

## HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN DENGAN KEPATUHAN DIET PADA LANSIA HIPERTENSI

Ratna Lestari

Prodi Pendidikan Profesi Ners, Stikes Garuda Putih; [ratnalestarigg@gmail.com](mailto:ratnalestarigg@gmail.com)

### ABSTRACT

**Background:** Hypertension is a condition of a person's blood pressure is higher than 140 mmHg for systolic and 90 mmHg for diastolic. One of the strategies to manage hypertension is an adequate diet. However, the level of obedience on the hypertension diet is influenced by the level of knowledge. **Purpose:** This study aimed to determine the correlation between the level of knowledge with hypertension dietary compliance in elderly at Puskesmas Kalasan Area. **Methods:** This study used cross sectional design with proportional random sampling. This study involved 93 elderly with hypertension as respondents. The level of knowledge and compliance are collected by adopted questionnaire, while the statistical test used is Gamma Somer's D. **Result:** The result shows p-value 0.000 ( $<0.05$ ) and the correlation coefficient  $r$  0.815 in a positive direction. **Conclusion:** These means that there is correlation between knowledge and behavior compliance of hypertension diet. Elderly need accomplishment from family and health worker through education or other action in order to stay healthy with hypertension.

**Keywords :** Knowledge, Compliance, Hypertension Diet, Elderly

---

### ABSTRAK

**Latar Belakang:** Hipertensi atau biasa disebut penyakit darah tinggi merupakan suatu keadaan tekanan darah seseorang yang melebihi batas normal  $\geq 140$  mmHg untuk sistolik dan  $\geq 90$  mmHg untuk diastolik. Tindakan yang sangat berpengaruh dalam keberhasilan pencegahan atau pengendalian kekambuhan hipertensi adalah menerapkan perilaku dan patuh terhadap diet hipertensi dengan baik. Namun tingkat kepatuhan seseorang terhadap diet hipertensi dipengaruhi dengan adanya tingkat pengetahuan. **Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara tingkat pengetahuan dengan kepatuhan diet hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Kalasan Sleman, Yogyakarta. **Metode:** Penelitian ini menggunakan desain Cross Sectional dengan teknik pengambilan sampel *proportional random sampling* dengan jumlah responden 93 lansia dengan hipertensi. Pengambilan data menggunakan kuesioner tingkat pengetahuan dan tingkat kepatuhan diet hipertensi. Sedangkan Uji statistik yang digunakan adalah Gamma Somer's D. **Hasil:** Hasil uji statistik didapat p-value 0,000 ( $<0,05$ ) dan koefisien korelasi  $r$  0,815 dengan arah positif. **Kesimpulan:** Ada hubungan antara pengetahuan dan kepatuhan diet hipertensi. Lansia membutuhkan pendampingan dari keluarga dan tenaga Kksehatan melalui edukasi tentang diet hipertensi atau tindakan lainnya sehingga lansia dengan hipertensi bisa tetap sehat dan mengendalikan penyakitnya.

**Kata Kunci :** Pengetahuan, Kepatuhan, Diet Hipertensi, Lansia

## PENDAHULUAN

Hipertensi dijuluki sebagai *the silent disease* (penyakit tanpa gejala), hal ini karena penderita tidak menyadari dirinya telah mengidap penyakit hipertensi. *World Health Organization* melaporkan prevalensi hipertensi secara global sebesar 22% dari total penduduk dunia<sup>(1)</sup>. Wilayah Afrika menduduki peringkat pertama dengan jumlah kasus sebesar 27% dan Asia Tenggara berada pada posisi ke-3 yaitu dengan prevalensi sebesar 25% dari total penduduk. Kemenkes RI melalui hasil Riskesdas menunjukkan bahwa prevalensi penyakit tidak menular (PTM) di Indonesia tahun 2018 meningkat dibandingkan tahun 2013, terutama hipertensi yang naik dari 25,8% menjadi 34,11%<sup>(2)</sup>. Lebih lanjut disebutkan penyumbang kasus tertinggi terdapat di Provinsi Kalimantan Selatan sebesar 44.13%, sedangkan Daerah Istimewa Yogyakarta menduduki peringkat ke 12 dengan jumlah prevalensi 32,86%. Berdasarkan Data Profil Kesehatan Provinsi Yogyakarta menyebutkan bahwa kasus hipertensi paling banyak terdapat di Kabupaten Sleman yaitu 12,10% dan kasus paling sedikit di Kabupaten Kulon Progo yaitu 0,12%<sup>(3)</sup>.

Hipertensi dikategorikan *Heterogeneous group of disease*, penyakit yang menyerang siapa saja dari berbagai kelompok usia (paling rentan lansia), sosial, dan ekonomi. Penyakit hipertensi merupakan peningkatan tekanan darah yang gejalanya berlanjutan pada target organ seperti stroke otak, jantung koroner, pembuluh darah, dan otot jantung<sup>(1)</sup>. Kejadian stroke di Indonesia akibat hipertensi diperkirakan setiap tahunnya terdapat 500.000 penduduk dan sekitar 25% diantaranya meninggal serta mengalami cacat ringan hingga berat, sedangkan prevalensi PJK (Penyakit Jantung Koroner) sebesar 0,5% atau sekitar 833.447 orang<sup>(4)</sup>.

Berdasarkan fenomena di atas hipertensi harus dicegah, diobati dan dikendalikan dengan baik. Perlu dilakukannya upaya-upaya yang mampu mengendalikan hipertensi seperti yang dianjurkan oleh pemerintah dalam menangani penyakit tidak menular dengan program CERDIK yang salah satunya melalui diet seimbang. Diet hipertensi merupakan penanganan nonfarmakologi yang memiliki nilai efisien, praktis dan tidak membahayakan tubuh. Diet hipertensi juga dilaksanakan bersamaan dengan penanganan farmakologi contohnya konsumsi obat anti hipertensi<sup>(5)</sup>. Diet bagi penderita hipertensi dilakukan dengan cara membatasi asupan natrium tidak lebih dari 5g (1 sendok teh/hari), lemak jenuh yang terdapat pada makanan dengan proses digoreng, menambah konsumsi makanan berserat tinggi, dan rendah kalori. Diet rendah natrium berpotensi menurunkan tekanan darah sistolik 3,5 mmHg dan diastolik 2,1 mmHg<sup>(6)</sup>. Berdasarkan hasil studi pendahuluan pada 5 orang lansia dengan hipertensi didapatkan data bahwa lansia belum paham dengan diet hipertensi, setiap hari makan makanan yang disajikan keluarga dan sudah terbiasa dengan tambahan penyedap rasa ketika memasak karena merasa hambar, lansia juga jarang makan buah karena penurunan indera perasa. Penerapan diet hipertensi jangka panjang dan kurun waktu yang lama menjadi tantangan tersendiri bagi penderita hipertensi terutama bagi lansia.

Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta memiliki persentase lansia terbanyak di Indonesia sebesar 14,50% (BPS, 2019). Lansia merupakan kelompok yang rentan terhadap masalah kesehatan salah satunya hipertensi, hal ini karena adanya gangguan kardiovaskular akibat penurunan fungsi tubuh. Selain itu, hipertensi pada lansia disebabkan karena perubahan gaya hidup seperti kurang memperhatikan pola asupan garam, kolesterol hingga lemak pada makanan. Perubahan perilaku tersebut dapat disebabkan oleh faktor internal seperti kurang pengetahuan akibat penurunan fungsi kognitif<sup>(7)</sup>.

Lansia dengan hipertensi harus memiliki pengetahuan tentang diet hipertensi dan patuh dalam pelaksanaan diet. Menurut Notoatmodjo pengetahuan merupakan hasil tahu seseorang terhadap suatu objek melalui indera yang dimilikinya, sehingga pengetahuan setiap orang berbeda-beda tergantung bagaimana penginderaan terhadap objek atau sesuatu<sup>(8)</sup>. Faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan seseorang antara lain pendidikan, paparan media massa, ekonomi, hubungan sosial dan pengalaman<sup>(9)(10)</sup>. Pengetahuan yang baik diharapkan dapat meningkatkan kepatuhan terhadap perawatan suatu penyakit dalam hal ini adalah kepatuhan menjalankan diet, sehingga dapat dimaknai bahwa dengan bersikap patuh maka hipertensi dapat dikendalikan. Kepatuhan diartikan sebagai tindakan yang dijalankan sesuai dengan aturan yang telah dibuat atau disepakati<sup>(8)</sup>. Kepatuhan dalam menjalankan diet dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya usia, pengetahuan, pendidikan, sosial ekonomi, dan dukungan keluarga<sup>(11)</sup>

Berdasarkan latar belakang di atas dibutuhkan penelitian untuk mengetahui lebih lanjut hubungan pengetahuan dengan kepatuhan diet hipertensi pada lansia.

## METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional*. Penelitian ini dilakukan pada bulan Februari- April 2021 di Desa Purwomartani sebagai salah satu wilayah binaan Puskesmas Kalasan Sleman. Populasi dalam penelitian ini adalah semua lansia dengan diagnosis hipertensi di Desa Purwomartani, sampel diambil dengan menggunakan teknik *proporsional random sampling* sebanyak 93 lansia. Kriteria lansia dalam penelitian ini adalah orang berusia  $\geq 60$  tahun, tinggal dengan atau tanpa anak, terdiagnosis medis oleh dokter dengan hipertensi.

Pengumpulan data dilakukan dengan menyebarkan kuesioner pengetahuan tentang diet hipertensi sebanyak 12 pertanyaan yang diadopsi dari Wati (2018) dengan nilai  $r$  0,413, sedangkan variabel terikat menggunakan kuesioner kepatuhan diet hipertensi yang diadopsi dari Lampitasari (2017) dengan nilai  $r$  0,635. Sementara reliabilitas dilakukan dengan menggunakan *Cronbach Alpha*, variabel pengetahuan dengan nilai  $\alpha = 0,928$  dan kepatuhan diet hipertensi nilai  $\alpha$  yaitu 0,947. Kedua instrumen memiliki nilai reliabilitas yang hampir mendekati 1, maka dapat disimpulkan bahwa kedua instrumen sudah reliabel. Kedua instrumen penelitian ini dinyatakan valid

Analisis data univariat menggunakan distribusi frekuensi, sementara analisis bivariat menggunakan uji statistik *Gamma Somers'd* karena kedua data bersifat ordinal dan bertujuan untuk mengetahui ada atau tidaknya korelasi pada kedua variabel tersebut. Penelitian ini telah melewati uji etik dari Fakultas Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta dengan nomor Skep/032/KEPK/IV/2020.

**HASIL**  
**Analisis Univariat**

1. Karakteristik Responden

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Lansia dengan Hipertensi di Desa Purwomartani

No	Variabel & Kategori	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1.	<b>Umur</b>		
	Elderly (60-74)	72	77,4
	Old (75-89)	20	21,5
	Very Old ( $\geq 90$ )	1	1,1
2.	<b>Jenis Kelamin</b>		
	Laki-laki	41	44,1
	Perempuan	52	55,9
3.	<b>Tingkat Pendidikan</b>		
	Tidak Sekolah	16	17,2
	SD	34	36,6
	SMP	13	14
	SMA	17	18,3
	Perguruan Tinggi	13	14
4.	<b>Riwayat hipertensi</b>		
	$\geq 5$ tahun	57	61,3
	$< 5$ tahun	36	38,7

Tabel 1 menunjukkan usia terbanyak lansia pada rentang *elderly* (60-74 tahun) sebanyak 72 responden (77,4%), mayoritas lansia dengan hipertensi berjenis kelamin perempuan sebanyak 52 orang (55,9%). Tingkat Pendidikan Sebagian besar lansia adalah SD dengan jumlah 34 responden (36,6%). Sebanyak 57 (61.3%) lansia sudah menderita hipertensi  $\geq 5$  tahun.

2. Pengetahuan tentang Diet Hipertensi

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Pengetahuan Lansia Tentang Diet Hipertensi

Pengetahuan	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Baik	36	38,7
Cukup	37	39,8
Kurang	20	21,5
Total	93	100

Pengetahuan lansia tentang diet hipertensi dapat dilihat pada tabel 2, dapat dikatakan lansia dengan pengetahuan baik dan cukup hampir seimbang dimana 37 (39,8%) berpengetahuan cukup, sementara 36 responden (38,7%) sisanya berpengetahuan berpengetahuan baik. Hal ini bisa dipengaruhi oleh latar belakang pendidikan lansia yang tergolong dalam jenjang pendidikan tinggi (SMA sampai dengan perguruan tinggi) yang tergambar pada tabel 1.

### 3. Kepatuhan Menjalankan Diet Hipertensi

**Tabel 3. Distribusi Frekuensi Kepatuhan Lansia Menjalankan Diet Hipertensi**

Kepatuhan	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Patuh	47	50,5
Tidak Patuh	46	49,5
Total	93	100

Hasil analisis pada tabel 3 dapat diketahui kepatuhan lansia menjalankan diet hipertensi, lansia patuh dengan tidak patuh memiliki jumlah yang hampir seimbang yaitu 50,5% dan 49,5%.

#### Analisis Bivariat

Hasil korelasi dengan menggunakan uji statistik Somer's D pada variabel pengetahuan tentang diet hipertensi dengan kepatuhan menjalankan diet hipertensi disajikan dalam tabel berikut.

**Tabel 4. Analisis Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Kepatuhan Diet Pada Lansia Hipertensi**

Pengetahuan	Kepatuhan				Total		r	p
	Patuh		Tidak Patuh		f	%		
	f	%	f	%	f	%		
Baik	31	33,3	5	5,4	36	38,7		
Cukup	13	14,0	24	25,8	37	39,8	<b>0,815</b>	<b>0,000</b>
Kurang	3	3,2	17	18,3	20	21,5		
<b>Total</b>	<b>47</b>	<b>50,5</b>	<b>46</b>	<b>49,5</b>	<b>93</b>	<b>100</b>		

Berdasarkan tabel 4 dapat diketahui bahwa mayoritas lansia dengan pengetahuan baik semakin patuh pada diet hipertensi sebesar 33,3%, sementara lansia dengan tingkat pengetahuan cukup mayoritas tidak patuh pada diet HT sebesar 25,8%, dan lansia dengan tingkat pengetahuan kurang sebagian besar tidak patuh pada diet hipertensi 18,3%.

Berdasarkan hasil uji statistik Gamma Somer's D diperoleh nilai p 0,000 <0.05 dengan nilai koefisien korelasi (r) 0,815 menunjukkan arah positif sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan tentang diet hipertensi dengan kepatuhan menjalankan diet pada lansia.

## PEMBAHASAN

### Karakteristik Responden Lansia dengan Hipertensi di Desa Purwomartani

Hipertensi bisa dialami oleh siapa saja tidak terkecuali lansia. Terdapat faktor yang bisa dimodifikasi dan tidak bisa dimodifikasi yang dapat menjadi faktor risiko seseorang menderita hipertensi. Usia merupakan salah satu faktor yang tidak bisa dimodifikasi. Pada usia 60-64

berisiko tinggi mengalami hipertensi 2,18 kali dibandingkan usia yang lebih muda. Selain itu pada usia diatas 40 tahun berisiko mengalami penebalan dinding arteri karena adanya penumpukan zat kolagen pada lapisan otot, sehingga mengakibatkan pembuluh darah pada tubuh menyempit dan menjadi kaku<sup>(12)</sup>.

Selain usia, jenis kelamin juga termasuk dalam faktor risiko meningkatnya kejadian hipertensi. Mayoritas penderita hipertensi dalam penelitian ini didominasi oleh lansia Perempuan, sejalan dengan hasil penelitian sebelumnya yang menemukan 60% penderita hipertensi adalah perempuan. Perempuan lebih mungkin menderita hipertensi setelah menopause.terutama setelah usia 65 tahun. Penyebabnya diyakini disebabkan oleh faktor hormonal, dimana pada fase menopause konsentrasi hormon estrogen menurun padahal hormon ini memiliki efek perlindungan pada wanita terhadap penyakit kardiovaskular<sup>(13)</sup>.

#### Pengetahuan tentang Diet Hipertensi

Pemerintah melalui Kemenkes RI telah mencanangkan beberapa program untuk mencegah dan mengendalikan penyakit tidak menular diantaranya CERDIK, GERMAS, dan pemantauan melalui POSBINDU PTM. Agar program-program tersebut dapat terimplementasi di masyarakat baik pada kelompok sehat, berisiko, ataupun sakit maka dibutuhkan kesadaran dan pengetahuan. Pada tabel 2 dapat diketahui bahwa tingkat pengetahuan diet hipertensi pada lansia menunjukkan hasil yang hampir sama antara kategori baik dan cukup. Beberapa faktor yang memengaruhi tingkat pengetahuan diantaranya tingkat pendidikan, lingkungan, pengalaman, informasi yang diperoleh, pekerjaan, usia, hingga minat lansia itu sendiri<sup>(9)(10)(14)</sup>. Hasil ini sejalan dengan penelitian lain yang mengidentifikasi 35 lansia (41,7%) memiliki pengetahuan cukup terhadap diet hipertensi<sup>(15)</sup>. Hasil ini juga didukung oleh penelitian lain, diperoleh hasil 85,7% lansia berpengetahuan baik tentang diet hipertensi<sup>(16)</sup>, namun hasil yang berbeda didapatkan dari penelitian lain bahwa 60,8% lansia berpengetahuan rendah tentang diet hipertensi<sup>(17)</sup>. Peneliti berasumsi bahwa pengetahuan yang cukup dan baik pada lansia dalam penelitian ini dikarenakan masih adanya lansia dengan latar belakang pendidikan tinggi yaitu berada pada jenjang SMA sampai perguruan tinggi, sehingga memberi pengaruh pada tingkat pengetahuannya. Pendidikan seseorang akan mempengaruhi tingkat pengetahuannya, semakin tinggi jenjang pendidikan semakin mudah menerima informasi baik informasi umum maupun informasi tentang kesehatan<sup>(15)</sup>.

Selain usia, pengetahuan cukup dan baik juga dipengaruhi oleh usia. Seseorang yang makin dewasa maka proses perkembangan mentalnya bertambah baik, namun pada umur-umur tertentu bertambahnya proses perkembangan mental ini tidak secepat ketika usia belasan tahun. Maka dapat diartikan bahwa semakin dewasa semakin matang cara berpikir, semakin berperilaku bijaksana, makin banyak hal yang dapat dikerjakan dengan pertimbangan<sup>(18)</sup>.

#### Kepatuhan Menjalankan Diet Hipertensi

Hasil penelitian ini menunjukkan tingkat kepatuhan diet hipertensi pada lansia sebagian besar patuh. Hasil ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa terdapat 79 orang (79,8%) lansia patuh terhadap diet hipertensi, dan 20 orang (20,2%) lansia tidak patuh terhadap diet hipertensi<sup>(19)</sup>. Kepatuhan individu dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor diantara lainnya demografi, penyakit, pengetahuan, program terapeutik, psikososial hingga dukungan keluarga<sup>(9)</sup>.

Faktor demografi yang memengaruhi kepatuhan diet hipertensi berdasarkan penelitian ini diantaranya usia, jenis kelamin, lama menderita hipertensi, dan riwayat keluarga. Pada penelitian ini jenis kelamin paling dominan adalah perempuan yaitu sebanyak 52 lansia

(55,9%). Terdapat perbedaan peran kehidupan dan perilaku antara perempuan dan laki-laki dalam masyarakat karena perempuan lebih memperhatikan kesehatannya daripada laki-laki termasuk dalam perilaku patuh pada makanan yang dianjurkan untuk penderita hipertensi<sup>(20)</sup>.

Lama menderita hipertensi juga berpengaruh pada kepatuhan dalam melaksanakan diet hipertensi. Rerata lansia dalam penelitian ini sudah menderita hipertensi  $\geq 5$  tahun. Pada fenomena ini, menunjukkan bahwa semakin lama seseorang menderita hipertensi semakin memahami bahwa penting sekali dalam menjaga maupun mengontrol tekanan darah. Hasil ini sejalan dengan penelitian sebelumnya, apabila seseorang semakin lama menderita hipertensi maka semakin membuat penderita untuk selalu patuh dan menjaga kesehatannya dengan meningkatkan dietnya yang lebih baik<sup>(21)</sup>. Penelitian lain menemukan bahwa lama menderita hipertensi akan mempengaruhi *self efficacy* atau kesadaran individu untuk melaksanakan diet hipertensi secara patuh. Individu yang menderita hipertensi lama akan lebih memahami dan mengatur kondisi perawatan penyakitnya<sup>(22)</sup>.

Kepatuhan adalah perluasan perilaku individu yang mengarah dan mengacu pada partisipasi dalam memecahkan masalah dan mengambil keputusan tentang perubahan perilaku atas dasar sukarela<sup>(8)</sup>. Berdasarkan teori di atas, kepatuhan dalam menjalankan diet hipertensi bermakna mengikuti anjuran diet dari tenaga kesehatan guna mengurangi kekambuhan hipertensi dengan cara mengurangi konsumsi garam/natrium, makanan tinggi kolesterol, dan memperbanyak makanan tinggi kalsium dan magnesium.

Berdasarkan tabel 4 diketahui bahwa mayoritas lansia dengan pengetahuan baik, patuh untuk menjalankan diet hipertensi. Sebagian besar lansia mengetahui tentang pengertian, penyebab, gejala, komplikasi pencegahan dan diet hipertensi hal ini karena lansia yang ada di Desa Purwomartani sudah memiliki posbindu dan kesadaran untuk memeriksakan diri ke pelayanan kesehatan cukup tinggi sehingga mereka selalu mendapat informasi penyakit hipertensi, walaupun dari aspek pendidikan mayoritas SD. Hasil penelitian ini didukung oleh penelitian lain yang menyebutkan bahwa mayoritas responden dengan pengetahuan baik patuh menjalankan diet hipertensi sebanyak 57%, sementara responden dengan pengetahuan cukup sebanyak 21% nya patuh menjalankan diet hipertensi<sup>(23)</sup>.

#### Hubungan Pengetahuan Diet Hipertensi dengan Kepatuhan Menjalankan Diet

Penelitian ini dilakukan di Desa Purwomartani Kecamatan Kalasan Yogyakarta dengan menggunakan uji statistik *Gamma Somer's D*. Hasil dari uji statistik menunjukkan bahwa nilai  $p = 0,000$  atau  $p < 0,05$  yang bermakna terdapat hubungan signifikan antara tingkat pengetahuan dengan kepatuhan diet hipertensi pada lansia di Desa Purwomartani Kalasan Yogyakarta dan koefisien korelasi  $r = 0,815$  yang artinya tingkat keeratan hubungan kedua variabel sangat kuat dengan arah korelasi positif, dimana semakin tinggi tingkat pengetahuan semakin tinggi tingkat kepatuhan menjalankan diet hipertensi. Sejalan dengan penelitian lain yang memperoleh nilai koefisien korelasi 0,887 dengan *p-value* 0,000. Hal ini berarti terdapat hubungan yang sangat kuat antara tingkat pengetahuan dengan kepatuhan diet hipertensi pada penderita hipertensi di Panti Sosial Tresna Werdha Jaya Mara Pati Buleleng<sup>(24)</sup>.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian lain yang melaporkan bahwa terdapat hubungan antara tingkat pengetahuan dengan kepatuhan diet hipertensi di Desa Buntu Buda Kecamatan Mamasadengan hasil uji statistik dengan *Chi-square* yang diperoleh hasil *p value* 0,011 atau *p value*  $< 0,05$ <sup>(16)</sup>. Faktor yang mempengaruhi kepatuhan salah satunya adalah pengetahuan. Semakin tinggi pengetahuan seseorang terhadap suatu obyek maka tingkat

kepatuhannya semakin tinggi pula, terutama terhadap diet hipertensi. Namun sebaliknya, seseorang dengan tingkat pengetahuannya kurang maka tingkat kepatuhannya juga kurang maksimal.

Dapat disimpulkan dari penelitian ini bahwa lansia yang memiliki pengetahuan dan pemahaman yang baik mengenai hipertensi akan berusaha mematuhi aturan-aturan diet hipertensi yang mereka pahami dan dapat mengontrol tekanan darahnya sehingga kesehatannya tetap terjaga dengan baik. Namun bagi lansia yang memiliki pengetahuan atau pemahaman kurang terkait hipertensi maka akan cenderung kurang memahami aturan-aturan diet hipertensi yang telah dianjurkan oleh tenaga kesehatan.

## KESIMPULAN

Karakteristik responden dari 93 responden mayoritas responden berusia 60-74 tahun sebanyak 72 orang (77,4%), berjenis kelamin perempuan sebanyak 52 orang (55,9%) dengan latar belakang pendidikan mayoritas SD sebanyak 34 orang (36,6%), dan mayoritas lansia sudah menderita hipertensi  $\geq$  5 tahun sebanyak 57 orang (61,3%). Hasil penelitian ini menyimpulkan terdapat hubungan pengetahuan diet hipertensi dengan kepatuhan menjalankan diet. Pengetahuan lansia dapat ditingkatkan melalui edukasi agar tetap patuh terhadap manajemen kesehatan khususnya diet hipertensi. Penelitian lebih lanjut diharapkan bisa menganalisis pengaruh edukasi kesehatan terhadap kepatuhan.

## DAFTAR PUSTAKA

1. WHO. Global Report on Hypertension. Geneva; 2023.
2. Kemenkes RI. Laporan Nasional Riskesdas 2018. Jakarta; 2018.
3. Dinkes DIY. Profil Kesehatan Kota Yogyakarta Tahun 2020. Yogyakarta; 2020.
4. Saraswati, D R, Khariri. Transisi Epidemiologi Stroke Sebagai Penyebab Kematian Pada Semua Kelompok Usia Di Indonesia. J Kedokt [Internet]. 2021;2(1):81-5. Available from: <https://conference.upnvj.ac.id/index.php/sensorik/article/view/1001>
5. Asih SW, Rohimah MA. Upaya Peningkatan Pengetahuan Lansia Tentang Hipertensi Melalui Health Education Program Cerdik Di Wilayah Kerja Puskesmas Patrang Kabupaten Jember. J Ilmu Kesehat. 2021;10(1):90-7.
6. Elbashir B, Al-dkheel M, Aldakheel H, Aruwished N, Alodayani N. Hypertension in Saudi Arabia: Assessing Life Style and Attitudes. Int J Transl Med Res Public Heal. 2020;4(1):23-9.
7. Ariani A, Berti Anggraini R, Faizal M. Hubungan Pengetahuan Dan Perilaku Cerdik Dengan Pengendalian Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi. J Penelit Perawat Prof. 2022;4(November):1377-86.
8. Notoatmodjo S. Promosi Kesehatan Dan Perilaku Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta; 2012.
9. Friandi R. Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kepatuhan Diet pada Pasien Hipertensi di Puskesmas Kemantan Tahun 2020. J Ilmu Kesehat Dharmas Indones. 2021;1(2):61-8.
10. Nurwidiyanti E, Dasmasele RJH. Factors Related To Diet Compliance In Hypertension Patients. Pros Basic Appl Med Sci Conf. 2022;(September):28-33.
11. Shim JS, Heo JE, Kim HC. Factors associated with dietary adherence to the guidelines for prevention and treatment of hypertension among Korean adults with and without hypertension. Clin Hypertens. 2020;26(1):1-11.
12. Amanda D, Martini S. The Relationship between Demographical Characteristic and Central Obesity with Hypertension. J Berk Epidemiol. 2018;6(1):43.
13. Putri LM, Mamesah MM, Iswati I, Sulistyana CS. Faktor Risiko Hipertensi Pada Masyarakat Usia Dewasa & Lansia Di Tambaksari Surabaya. J Heal Manag Res. 2023;2(1):1.
14. Rachmawati E, Rahmadhani F, Ananda MR, Salsabillah S, Pradana AA. Faktor-Faktor



- Yang Mempengaruhi Pengetahuan Keluarga Terhadap Penyakit Hipertensi: Telaah Narasi. *J Mitra Kesehat*. 2021;4(1):14-9.
15. Carles, Yulita E, Irwan M. HUBUNGAN PENGETAHUAN DAN KEPATUHAN DIET RENDAH GARAM TERHADAP HIPERTENSI PADA LANSIA DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS REJOSARI KOTA PEKANBARU. *Ensiklopedia J*. 2023;5(2).
  16. Darmarani A, Darwis H, Mato R. Hubungan Pengetahuan Dengan Kepatuhan Diet Hipertensi pada Lansia Yang Menderita Hipertensi di Desa Buntu Buda Kecamatan Mamasa. *J Ilm Kesehat Diagnosis [Internet]*. 2020;15(4):366-70. Available from: <http://www.libnh.stikesnh.ac.id/index.php/jikd/article/view/390/381>
  17. Siregar MA, Dedi, Sinaga SW, Adawiyah Y. DIET PADA PASIEN HIPERTENSI DI KLINIK PRATAMA Abstrak Pendahuluan Hipertensi merupakan salah satu penyakit mematikan yang ada di dunia . *J Ilmu Keperawatan*. 2022;2(2):99-109.
  18. Yuswantina RY, Dyahariesti ND, Fitra Sari NL, Kurnia Sari ED. Hubungan Faktor Usia dan Tingkat Pendidikan Terhadap Pengetahuan Penggunaan Antibiotik di Kelurahan Sidorejo Kidul. *Indones J Pharm Nat Prod*. 2019;2(1):25-31.
  19. DA IA, Hendriawati. Hubungan Pengetahuan Dengan Kepatuhan Diet Hipertensi Wilayah Kerja PKM Pembangunan Kecamatan Tarogong Kidul Kabupaten Garut Tahun 2017. *Kesehat Bakti Tunas Husada*. 2018;18(1):105-12.
  20. Wahyudi CT, Ratnawati D, Made SA. Pengaruh Demografi, Psikososial, Dan Lama Menderita Hipertensi Primer Terhadap Kepatuhan Minum Obat Antihipertensi. *J JKFT*. 2018;2(2):14.
  21. Yosfand NZ, Yulia Rizka, Elita V. Hubungan Lama Menderita Hipertensi Dan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Diet Pada Pasien Hipertensi Di Puskesmas Simpang Tiga. *Riau Nurs J*. 2022;1(1):51-9.
  22. Buheli KL, Usman L. Faktor Determinan Kepatuhan Diet Penderita Hipertensi. *Jambura Heal Sport J*. 2019;1(1):15-9.
  23. Assyfa N, Hoedaya AP, Inriyana R. Hubungan Pengetahuan dengan Kepatuhan Pencegahan Komplikasi pada Penderita Hipertensi. *J Keperawatan Florence Nightingale*. 2024;7(1):13-21.
  24. Firsia Sastra Putri DM. Hubungan Tingkat Pengetahuan Lansia Tentang Hipertensi Dengan Kepatuhan Diet Hipertensi Di Panti Sosial Tresna Werdha Jara Mara Pati Buleleng. *J Med Usada*. 2020;3(2):41-7.