

HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN DENGAN KEPATUHAN DIET HIPERTENSI DI GRIYA PMI KOTA SURAKARTA

Barly Sodiq¹, Vitri Dyah H², Fajar Alam P³

^{1,2,3}Program Studi Keperawatan, Universitas Sahid Surakarta
e-mail: barlyshodiq26@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang: Hipertensi adalah suatu keadaan dimana tekanan darah seseorang berada diatas batas normal atau optimal yaitu 120 mmHg untuk sistolik dan 80 mmHg untuk diastolic. Dengan terus meningkatnya kasus Hipertensi tiap tahun, pengetahuan dan kepatuhan dalam menjalankan diet Hipertensi sangatlah penting. Kepatuhan dalam menjalankan diet Hipertensi merupakan upaya yang dapat menormalkan tekanan darah mengurangi resiko terjadinya Hipertensi, salah satu faktor yang mempengaruhi kepatuhan seseorang adalah tingkat pengetahuan atau pemahaman mengenai instruksi yang diberikan, tidak seorangpun mematuhi instruksi jika dirinya salah paham tentang instruksi yang diberikan. Hal ini disebabkan karena kesalahan dalam memberikan informasi, penggunaan istilah-istilah medis dan memberikan banyak instruksi yang harus diingat oleh penderita.

Tujuan: Mengetahui hubungan tingkat Pengetahuan dengan Kepatuhan diet Hipertensi di Griya PMI Kota Surakarta **Metode:** Penelitian ini menggunakan pendekatan *kuantitatif* dengan desain *korelasional*. Penelitian *korelasional* merupakan penelitian yang dimaksudkan untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara dua atau beberapa variabel. Rancangan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan pola lintang (*Cross Sectional*) yaitu penelitian observasional analitik yang dilakukan dan diamati dalam satu waktu Analisis data menggunakan uji *Kendall tau-b*

Hasil penelitian: Sebanyak 5 orang (16,7%) memiliki tingkat pengetahuan kurang, 16 orang (63,3%) memiliki tingkat pengetahuan dan 6 orang (20%) memiliki pengetahuan baik. Kemudian berdasarkan kepatuhan menunjukan 7 orang (23,3%) tidak patuh dan 23 orang patuh (76,7%), sedang Hasil uji *Kendall tau - b* diketahui nilai signifikansi *p-value*= 0,012.

Kesimpulan: Ada hubungan yang signifikan antara tingkat Pengetahuan dengan Kepatuhan menjalankan diet Hipertensi diGriya PMI Kota Surakarta

Kata kunci: Pengetahuan, Kepatuhan diet, Hipertensi

ABSTRACT

Background: Hypertension is a condition where a person's blood pressure is above the normal or optimal limit of 120 mmHg for systolic and 80 mmHg for diastolic. With the increasing

cases of hypertension every year, knowledge and compliance in following a hypertension diet are crucial.

*Compliance in following a hypertension diet is an effort to normalize blood pressure and reduce the risk of hypertension. One of the factors that affect a person's compliance is the level of knowledge or understanding of the given instructions. No one would comply with instructions if they misunderstand them. This is caused by errors in giving information, the use of medical terms, and giving too many **instructions** to be remembered by the patient.*

Objective: *To determine the relationship between the level of knowledge and compliance with a hypertension diet at Griya PMI Kota Surakarta.*

Methods: *This study used a quantitative approach with a correlational design. Correlational research is intended to determine whether there is a relationship between two or more variables. The design used in this study was the cross-sectional approach, which is an observational analytical study that is conducted and observed at **one** time. Data analysis was performed using the Kendall tau-b test.*

Results: *A total of 5 people (16.7%) had a low level of knowledge, 16 people (63.3%) had a moderate level of knowledge, and 6 people (20%) had a good level of knowledge. Based on compliance, 7 people (23.3%) were non-compliant and 23 people (76.7%) were compliant. The results of the Kendall tau-b test showed a significant relationship between the level of knowledge and compliance with a **hypertension** diet ($p\text{-value} = 0.012$).*

Conclusion: *There is a significant relationship between the level of knowledge and compliance with a hypertension diet at Griya PMI Kota Surakarta.*

Keyword : *Knowledge, Dietary compliance, Hypertension*

Pendahuluan

Hipertensi atau yang lebih dikenal dengan sebutan penyakit darah tinggi adalah suatu keadaan dimana tekanan darah seseorang berada di atas batas normal atau optimal yaitu 120 mmHg untuk sistolik dan 80 mmHg untuk diastolik. Penyakit ini dikategorikan sebagai *the silent disease* karena penderita tidak mengetahui dirinya mengidap Hipertensi sebelum memeriksakan tekanan darahnya. Saat ini penyakit Hipertensi masih cukup tinggi dan masih cenderung meningkat yang disebabkan penderita tidak patuh melaksanakan diet karena kurang pengetahuannya serta kepatuhan menjalankan diet Hipertensi sehingga penyakit Hipertensi sering kambuh (Kartadinata, 2019)

Hipertensi sangat erat kaitannya dengan Gaya hidup dan Pola makan, masyarakat banyak melakukan usaha untuk mengatasi masalah Hipertensi salah satunya dengan diet. Diet merupakan makanan atau minuman yang dikonsumsi orang setiap hari secara teratur. Pola diet yang menyebabkan terjadinya Hipertensi antara lain: kelebihan protein, kelebihan lemak dan terlalu banyak mengkonsumsi garam. Apabila diet yang ditetapkan setiap hari sudah ditentukan, untuk menjaga keadaan tubuh tetap sehat dan terhindar dari Hipertensi maka diperlukan kepatuhan dalam menjalankan diet (Wati, Diana 2019).

Studi Pendahuluan yang kami lakukan pada di Griya PMI Kota Surakarta secara berkala menunjukkan dari 30 lansia yang berada di Griya tersebut seluruhnya

memiliki riwayat Hipertensi, hal ini diperkuat dengan data yang diterima peneliti dari Rekap catatan kasus angka kesakitan di Griya PMI Kota Surakarta selama tahun 2022 yang menunjukkan bahwa hipertensi merupakan penyakit dengan kasus terbanyak nomor dua setelah Infeksi saluran nafas atas seperti batuk dan flu yaitu sebesar 42%, Hipertensi sebesar 40%, diikuti dengan penyakit atau gangguan kulit serta penyakit lain dengan prosentase yang lebih sedikit, jadi Hipertensi merupakan kategori penyakit tidak menular dengan angka kasus tertinggi selama tahun 2022 yaitu dengan prosentase 40% yang tentu akan menjadi perhatian penting khususnya bagi pengelola Griya PMI Kota Surakarta. Selain itu Griya PMI Kota Surakarta dalam memenuhi kebutuhan Nutrisi tidak didukung dengan Ahli Gizi dalam merencanakan dan menyajikan kebutuhan makan dan minum kepada lansia, sehingga para lansia tidak mendapatkan kebutuhan nutrisi sesuai dengan kebutuhan diet semestinya.

Dari wawancara yang kami lakukan dengan petugas Griya PMI Kota Surakarta, Banyak Lansia yang tidak patuh terhadap diet Hipertensi, mereka suka makan makanan yang asin dan suka makanan yang diberikan oleh setiap pengunjung yang datang tanpa tahu isi kandungan makanan dan minuman tersebut. Petugas Griya pun mengatakan bahwa lansia di Griya sebagian sudah tahu tapi hanya sekilas saja, mereka cenderung acuh tak acuh terhadap penyakitnya dan menganggap sebagai hal yang tidak berbahaya, mereka akan mengeluh ketika gejala Hipertensi sudah muncul seperti pusing, sulit tidur dan lain-lain.

Berdasarkan uraian di atas maka penulis tertarik untuk mengambil judul penelitian hubungan tingkat pengetahuan dengan kepatuhan diet Hipertensi di Griya PMI Kota Surakarta.

Metode

Penelitian ini menggunakan pendekatan *Deskriptif kuantitatif* dengan desain korelasional. Penelitian *korelasional* merupakan penelitian yang dimaksudkan untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara dua atau beberapa variabel (Syaifuddin, A 2019). Rancangan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan pola lintang (*Cross Sectional*) yaitu penelitian observasional analitik yang dilakukan dan diamati dalam satu waktu (Riyadi, S 2021). Populasi pada penelitian ini adalah seluruh masyarakat yang menderita Hipertensi di Griya PMI sebanyak 30 Lansia. Sampel adalah sebagian atau wakil populasi yang diteliti. Dinamakan penelitian sampel apabila kita bermaksud untuk menggeneralisasikan hasil peneliti sampel, yang menggeneralisasikan adalah mengangkat kesimpulan peneliti sebagai satu yang berlaku bagi populasi (Alwi, M & Tafsir, 2020). Jumlah sampel pada penelitian ini berjumlah 30 orang.

Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah *total sampling*. *Total sampling* adalah teknik pengambilan sampel dimana jumlah sampel sama dengan populasi (Haryanto, I 2018). Alasan mengambil *total sampling* karena menurut Haryanto (2018), jumlah populasi yang kurang dari 100, seluruh populasi dijadikan sampel penelitian semuanya.

Hasil dan Pembahasan

Penelitian dilakukan untuk mengetahui hubungan tingkat pengetahuan dengan kepatuhan diet hipertensi di Griya Bahagia PMI Surakarta. Selama penelitian yang dilakukan bulan Maret sampai Februari 2023 diambil sampel sebanyak 30 orang. Variabel yang diperoleh adalah tiga karakteristik (umur, jenis kelamin, pendidikan) dan dua variabel utama penelitian (tingkat pengetahuan dan kepatuhan diet hipertensi).

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Tingkat Pengetahuan

Tingkat Pengetahuan	Frekuensi	Persentase (%)
Kurang	5	16.7
Sedang	19	63.3
Baik	6	20
Total	30	100

Berdasarkan tabel 1 Distribusi frekuensi berdasarkan tingkat pengetahuan, diketahui mayoritas responden memiliki pengetahuan sedang sebanyak 19 orang (63,3%).

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Kepatuhan Diet Hipertensi

Kepatuhan	Frekuensi	Persentase (%)
Tidak patuh	7	23.3
Patuh	23	76,7
Total	30	100

Berdasarkan tabel 2 Distribusi frekuensi berdasarkan kepatuhan diet hipertensi. Mayoritas responden patuh dengan jumlah responden 23 orang (76,7%).

Tabel 3 Hasil Perhitungan Analisis Bivariat

Kepatuhan	Tidak patuh	Patuh	Total	ρ	P value
Kurang	3	2	5	0.432	0.012
Sedang	4	15	19		
Baik	0	6	6		
Total	7	23	30		

Berdasarkan tabel 3 Perhitungan uji *Kendal tau-b* menghasilkan nilai ρ sebesar 0,432 dengan probabilitas P sebesar 0,012. Nilai $\text{sig} < 0,05$. Maka disimpulkan H_0 ditolak atau H_a diterima yang berarti terdapat hubungan tingkat pengetahuan dengan kepatuhan diet Hipertensi di Griya PMI Kota Surakarta.

Angka koefisien korelasi menyatakan karakteristik hubungan antara kedua variabel. Nilai koefisien korelasi sebesar 0,432 menunjukkan bahwa tingkat hubungan termasuk sedang. Korelasi bertanda positif menunjukkan bahwa arah hubungan berbanding lurus, artinya semakin baik tingkat pengetahuan maka semakin meningkat kepatuhan diet hipertensi pada lansia. Disisi lain terdapat sebagian Responden dengan tingkat pengetahuan kurang dan sedang justru memiliki kepatuhan diet yang baik, hal ini mengindikasikan bahwa tingkat pengetahuan bukan

merupakan satu-satunya faktor yang berhubungan dengan kepatuhan dalam menjalankan diet Hipertensi di Griya PMI Kota Surakarta

Perhitungan uji *Kendall tau-b* menghasilkan nilai ρ sebesar 0,445 dengan probabilitas P sebesar 0,012. Nilai $\text{sig} < 0,05$. Maka disimpulkan H_0 ditolak atau H_a diterima yang berarti terdapat hubungan tingkat pengetahuan dengan kepatuhan diet Hipertensi di Griya Bahagia PMI Surakarta. Hal ini senada dengan penelitian yang dilakukan oleh Yunus (2016) pada penderita hipertensi mengatakan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara tingkat Pengetahuan dengan kepatuhan diet pada pasien penderita hipertensi dengan kekuatan hubungan kategori sedang.

Angka koefisien korelasi menyatakan karakteristik hubungan antara kedua variabel. Nilai koefisien korelasi sebesar 0,445 menunjukkan bahwa tingkat hubungan termasuk sedang. Korelasi bertanda positif menunjukkan bahwa arah hubungan berbanding lurus, artinya semakin baik tingkat pengetahuan maka semakin meningkat kepatuhan diet hipertensi pada lansia.

Hal ini berarti secara statistik dapat disimpulkan bahwa ada hubungan bermakna antara tingkat pengetahuan dengan kepatuhan diet hipertensi, bahwa semakin tinggi pengetahuan seseorang tentang diet hipertensi akan berpengaruh terhadap kesadaran yang selanjutnya pada perilakunya, dalam hal ini penderita hipertensi yang memiliki tingkat pengetahuan yang baik mempunyai kesadaran dan pandangan positif mengenai pentingnya diet yang teratur sampai selesai, yang pada akhirnya bisa mengontrol hipertensi dengan baik. Pengetahuan penderita tentang hipertensi berperan dalam hal proses kontrol hipertensi penderita sendiri. Penderita mengetahui bahwa jika tidak patuh dalam mengikuti diet justru akan menyebabkan tensi semakin meningkat. Salah satu faktor yang berperan dalam keberhasilan diet hipertensi adalah pengetahuan penderita tentang diet hipertensi, bagaimana pengetahuan dan sikap penderita, bagaimana pengobatannya. Sehingga timbul kesadaran dan kepatuhan terhadap diet hipertensi agar ia dapat sehat kembali (MacGill, 2017).

Dengan mengurangi jumlah asupan sodium (garam) dan menjalankan panduan diet diharapkan dapat menurunkan level tekanan darah serta mengontrol perkembangan penyakit hipertensi. Dalam panduan diet, kadar sodium (garam) yang direkomendasikan untuk dikonsumsi per hari. Dengan mengatur pola makan dan jenis makanan yang dikonsumsi, penderita hipertensi dapat menurunkan tekanan darah yang terlalu tinggi dan mengendalikan serta mempertahankan tekanan darah dalam batas normal (MacGill, 2017).

Simpulan dan Saran

Ada hubungan yang signifikan antara Pengetahuan dengan kepatuhan menjalankan diet Hipertensi di Griya PMI Kota Surakarta.

Daftar Pustaka

- Agustin, H. (2022). *Hubungan Pengetahuan dan Inovasi dalam Peningkatan Kinerja Bisnis*. Penerbit tidak disebutkan
- Alwi, M., & Tafsir, A. (2020). *Metode Penelitian: Teori dan Praktik*. Jakarta: PT. RajaGrafindo Persada.
- Damay, V. A. (2019). *Pola Makan Seimbang untuk Kesehatan Jantung dan Hipertensi*. CV. Andi Offset.
- Dianawati. (2020). *Mencegah dan Mengatasi Hipertensi dengan Pola Makan Sehat*. PT Elex Media Komputindo.
- Harahap, M. S. (2019). PT Elex Media Komputindo. *Hipertensi: Panduan untuk Pasien*
- Haryanto, I. (2018). *Metodologi Penelitian: Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Yogyakarta: Penerbit Andi.
- Huda, M. N. (2021). *Pengaruh Pengetahuan dan Keterampilan terhadap Peningkatan Produktivitas Kerja*. PT. Remaja Rosdakarya.
- Kartadinata, S. (2019). *Pengaruh Pengetahuan terhadap Sikap dan Perilaku Kesehatan*. CV. Alfabeta.
- Kementerian Kesehatan RI. (2018). *Riset kesehatan dasar (Riskesdas) 2018*. Kementerian Kesehatan RI.
- Kementerian Kesehatan RI. *Pusat Data dan Informasi*. (2021). *Situasi dan analisis hipertensi*. Kementerian Kesehatan RI.
- Kurniawan, Y. (2018). *Dasar-Dasar Penelitian: Konsep dan Aplikasi*. Jakarta: Prenada Media Group.
- Kustandar, R. (2018). *Hipertensi: Pengertian, Penyebab, dan Penanganannya*. PT Elex Media Komputindo.
- National Heart, Lung, and Blood Institute. (2019). *DASH Eating Plan*. <https://www.nhlbi.nih.gov/health-topics/dash-eating-plan>, diakses: 28 Desember 2020.
- Notoatmodjo, S. (2019). *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, S. (2018). *Peran Pengetahuan dalam Meningkatkan Kualitas Hidup*. Pustaka Cendekia.
- Nurarif, A.H., dan Hardhi Kusuma. (2016). *Asu Kperawatan Praktis*. Yogyakarta: Mediactio Nurhidayati, A., & Susanti, I. (2022). *Pola Mak Sehat untuk Mengendalikan Hipertensi*. Media Komputindo.
- Nursalam. (2017). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan (4th ed)*. Jakarta : Salemba M
- Priyono, A. (2018). *Dasar-Dasar Penelitian SosiPendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan KYogyakarta: Pustaka Baru Press*.
- Purwanto, E. (2018). *Pengantar Metodologi Pen* Jakarta: Rajawali Pers.
- Ramadhan, O. (2021). *Diet Hipertensi: Langka Mengatasi Tekanan Darah Tinggi den Makan Sehat*. Gramedia Pustaka Utama.
- Riyadi, S. (2021). *Metodologi Penelitian Kuantikualitatif, dan R&D*. Jakarta: PT. RajaGr Persada.

- Rukmiyati, W. (2023). Mengelola Hipertensi dePola Makan yang Tepat. Buku Biru.
- Sari Siregar, I. (2022). Menjaga Tekanan Darah Pola Makan Sehat. Mizan.
- Soetomo, A. (2020). Hipertensi: Penyebab, Gej Cara Mengatasinya. PT Elex Media Kompu Sugiyono. (2018). Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif, dan R&D. Bandung: Alfabeta.
- Sunaryo (2019). Pengaruh Pengetahuan terhadp dan Perilaku Kesehatan. CV. Alfabeta.
- Syaifuddin, A. (2019). Metodologi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan Gabungan. Ja RajaGrafindo Persada.
- Wahyuni, S. (2020). Peranan Pengetahuan dalaMengoptimalkan Kinerja Organisasi. Elex Media Komputindo.
- Wati, D. (2020). Mencegah dan Mengatasi Hipe dengan Pola Makan Sehat. PT Elex Media Komputindo.
- World Health Organization. (2019). Hipertensi. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/hypertension>, diakses:28 Desember 2020
- Yusuf, A. (2022). Metodologi Penelitian Kualitatif dan Kuantitatif: Konsep dan Aplikasi. Bandung: Penerbit Refika Aditama.