia Tenggara. Diperkirakan 1 dari 3 orang dewasa di Asia Tenggara menderita hipertensi (WHO 2011). Menurut data Departemen Kesehatan, hipertensi dan penyakit jantung lain melebihi dari sepertiga penyebab kematian, hipertensi menjadi penyebab kematian kedua setelah stroke (Risksdas 2007).

Hipertensi adalah meningkatnya tekanan darah sistolik lebih besar dari 140 mmHg dan atau diastolik lebih besar dari 90 mmHg pada dua kali pengukuran dengan selang waktu 5 menit dalam keadaan cukup istirahat (tenang).7 Hipertensi didefinisikan oleh Joint National Committee on Detection, Evaluation and Treatment of High Blood Pressure sebagai tekanan yang lebih tinggi dari 140 / 90 mmHg.

Hipertensi dapat dibedakan menjadi tiga golongan yaitu hipertensi sistolik, hipertensi diastolik, dan hipertensi campuran. Hipertensi sistolik (isolated systolic hypertension) merupakan peningkatan tekanan sistolik tanpa diikuti peningkatan tekanan diastolik dan umumnya ditemukan pada usia lanjut. Tekanan sistolik berkaitan dengan tingginya tekanan pada arteri apabila jantung berkontraksi (denyut jantung). Tekanan sistolik merupakan tekanan maksimum dalam arteri dan tercermin

pada hasil pembacaan tekanan darah sebagai tekanan atas yang nilainya lebih besar.

Pada tahun 2025, diperkirakan terjadi kenaikan kasus hipertensi sekitar 80% dari 639 juta kasus di tahun 2000, terutama di negara berkembang, menjadi 1,5 miliar kasus (Fikriana R, dkk., 2012). Hipertensi berhubungan secara linear dengan morbiditas dan mortalitas penyakit kardiovaskular. Oleh sebab itu, penyakit hipertensi harus dicegah dan diobati serta dikendalikan dengan baik. Untuk mengurangi angka mortalitas dan morbiditas hipertensi, para ahli kesehatan berupaya dengan cara terapi medis secara farmakologi dan non-farmakologi, seperti diet dan olahraga. Kejadian hipertensi sering kali dikaitkan dengan faktor-faktor risiko yang muncul (Acelajado, dkk., 2012).

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan oleh Rahajeng E tahun 2009, menyebutkan bahwa faktor sosio demografi yang mempengaruhi kejadian hipertensi adalah umur, jenis kelamin, pendidikan, dan pekerjaan. Faktor perilaku yang berisiko adalah merokok, mengonsumsi alkohol dalam 1 bulan terakhir, konsumsi minuman berkafein 1 kali per hari, dan kurang aktivitas fisik. Faktor fisik yang berisiko adalah obesitas dan obesitas abdominal.

Kejadian hipertensi di Kp Honje Luhur Kelurahan Sukagalih wilayah kerja PKM Pembangunan Kecamatan

Tarogong Kidul termasuk dalam 10 penyakit terbanyak pada tahun 2016 dengan jumlah kasus sebanyak 99 orang . Pada penderita hipertensi ditemukan sekitar 20%-30% memiliki berat badan lebih (Nugraheni, et al., 2008). Asupan makanan dengan kandungan lemak dan natrium yang tinggi dapat mempengaruhi tinggi rendahnya tekanan darah dalam tubuh.

Dari hasil studi pendahuluan di Kp. Honje Luhur Kelurahan Sukagalih wilayah kerja puskesmas dari 20 pasien hipertensi rata rata pengetahuannya baik namun masih banyak yang belum melakukan diet hipertensi. Lansia yang menderita hipertensi pada bulan November sebanyak 99 orang dengan umur 45-50 tahun 20 orang, 51-60 tahun 79 orang , hipertensi ini selalu terjadi peningkatan dan selalu masuk dalam 10 besar penyakit yg di derita oleh masyarakat kp Honje Luhur di wilayah kerja Puskesmas Pembangunan.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara pengetahuan dengan kepatuhan diet hipertensi pada lansia di Kp. Honje Luhur Kelurahan Sukagalih Wilayah Kerja PKM Pembangunan Kecamatan Trogong Kidul Kabupaten Garut Tahun 2016.

METODE PENELITIAN

Menurut Nursalam (2013) Rancangan penelitian adalah sesuatu yang sangat penting dalam penelitian, memungkinkan

pengontrolan maksimal beberapa faktor yang dapat memengaruhi akurasi suatu hasil. Istilah rancangan penelitian digunakan dalam dua hal: pertama, rancangan penelitian merupakan suatu strategi penelitian dalam mengidentifikasi permasalahan sebelum perencanaan akhir pengumpulan data; dan kedua, rancangan penelitian digunakan untuk mendefinisikan struktur penelitian yang akan dilaksanakan. Pada tahap ini, peneliti harus mempertimbangkan beberapa keputusan sehubungan dengan metode yang akan digunakan untuk menjawab pertanyaan penelitian dan harus secara cermat merencanakan pengumpulan data. Peneliti harus menyadari bahwa setiap metode yang digunakan mempunyai dampak terhadap kualitas, kesatuan, dan interpretasi dari suatu hasil. Oleh karena itu, peneliti harus dapat mengevaluasi keputusan untuk menentukan berapa banyak kebenaran yang akan disajikan pada hasil penelitian (Nursalam, 2013). Penelitian ini merupakan penelitian correlational research yaitu mengetahui hubungan antara pengetahuan dengan diet hipertensi pada lansia di Kp. Konje Luhur kelurahan Sukagalih wilayah kerja PKM Pembangunan kecamatan Tarogong Kidul. Metode penelitian yang digunakan adalah survey dengan wawancara dengan kuesioner melalui pendekatan retrospektif yaitu penelitian berupa pengamatan terhadap peristiwa-peristiwa yang telah terjadi bertujuan

untuk mencari faktor yang berhubungan dengan penyebab. (Arikunto, 2006).

Desain penelitian yang dilakukan adalah penelitian yang bersifat Cross Sectional (Hubungan dan Asosiasi). Penelitian cross sectional adalah jenis penelitian yang menekankan waktu pengukuran/observasi data variabel independen dan dependen hanya satu kali pada satu saat. Pada jenis ini, variabel independen dan dependen dinilai secara simultan pada suatu saat, jadi tidak ada tindak lanjut. Tentunya tidak semua subjek penelitian harus diobservasi pada hari atau waktu yang sama, akan tetapi baik variabel independen maupun variabel dependen dinilai hanya satu kali.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 4.1: Distribusi frekuensi usia lansia yang mengalami hipertensi di Kp. Honje Luhur (n= 99)

Umur Lansia (Tahun)	Frekuensi	Persentase
45-50	20	20.2
51-55	30	30.3
56-60	49	49.5
Total	99	100

Tabel 4.2: Distribusi frekuensi tingkat pendidikan lansia yang mengalami hipertensi di Kp. Honje Luhur (n= 99)

Pendidikan Terakhir	Frekuensi	Persentase
SD	46	46.5
SMP	17	17.2
SMA	28	28.3
S1	8	8
Total	99	100

Tabel 4.3: Distribusi frekuensi tingkat pengetahuan lansia yang mengalami hipertensi di Kp. Honje Luhur (n=99)

Pengetahuan	Frekuensi	Persentase
Baik	56	56.57
Kurang	43	43.43
Total	99	100

Tabel 4.4: Distribusi frekuensi kepatuhan lansia yang mengalami hipertensi terhadap diet hipertensi di Kp. Honje Luhur (n=99)

Kepatuhan	Frekuensi	Persentase
Patuh	79	79.8
Tidak Patuh	20	20.2
Total	99	100

Tabel 4.5: Analisis hubungan variabel bebas dengan variabel terikat

Pengetahuan	Kepatuhan		Total
	Patuh	Tidak Patuh	
Kurang	9	34	43
Baik	11	45	56
Total	20	79	99

Berdasarkan. Hasil uji statistik dengan menggunakan nilai p-Value 0.029 artinya semakin tinggi pengetahuan semakin patuh melaksanakan diet hipertensi, nilai odd ratio 2.945 artinya pasien hipertensi yang pengetahuannya kurang berisiko untuk tidak patuh sebesar 2.945 kali dibandingkan dengan yang berpengetahuan tinggi.

Sesuai hasil penelitian diperoleh sebanyak 56 orang (56.57%) memiliki pengetahuan baik, sedangkan sebanyak 45 orang lansia (43.43%) memiliki pengetahuan kurang, Menurut Notoatmojo(Wawan,2011), mengatakan bahwa pengetahuan adalah hasil dari tahu hal ini terjadi setelah orang mengadakan pengindraan terhadap suatu objek tertentu. Pada hasil penelitian didapatkan sebanyak 56 orang lansia berpengetahuan baik, sebagian besar lansia mengetahui tentang pengertian, penyebab, gejala, komplikasi, pencegahan dan diet hipertensi hal ini

karena lansia yang ada di Kp. Honje Luhur sudah mempunyai Posbindu sehingga mereka selalu mendapatkan informasi tentang penyakit hipertensi, walaupun dari tingkat pendidikan sebagian besar dari SD tetapi mereka paham tentang hipertensi dimulai dari pengertian, gejala, penyebab, komplikasi sampai diet hipertensi. Pengetahuan adalah merupakan hasil mengingat suatu hal, termasuk mengingat kembali kejadian yang pernah dialami baik secara sengaja maupun tidak sengaja dan ini terjadi setelah orang melakukan kontak atau pengamatan terhadap suatu obyek tertentu (Mubarok, dkk, 2007).

Menurut Nugroho(2000), mengatakan bahwa pengetahuan responden yang baik kemungkinan dipengaruhi oleh banyak factor, misalnya pengalaman, sarana informasi. Pengetahuan tidak hanya didapat secara formal melainkan melalui pengalaman. Selain itu pengetahuan dipengaruhi oleh sarana informasi yang tersedia di rumah seperti televisi dan radio. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga, sehingga penggunaan panca indera terhadap suatu informasi sangat penting. Hasil penelitian bahwa lansia sebagian besar berpengetahuan baik karena di Kp. Honje Luhur sudah mempunyai posbindu dimana kegiatan itu rutin dilakukan penyuluhan kesehatan salah satunya tentang hipertensi dan penanganannya. Dalam penelitian ini yang mempengaruhi factor kepatuhan diet hipertensi adalah

pengetahuan oleh karena itu karena pengetahuan lansia sebagian besar baik maka kepatuhan diet hipertensinya juga baik.

Sesuai hasil penelitian sebanyak 79 orang (79.8%) lansia patuh terhadap diet hipertensi, dan 20 orang (20.2%) lansia tidak patuh terhadap diet hipertensi. Menurut Purwanto (2006) ada beberapa variabel yang mempengaruhi tingkat kepatuhan seseorang yaitu demografi, penyakit, pengetahuan, program terapeutik, psikososial, dukungan keluarga.

Kepatuhan pasien terhadap aturan pengobatan pada prakteknya sulit dianalisa karena kepatuhan sulit diidentifikasi, sulit diukur dengan teliti dan tergantung banyak faktor. Pengkajian yang akurat terhadap individu yang tidak patuh merupakan suatu tugas yang sulit.

Metode-metode yang digunakan untuk mengukur sejauh mana seseorang dalam mematuhi nasehat dari tenaga kesehatan yang meliputi laporan dari data orang itu sendiri, laporan tenaga kesehatan, perhitungan jumlah pil dan botol, tes darah dan urine, alat-alat mekanis, observasi langsung dari hasil pengobatan (Niven, 2001). Semakin tinggi pengetahuan maka semakin tinggi tingkat kepatuhannya dalam melaksanakan diet hipertensi sebaliknya semakin rendah pengetahuan maka semakin rendah juga tingkat kepatuhannya dalam menjalankan diet hipertensi. Hasil

penelitian menunjukkan berdasarkan hasil uji Pearson Chi Square dari responden sebanyak 99 orang dengan tingkat kepercayaan 95%, 0,05% diperoleh p value 0.029, Nilai p value < maka H_0 ditolak artinya ada hubungan pengetahuan dengan kepatuhan diet hipertensi. Hasil penelitian menunjukkan ada hubungan positif antara pengetahuan dengan kepatuhan diet hipertensi pada lansia yang mengalami hipertensi, semakin tinggi pengetahuan semakin tinggi tingkat kepatuhan terhadap diet hipertensi. Hasil penelitian tersebut sesuai dengan pendapat Poerwanto (2006), yang mempengaruhi kepatuhan salah satunya adalah factor pengetahuan. Pengetahuan adalah merupakan hasil mengingat suatu hal, termasuk mengingat kembali kejadian yang pernah dialami baik secara sengaja maupun tidak sengaja dan ini terjadi setelah orang melakukan kontak atau pengamatan terhadap suatu obyek tertentu (Mubarok, dkk, 2007).

KESIMPULAN

Dari hasil penelitian ini Sebagian besar lansia yang mengalami hipertensi memiliki pengetahuan yang baik sebanyak 56 orang (56.57%).

Lebih banyak lansia yang patuh menjalankan diet hipertensi dibandingkan dengan lansia yang tidak patuh menjalankan diet hipertensi Ada hubungan antara pengetahuan dengan kepatuhan diet hipertensi pada lansia yang

mengalami hipertensi dengan nilai p value sebesar 0.029

SARAN

Penelitian ini dapat dimanfaatkan untuk melakukan promosi kesehatan pada lansia baik dalam kegiatan posbindu dan kegiatan yang lainnya.

Dengan penelitian ini dapat menambah pengetahuan tentang diet hipertensi dan mengikuti posbindunya semakin aktif dengan berbagai kegiatan.

Menjadi bahan rujukan untuk mengambil kebijakan dalam penanganan penyakit hipertensi pada lansia yang ada di desa kabupaten Garut

Hendaknya dilakukan penelitian yang lebih banyak lagi populasinya karena penyakit hipertensi banyak terjadi pada lansia terutama di desa desa.

DAFTAR PUSTAKA

Alimul, A. 2003. Riset Keperawatan & Teknik Penulisan Ilmiah. Jakarta : Salemba Medika.

Almatsier, Sunita. 2003. Prinsip Dasar Ilmu Gizi. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.

Almatsier, Sunita. 2005. Penuntun Gizi Diet Edisi Baru. Jakarta: PT. Ikrar Mandiri Abadi.

Arisman. 2009. Gizi Dalam Daur Hidup. Edisi II. Jakarta: EGC.

Arikunto, 2006. PROSEDUR Penelitian Suatu Pendekatan Praktik, Rineka Cipta, Jakarta

Budiarto, Eko. 2003. Metodologi Penelitian Kedokteran: Sebuah Pengantar. Jakarta: EGC.

Bustan. 2007. Epidemiologi Penyakit Tidak Menular. Jakarta: Rineka Cipta.

Departemen Kesehatan RI. 2003. Pedoman Tata Laksana Gizi Usia Lanjut untuk Tenaga Kesehatan. Direktorat Gizi Masyarakat Direktorat Bina Kesehatan Masyarakat.

Depkes RI. Direktorat Gizi Masyarakat Bina Kesehatan Masyarakat. 2003. Pedoman Praktis Terapi Gizi Medis. Jakarta: Departemen Kesehatan.

Dahlan, Sopiudin, 2005, Statistik untuk Kedokteran dan Kesehatan. Salemba, Medika Jakarta

Gunawan L. 2001. Tekanan Darah Tinggi. Yogyakarta: Kanisius.

Hull, A. 2001. Penyakit Jantung, Hipertensi, dan Nutrisi. Jakarta: Bumi Aksara.

Maryam, Siti. 2008. Mengenal Usia Lanjut dan Perawatannya. Jakarta: Salemba Medika.

Moore, M. 1997. Terapi Diet dan Nutrisi. Jakarta : Hipokrates.

Nazir, M. 2003. Metode Penelitian. Jakarta: Ghalia Indonesia.

Notoatmodjo, S. 2005. Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta.

Notoatmojo, 2013. Promosi Kesehatan,
Perilaku Kesehatan, PT Rineka
Cipta Jakarta

Nugroho, Wahyudi, 2000. Perawatan
Lanjut Usia. Jakarta: EGC.

Nugroho, W. 2008. Keperawatan
Gerontik dan Geriatrik. Jakarta :
EGC.

Tambayong, 2003. Patofisiologi untuk
Keperawatan. EGC: Jakarta