

Hubungan Pengetahuan Dengan Kepatuhan Diet Pasien Hipertensi di UPTD Puskesmas Beranti Raya Kecamatan Natar Kabupaten Lampung Selatan

Iskandar¹ Adhi Nurhartanto² Ajib Jayadi³

Program Studi Gizi, Fakultas Kesehatan, Universitas Mitra Indonesia, Kota Bandar Lampung, Provinsi Lampung, Indonesia^{1,2,3}

Email: lsrdada2000@gmail.com¹ nurhartanto@umitra.ac.id² ajibhani07@gmail.com³

Abstrak

Hipertensi atau tekanan darah tinggi adalah kondisi ketika tekanan darah dalam pembuluh darah melebihi batas normal. Kondisi ini terjadi ketika tekanan darah sistolik lebih dari atau sama dengan 140 mmHg dan/atau tekanan darah diastolik lebih dari atau sama dengan 90 mmHg. Penyakit hipertensi dan penyakit *kardiovaskular* masih cukup tinggi dan bahkan cenderung meningkat seiring dengan gaya hidup yang jauh dari perilaku hidup bersih dan sehat serta mahalnya biaya pengobatan hipertensi. Saat ini banyak penderita hipertensi tidak patuh melaksanakan diet yang diberikan karena kurangnya pengetahuan penderita tentang diet hipertensi. Penderita Penyakit Hipertensi harus memiliki pengetahuan dan kepatuhan diet tentang Hipertensi, pengetahuan merupakan kemampuan untuk membentuk model mental yang menggambarkan obyek dengan tepat dan merepresentasikannya dalam aksi yang dilakukan terhadap suatu obyek, sedangkan kepatuhan adalah sejauh mana perilaku pasien sesuai dengan ketentuan yang diberikan oleh professional. Tujuan penelitian untuk mengetahui Hubungan Pengetahuan Dengan Kepatuhan Diet Pasien Hipertensi. Jenis penelitian ini adalah *kuantitatif*, dengan menggunakan desain penelitian observasional, merupakan penelitian yang tidak melakukan intervensi atau perlakuan terhadap variabel. Subjek penelitian ini adalah pasien Hipertensi sedangkan objek penelitiannya adalah pengetahuan pasien terhadap kepatuhan diet. Jumlah pengunjung di Puskesmas Beranti Raya sebanyak 56 responden dan sampel yang digunakan yaitu 56 responden. Teknik sampling yang digunakan yaitu teknik *total sampling*. Pengumpulan data kuesioner dan analisis data menggunakan uji *chi square*. Hasil penelitian berdasarkan uji statistik, diketahui *p-value* sebesar 0,042 atau *p-value* < 0,05 yang artinya ada hubungan antara tingkat pengetahuan dengan tingkat kepatuhan terhadap diet pada pasien hipertensi di Puskesmas Beranti. Kesimpulan Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan dalam pengembangan ilmu pengetahuan dibidang Kesehatan serta sebagai bahan bacaan dan perbandingan bagi peneliti lain untuk mengembangkan penelitian yang lebih luas. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan dalam pengembangan ilmu pengetahuan dibidang Kesehatan serta sebagai bahan bacaan dan perbandingan bagi peneliti lain untuk mengembangkan penelitian yang lebih luas.

Kata Kunci: Hipertensi, Pengetahuan, Kepatuhan

Abstract

Hypertension or high blood pressure is a condition when blood pressure in the blood vessels exceeds normal limits. This condition occurs when systolic blood pressure is more than or equal to 140 mmHg and/or diastolic blood pressure is more than or equal to 90 mmHg. Hypertension and cardiovascular disease are still quite high and even tend to increase along with lifestyles that are far from clean and healthy and the high cost of treating hypertension. Currently, many hypertension sufferers do not comply with the diet given because of the sufferer's lack of knowledge about the hypertension diet. Hypertension sufferers must have knowledge and dietary compliance regarding hypertension. Knowledge is the ability to form mental models that describe objects correctly and represent them in actions taken on an object, while compliance is the extent to which the patient's behavior is in accordance with the provisions given by the professional. The aim of the research is to determine the relationship between knowledge and diet compliance in hypertensive patients. This type of research is quantitative, using an observational research design, which is research that does not involve intervention or treatment of variables. The subjects of this research were hypertension patients, while the research object was the patient's knowledge of dietary compliance. The number of visitors to the Beranti Raya Community Health Center was 56 respondents and the sample used was 56 respondents. The sampling technique used is total sampling technique.

Questionnaire data collection and data analysis used the chi square test. The research results based on statistical tests showed that the p -value was 0.042 or p -value < 0.05 , which means there is a relationship between the level of knowledge and the level of adherence to diet in hypertensive patients at the Beranti Community Health Center. Conclusion This research is expected to contribute to the development of science in the health sector as well as as reading and comparison material for other researchers to develop broader research. It is hoped that this research can contribute to the development of science in the health sector as well as as reading and comparison material for other researchers to develop broader research.

Keywords: Hypertension, Knowledge, Compliance



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/).

PENDAHULUAN

Hipertensi atau tekanan darah tinggi adalah salah satu penyakit dengan angka kejadian tertinggi di dunia. Satu dari empat orang di dunia mengidap gangguan tekanan darah tinggi, dengan total jumlah penderita lebih dari satu miliar. Seiring dengan pertambahan usia, persentase kejadian tekanan darah tinggi pun semakin meningkat (Islani *et al.*, 2021). Hipertensi saat ini masih menjadi masalah utama di dunia. Penyakit *kardiovaskular* didunia sekitar 17 juta kematian pertahun. Dari jumlah tersebut komplikasi hipertensi sebesar 9,4 juta kematian di seluruh dunia setiap tahun. Pada tahun 2008, diseluruh dunia, sekitar 40% dari orang dewasa berusia 25 tahun keatas telah didiagnosis dengan hipertensi, jumlah dengan orang kondisi ini meningkat dari 600 juta pada tahun 1980 menjadi 1 milyar pada tahun 2008. Prevalensi hipertensi tertinggi diwilayah Afrika yaitu 46% dari orang dewasa berusia 25 tahun keatas, sedangkan prevalensi terendah yaitu 25% ditemukan di Amerika (WHO, 2018). Riset Kesehatan Dasar (Riskedas) Kementerian Kesehatan tahun 2023, angka kejadian hipertensi di Indonesia mencapai sekitar 25,8%. Kementerian Kesehatan (2023) juga menyatakan bahwa terjadi peningkatan prevalensi hipertensi dari 7,6% tahun 2007 menjadi 9,5% pada tahun 2013. Prevalensi hipertensi di Indonesia berdasarkan hasil pengukuran pada umur ≥ 18 tahun sebesar 25,8%, (Kemenkes, 2023).

Berdasarkan data Dinas Kesehatan Provinsi Lampung tahun 2023 penderita hipertensi sebanyak 21,797 orang, tahun 2022 didapatkan 16,354 namun pada tahun 2024 mengalami peningkatan dari tahun sebelumnya sebanyak 41,647 penderita hipertensi (Prastika & Afifah, 2024). Adapun data kunjungan berobat orang dengan Hipertensi di Puskesmas Beranti Raya pada tahun 2024 bulan Januari 55 Orang, Februari 48 Orang, Maret 55 Orang, April 56 Orang. Untuk Kecamatan Natar sendiri kesadaran dan pengetahuan tentang penyakit hipertensi masih sangat rendah hal ini terbukti, masyarakat lebih memilih makanan siap saji yang umumnya rendah serat, tinggi lemak, tinggi gula, dan mengandung banyak garam. Pola makan yang kurang sehat ini merupakan pemicu penyakit hipertensi (Darmarani *et al.*, 2020). Hipertensi merupakan faktor risiko utama penyakit-penyakit kardiovaskular yang merupakan penyebab kematian tertinggi di Indonesia. Penyakit hipertensi dan penyakit kardiovaskular masih cukup tinggi dan bahkan cenderung meningkat seiring dengan gaya hidup yang jauh dari perilaku hidup bersih dan sehat serta mahalnya biaya pengobatan hipertensi. Saat ini banyak penderita hipertensi tidak patuh melaksanakan diet yang diberikan karena kurangnya pengetahuan penderita tentang diet hipertensi (Fitriani *et al.*, 2023). Penderita Penyakit Hipertensi harus memiliki pengetahuan dan kepatuhan diet tentang Hipertensi, pengetahuan merupakan kemampuan untuk membentuk model mental yang menggambarkan obyek dengan tepat dan merepresentasikannya dalam aksi yang dilakukan terhadap suatu obyek, sedangkan kepatuhan adalah sejauh mana perilaku pasien sesuai dengan ketentuan yang diberikan oleh profesional (Prastika & Afifah, 2024).

Ketidakpatuhan responden dalam diet hipertensi sejalan dengan pendapat (Prastika & Afifah, 2024) yang menyatakan ada faktor-faktor yang mempengaruhi terbentuknya perilaku salah satunya adalah faktor keterbatasan pengetahuan, kesibukan dan faktor lingkungan dapat mempengaruhi seseorang dalam bertindak termasuk dalam melakukan diet hipertensi bagi responden. Pendidikan yang tergolong rendah akan mengalami kesulitan dalam memahami pengetahuan termasuk pengetahuan tentang hipertensi. Rendahnya pendidikan berdampak pada sulitnya dalam melaksanakan diet hipertensi dengan baik. Kurangnya pengetahuan akan mempengaruhi pasien hipertensi untuk dapat mengatasi kekambuhan atau melakukan pencegahan agar tidak terjadi komplikasi. Hal ini dikarenakan sebagian penderita hipertensi bertempat tinggal pedesaan dan pendidikannya masih rendah. Pendidikan yang rendah pada pasien hipertensi tersebut mempengaruhi tingkat pengetahuan mengenai penyakit hipertensi secara baik. Pasien tetap mengonsumsi garam berlebih, kebiasaan minum kopi merupakan contoh kebiasaan yang salah (Islani et al., 2021). Menurut Feuer Stein et al (1998) dalam (Darmarani et al., 2020) ada beberapa faktor yang mempengaruhi kepatuhan pasien termasuk kepatuhan dalam melaksanakan program diet yaitu pemahaman tentang instruksi, kualitas interaksi, dukungan sosial keluarga, serta keyakinan, sikap dan kepribadian pasien. Keyakinan dan sikap pasien terbentuk oleh pengetahuan dan pemahaman pasien terhadap penyakit yang dideritanya. Literatur perawatan- kesehatan mengemukakan bahwa kepatuhan berbanding lurus dengan tujuan yang dicapai pada program pengobatan yang telah ditentukan.

Penanganan hipertensi meliputi obat anti hipertensi, pembatasan natrium dan lemak dalam diet, pengaturan berat badan, perubahan gaya hidup, program latihan, dan tindak lanjut asuhan kesehatan dengan interval teratur. Ketidakpatuhan terhadap program terapi merupakan masalah yang besar pada penderita hipertensi. Bila pasien berpartisipasi secara aktif dalam program termasuk pemantauan diri mengenai tekanan darah dan diet, kepatuhan cenderung meningkat karena dapat segera diperoleh umpan balik sejalan dengan perasaan semakin terkontrol (Fitriani et al., 2023). Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang peneliti lakukan pada bulan April 2024 di UPTD Puskesmas Beranti, didapatkan data jumlah hipertensi pada tahun 2023 sebanyak 38 orang dan tahun 2024 sebanyak 56 orang, data ini menunjukkan bahwa terjadi peningkatan kasus penyakit tekanan darah tinggi pada lansia di UPTD Puskesmas Beranti sejumlah 18 kasus. Hasil wawancara dengan 10 orang yang menderita hipertensi, didapatkan data sebanyak 8 orang (80%) memiliki perilaku diet yang tidak baik karena tidak mengatur pola makan seperti masih suka mengonsumsi makanan siap saji dan masih mengonsumsi daging seperti daging kambing. Responden juga tidak mengurangi konsumsi garam karena sering menambahkan garam dalam masakan tanpa menakarnya, serta jarang konsumsi buah dan sayur. Hasil studi pendahuluan juga didapatkan data bahwa sebanyak 8 orang (80%) tidak mengetahui tentang diet hipertensi seperti pengertian diet, tujuan diet, syarat diet, jenis diet dan jenis makanan yang dianjurkan untuk penderita hipertensi. Responden mengatakan tidak begitu paham dengan diet hipertensi karena banyaknya informasi yang diberikan petugas serta istilah-istilah yang kurang dipahami sehingga lansia menjadi bingung dengan informasi yang diberikan petugas.

Dampak yang ditimbulkan dari perilaku diet hipertensi yang tidak baik adalah tekanan darah pasien yang tidak terkontrol, hal ini terlihat dari catatan rekam medis lansia yang dilakukan wawancara semuanya tidak terkontrol tekanan darahnya sejak 6 bulan terakhir walaupun responden tersebut rajin kontrol dan mengatakan rajin minum obat. Tekanan darah yang tidak terkontrol akan berisiko terjadi komplikasi, hal ini didukung oleh data hipertensi yang mengalami komplikasi yang mengalami peningkatan, tahun 2022 terdapat 10 orang lansia hipertensi yang mengalami stroke meningkat menjadi sebanyak 18 orang yang

mengalami stroke pada tahun 2023. Pengetahuan tentang diet hipertensi merupakan faktor utama yang mempengaruhi perilaku karena pengetahuan karena dapat mempengaruhi pola pikir dengan mengetahui manfaat diet, diet yang dianjurkan untuk hipertensi dan bahaya dampak tidak menjalani diet maka akan memiliki dorongan untuk berperilaku dengan melaksanakan diet dengan baik, sehingga implikasi penelitian ini bagi perawat bisa digunakan sebagai bahan informasi dalam memberikan asuhan keperawatan terutama dalam pemberian pendidikan kesehatan kepada lansia hipertensi agar pengetahuan pasien dapat meningkat sehingga perilaku diet lansia akan baik pula, beberapa penelitian sudah membuktikan bahwa pengetahuan berhubungan signifikan dengan perilaku diet namun ada perbedaan hasil penelitian sebelumnya yang menunjukkan perbedaan.

Berdasarkan latar belakang diatas, maka peneliti ingin melakukan penelitian tentang Hubungan Pengetahuan Dengan Kepatuhan Diet Pasien Hipertensi di Puskesmas Beranti Kabupaten Lampung Selatan. Rumusan Masalah: Apakah ada Hubungan Pengetahuan Dengan Kepatuhan Diet Pasien Hipertensi di Puskesmas Beranti Raya Kecamatan Natar Kabupaten Lampung Selatan Tahun 2024? Tujuan Penelitian: Untuk mengetahui Hubungan Pengetahuan Dengan Kepatuhan Diet Pasien Hipertensi di Puskesmas Beranti Raya Kecamatan Natar Kabupaten Lampung Selatan Tahun 2024.

Hipotesis

Ha: Ada Hubungan Pengetahuan Dengan Kepatuhan Diet Pasien Hipertensi di Puskesmas Beranti Raya Kecamatan Natar Kabupaten Lampung Selatan

METODOLOGI PENELITIAN

Rancangan penelitian merupakan hal penting dalam mengatur strategi untuk mendapatkan data yang dibutuhkan peneliti untuk keperluan pengujian hipotesis atau untuk menjawab pertanyaan penelitian. Selain itu rancangan ini dapat digunakan sebagai alat untuk mengontrol variabel yang berpengaruh dalam penelitian (Notoatmodjo, 2018). Jenis penelitian ini adalah *Quantitatif*, dengan menggunakan desain penelitian observasional, merupakan penelitian yang tidak melakukan intervensi atau perlakuan terhadap variabel. Penelitian ini hanya untuk mengamati pengetahuan dengan kepatuhan diet pasien hipertensi dengan sampel penelitian merupakan bagian dari populasi. Metode penelitian ini menggunakan metode *deskriptif korelatif*, yaitu penelitian untuk melihat gambaran, mengetahui bagaimana hubungan pengetahuan dengan kepatuhan diet pasien hipertensi melalui sebuah analisis statistik seperti korelasi antara sebab dan akibat. Rancangan yang digunakan adalah *Cross Sectional* yaitu suatu penelitian yang mempelajari korelasi antara paparan atau pengetahuan dengan kepatuhan diet dengan akibat atau efek pasien hipertensi, dengan pengumpulan data dilakukan bersamaan secara serentak dalam satu waktu antara faktor risiko dengan efeknya (Notoatmodjo, 2018). Penelitian ini telah di laksanakan pada tanggal 5-7 Agustus 2024. Penelitian ini telah di laksanakan di Puskesmas Beranti Kabupaten Lampung Selatan.

Populasi dan Sampel

Populasi adalah keseluruhan objek penelitian yaitu objek yang akan diteliti (Notoatmodjo, 2018). Jumlah pasien yang berkunjung ke Puskesmas Beranti Raya sebanyak 56 responden. Sampel adalah objek yang diteliti dan dianggap mewakili seluruh populasi (Notoatmodjo, 2018). Pada penelitian ini yang menjadi sampel adalah seluruh penderita hipertensi di Puskesmas Beranti sebanyak 56 responden. Teknik sampling adalah teknik pengambilan sampel untuk menentukan sampel yang akan digunakan dalam penelitian (Sugiyono, 2017). Metode yang digunakan untuk pengambilan sampel dilakukan dengan cara

nonprobability sampling dengan menggunakan metode total sampling yaitu seluruh populasi menjadi subyek penelitian sebanyak 56 responden (Notoadmodjo, 2014).

Analisa Data

Teknik pengolahan data Langkah-langkah dalam pengolahan data menurut (Notoadmodjo, 2018) adalah sebagai berikut:

1. *Editing*. *Editing* adalah upaya untuk memeriksa kembali kebenaran data yang diperoleh atau dikumpulkan. Editing dilakukan pada tahap pengumpulan data dan setelah data terkumpul. Peneliti melakukan proses editing yang bertujuan untuk memeriksa setiap lembar kuesioner dan memastikan apakah setiap pernyataan dalam kuesioner telah terisi semua atau tidak, jelas, relevan serta konsisten. Apabila ada jawaban – jawaban yang belum lengkap jika memungkinkan perlu dilakukan pengambilan data ulang untuk melengkapi jawaban tersebut.
2. *Coding* (pengkodean). *Coding* merupakan mengubah data dari bentuk kalimat atau huruf menjadi data angka atau bilangan. Pemberian kode ini sangat penting bila pengolahan data dan analisis data menggunakan komputer. Dalam penelitian ini coding telah dilakukan setelah peneliti melakukan penelitian. Peneliti telah melakukan coding sesuai dengan karakteristik responden dalam kuesioner untuk memudahkan proses pengolahan data atau memasukkan data (data entry).
3. *Data entry*. Dalam data entry peneliti telah memasukkan data yaitu jawaban dari responden dalam bentuk “kode” (angka atau huruf) dimasukkan kedalam program Microsoft Excel yang selanjutnya diolah menggunakan program SPSS for windows sehingga menghasilkan tabel distribusi.
4. *Cleaning*. Data yang telah dientri selanjutnya dilakukan pembersihan terlebih dahulu, agar seluruh data yang diperoleh terbebas dari kesalahan sebelum dilakukan pengolahan data, peneliti telah memeriksa kembali data yang sudah dientri, apakah ada data yang tidak tepat masuk kedalam paket program komputer. Peneliti telah memeriksa kembali apakah kode yang dimasukkan sudah sesuai, lalu dilanjutkan dengan analisa data.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Analisis Univariat

Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Usia di Puskesmas Beranti

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Usia di Puskesmas Beranti

Usia Responden (Tahun)	Total	
	n	Presentase (%)
Usia <54	26	46,4
Usia >40	30	53,6
Total	56	100

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan bahwa dari 56 responden dengan Usia <54 sebanyak 26 responden (46,4%) dan responden dengan usia >40 sebanyak 30 responden (53,6%).

Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin di Puskesmas Beranti

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin di Puskesmas Beranti

Jenis Kelamin	Total	
	n	Presentase (%)
Laki-Laki	33	58,9
Perempuan	23	41,1
Total	56	100

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan bahwa dari 56 responden mayoritas berjenis kelamin laki-laki sebanyak 31 responden (58,9%) dan mayoritas berjenis kelamin perempuan sebanyak 23 responden (41,1%).

Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pendidikan di Puskesmas Beranti

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pendidikan di Puskesmas Beranti

Pendidikan	Total	
	n	Presentase (%)
SD	21	37,5
SMP	21	37,5
SMA	11	19,6
S1	3	5,4
Total	56	100

Berdasarkan tabel 3 menunjukkan bahwa dari 56 responden mayoritas pendidikan SD 21 responden (37,5%) pendidikan SMP sebanyak 21 responden (37,5%) pendidikan SMA sebanyak 11 responden (19,6%) dan pendidikan Sarjana S1 sebanyak 3 responden (5,4%).

Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pekerjaan di Puskesmas Beranti

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pekerjaan di Puskesmas Beranti

Pekerjaan	Total	
	n	Presentase (%)
Ibu Rumah Tangga	11	19,6
Buruh	33	58,9
Wiraswasta	12	21,4
Total	56	100

Berdasarkan tabel 4 menunjukkan bahwa dari 56 responden mayoritas bekerja sebagai Buruh sebanyak 33 responden (58,9%) Wiraswasta sebanyak 12 responden (21,4%) dan pekerjaan IRT sebanyak 11 responden (19,6%).

Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pengetahuan di Puskesmas Beranti

Tabel 5. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pengetahuan di Puskesmas Beranti

Pengetahuan	Total	
	n	Presentase (%)
Baik	15	26,8
Cukup	14	25,0
Kurang Baik	27	48,2
Total	56	100

Berdasarkan tabel 5 menunjukkan bahwa dari 56 responden mayoritas pengetahuan Kurang Baik sebanyak 27 responden (48,2%) pengetahuan Baik sebanyak 15 responden (26,8%) dan pengetahuan Cukup sebanyak 14 responden (25,0%).

Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan kepatuhan di Puskesmas Beranti

Tabel 6. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kepatuhan di Puskesmas Beranti

Kepatuhan	Total	
	n	Presentase (%)
Patuh	17	30,4
Cukup Patuh	18	32,1
Tidak Patuh	21	37,5
Total	56	100

Berdasarkan tabel 6 menunjukkan bahwa dari 56 responden mayoritas tidak patuh sebanyak 21 responden (37,5%) cukup patuh sebanyak 18 responden (32,1%) dan patuh sebanyak 17 responden (30,4%).

Analisis Bivariat

Hubungan Pengetahuan Dengan Kepatuhan Diet Pasien Hipertensi di Puskesmas Beranti Raya Kecamatan Natar Kabupaten Lampung Selatan Tahun 2024

Tabel 7. Hubungan Pengetahuan Dengan Kepatuhan Diet Pasien Hipertensi di Puskesmas Beranti Raya Kecamatan Natar Kabupaten Lampung Selatan Tahun 2024

Pengetahuan	Kepatuhan Diet						Jumlah		P-Value
	Patuh		Cukup Patuh		Tidak Patuh				
	n	%	n	%	n	%	N	%	
Baik	5	33,3%	2	13,3%	8	53,3%	15	100	0.042
Cukup Patuh	5	35,7%	2	14,3%	7	50,0%	14	100	
Kurang Baik	7	25,9%	14	51,9%	6	22,2%	27	100	
Jumlah	17	30,4%	18	32,1%	21	37,5%	56	100	

Dari data pada tabel 7, dapat disimpulkan bahwa 15 responden yang pengetahuannya baik 5 atau (33,3%) dengan kepatuhan diet patuh, 2 atau (13,3%) kepatuhan cukup dan 8 atau (53,3%) tidak patuh dengan dietnya, kemudian 14 responden yang pengetahuannya cukup 2 atau (35,5%) patuh, 5 (14,3%) cukup patuh 7 atau (50,0%) tidak patuh sedangkan 27 responden yang pengetahuan buruk didapatkan 7 atau (25,9%) patuh 14 atau (51,9%) cukup patuh dan 6 atau (22,2%) tidak patuh. Dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara tingkat pengetahuan dengan tingkat kepatuhan terhadap diet pada pasien hipertensi di Puskesmas Beranti karena *p-value* sebesar 0,042 yang berarti $p = 0,05$ (H_a diterima dan H_o diterima ditolak).

Pembahasan

Analisa Univariat

Pengetahuan

Berdasarkan hasil penelitian, diketahui di Puskesmas Beranti Lampung Selatan, sebagian besar responden mempunyai pengetahuan yang baik 5 (33,3%), cukup 2 (35,7%) dan buruk 7 (25,9%). Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan oleh (Islani et al., 2021), menunjukkan bahwa ada hubungan antara pengetahuan dengan kepatuhan diet hipertensi pada lansia yang mengalami hipertensi. Faktor yang mempengaruhi kepatuhan salah satunya adalah faktor 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. 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. Penelitian yang telah dilakukan oleh (Darmarani et al., 2020), didapatkan bahwa pengetahuan mempengaruhi tingkat kepatuhan diet penderita hipertensi. Karena semakin tinggi tingkat pengetahuan maka semakin baik kepatuhan pasien terhadap pola diet hipertensi. Pengetahuan yang baik akan mendorong seseorang untuk berperilaku yang tepat khususnya dalam pencegahan hipertensi dengan diet, dimana perilaku biasanya dipengaruhi oleh respon individu terhadap stimulus, tergantung bagaimana reaksi individu untuk merespon terhadap suatu stimulus yang ada pada suatu tindakan atau perilaku. Dalam penelitian (Fitriani et al., 2023), mengemukakan bahwa terdapat hubungan antara

pengetahuan dengan kepatuhan diit pada penderita hipertensi di Puskesmas Siantan Hilir. Menurut asumsi peneliti, pengetahuan berhubungan dengan kepatuhan diet pada penderita hipertensi, karena penderita yang pengetatahuannya baik lebih cenderung patuh dalam melaksanakan diet, begitu juga sebaliknya. Jadi semakin baik pengetahuan penderita maka semakin patuh pula penderita melakukan diet hipertensi. Pengetahuan merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi penderita dalam berperilaku termasuk dalam pelaksanaan diet hipertensi. Disamping itu faktor tingkat sosial ekonomi juga turut mempengaruhi kemampuan dalam pelaksanaan diet hipertensi, karena dengan adanya status ekonomi yang baik dari lansia juga berpengaruh pada pemilihan berbagai macam makanan yang baik dalam pemenuhan diet hipertensi dalam kehidupan sehari-hari.

Kepatuhan

Berdasarkan hasil penelitian, diketahui di Puskesmas Beranti Lampung Selatan, sebagian besar responden mempunyai kepatuhan 7 (25,9%) patuh, cukup patuh 14 (51,9%) dan kepatuhan buruk 6 (22,2%). Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya di Lampung Timur yang menunjukkan sebanyak 18 responden mengalami hipertensi dikarenakan adanya gaya hidup yang kurang sehat dan ketidakpatuhan untuk menjalankan diit hipertensi (Nastiti, 2018). Kepatuhan merupakan tindakan atau perilaku seseorang untuk mentaati peraturan maupun ketentuan yang telah disetujui. Kepatuhan merupakan tingkat perilaku yang setuju terhadap instruksi atau petunjuk yang diberikan dalam bentuk terapi apapun yang telah ditentukan, baik dalam diit, latihan, pengobatan atau menepati janji untuk bertemu dokter. Kepatuhan lansia untuk menjalankan diit hipertensi adalah dengan menjaga pola makan, mengurangi makanan yang mengandung garam tinggi dan melakukan aktivitas atau olahraga ringan. Kepatuhan diartikan sebagai perluasan perilaku individu yang berhubungan dengan minum obat, mengikuti diit dan merubah gaya hidup sehat sesuai dengan petunjuk medis (Prastika & Afifah, 2024). Faktor makanan (kepatuhan diit) merupakan hal yang penting untuk diperhatikan pada penderita hipertensi. Penderita hipertensi sebaiknya patuh menjalankan diit hipertensi, agar dapat mencegah terjadinya komplikasi yang lebih lanjut. Selain itu, harus tetap menjalankan diit hipertensi setiap hari, dengan ada atau tidaknya sakit dan gejala yang timbul. Hal ini dimaksudkan agar keadaan tekanan darah penderita hipertensi tetap stabil, sehingga dapat terhindar dari penyakit hipertensi dan komplikasinya (Martini et al., 2019). Menurut peneliti, tingkat kepatuhan responden untuk melakukan diit hipertensi dipengaruhi oleh faktor pengetahuan. Pengetahuan responden tentang hipertensi akan berpengaruh pada kebiasaan yang dapat menghasilkan suatu tindakan yang positif atau negatif. Penelitian ini menunjukkan bahwa pengetahuan tentang hipertensi berpengaruh pada sikapnya untuk berperilaku patuh dan tidak patuh terhadap diit hipertensi.

Analisa Bivariat

Hubungan Pengetahuan Dengan Kepatuhan Diet Pasien Hipertensi

Berdasarkan hasil penelitian, diketahui di Puskesmas Beranti Lampung Selatan, sebagian besar responden mempunyai pengetahuan yang baik 5 (33,3%), cukup 2 (35,7%) dan buruk 7 (25,9%). Sedangkan responden tingkat kepatuhan 7 (25,9%) patuh, cukup patuh 14 (51,9%) dan kepatuhan buruk 6 (22,2%). Hasil uji statistik dengan *Chi-square* Dapat disimpulkan bahwa ada aidai hubungan antara tingkat pengetahuan dengan tingkat kepatuhan terhadap diet pada pasien hipertensi di Puskesmas Beranti karena *p-value* sebesar 0,042 yang berarti $p = 0,05$ (H_a diterima dan H_o diterima ditolak). Adanya hubungan dalam penelitian ini karena responden yang pengetahuannya baik lebih cenderung patuh menjalani diet begitu pula responden yang tidak patuh lebih cenderung tidak patuh menjalani diet.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilaksanakan di Puskesmas Beranti Kecamatan Natar Kabupaten Lampung Selatan didapatkan pengetahuan yang baik 5 responden yang pengetahuannya baik dan patuh menjalani diet. Hal ini disebabkan karena pasien tidak mengkonsumsi minuman beralkohol, mengkonsumsi sayuran hijau setiap harinya, melakukan olahraga secara teratur, dan memeriksa tekanan darah secara teratur setidaknya sebulan sekali ke pelayanan kesehatan. Dalam penelitian ini pula terdapat 2 responden yang pengetahuannya baik tetapi tidak patuh menjalani diet. Hal disebabkan karena pasien tidak mengkonsumsi buah-buahan segar setidaknya 4-5 porsi setiap harinya, tidak menggunakan pemanis yang rendah lemak atau yang dianjurkan petugas kesehatan, dan sulit mengendalikan emosi jika sedang marah atau banyak pikiran. Hasil penelitian ini didapatkan 7 responden pengetahuannya kurang tetapi patuh menjalani diet. Hal ini disebabkan karena pasien menghindari mengkonsumsi makanan-makanan yang mengandung kolesterol tinggi, tidak mengkonsumsi minuman beralkohol, dan berolahraga secara teratur untuk mengontrol tekanan darah. Dalam penelitian ini pula terdapat 7 responden yang pengetahuannya buruk dan tidak patuh menjalani diet. Hal ini disebabkan karena pasien tidak mengkonsumsi buahbuahan segar setidaknya 4-5 porsi setiap harinya dan mengkonsumsi produk olahan susu, susu rendah lemak, atau susu bebas lemak setiap harinya. Latar belakang pendidikan mayoritas responden SMP (Sekolah Menengah Pertama) sebanyak 37.5% diketahui pengetahuan responden yang baik bisa dipengaruhi oleh banyak faktor, misalnya pendidikan, pengalaman, serta sarana informasi (Notoatmojo, 2010). Pengetahuan tidak hanya didapat secara formal melainkan juga melalui pengalaman, semakin banyak informasi yang dijumpai dan semakin banyak hal yang dikerjakan sehingga menambah pengetahuannya terutama terpaparnya informasi dari pendidikan informal dari petugas kesehatan mengenai penyakitnya. Kenyataan ini menjadi peluang besar bagi perawat untuk memberikan informasi seluarnya bagi penderita Hipertensi (Wardani & Sudaryanto, 2023). Tinggi rendahnya pengetahuan akan mempengaruhi seseorang untuk menjalankan atau mengerjakan sesuatu, hal ini dapat mempengaruhi kepatuhan dalam menjalankan diit. Seseorang yang memiliki pengetahuan baik tentang hipertensi memiliki peluang lebih besar dalam melaksanakan diit hipertensi dengan baik dibandingkan dengan seseorang yang memiliki pengetahuan rendah ataupun kurang tentang hipertensi (Putra et al., 2022).

Pengetahuan yang baik akan mendorong seseorang untuk berperilaku yang tepat khususnya dalam mengatur gaya hidup untuk mencegah semakin parahnya hipertensi dengan diit. Semakin tinggi tingkat pengetahuan maka akan memungkinkan seseorang membentuk perilaku untuk patuh dalam menjalankan diit. Tindakan merupakan aplikasi dari sikap seseorang individu yang juga tidak terlepas dari pengetahuan individu itu sendiri. Menurut (Nurazizah & Kurniawati, 2022) mengatakan pengetahuan merupakan hasil dari tahu, merupakan domain yang penting dalam membentuk tindakan seseorang (*overt behavior*). Proses kognitif melalui ingatan, pikiran, persepsi, simbol-simbol penalaran dan pemecahan persoalan (Wulandari & Kartinah, 2024). Menurut Soekitjo Notoadmodjo (2014), salah satu tingkatan pengetahuan yang memiliki konteks yang sama dengan kepatuhan diet lansia yaitu aplikasi (aplication). Aplikasi diartikan sebagai kemampuan untuk menggunakan materi yang telah dipelajari pada situasi atau kondisi real (sebenarnya). Menurut peneliti, tingkat kepatuhan responden untuk melakukan diit hipertensi dipengaruhi oleh faktor pengetahuan. Pengetahuan responden tentang hipertensi akan berpengaruh pada kebiasaan yang dapat menghasilkan suatu tindakan yang positif atau negatif. Penelitian ini menunjukkan bahwa pengetahuan lansia tentang hipertensi berpengaruh pada sikapnya untuk berperilaku patuh dan tidak patuh terhadap diit hipertensi.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian diatas, maka kesimpulan dalam penelitian ini adalah:

1. Diketahui di Puskesmas Beranti Raya Kecamatan Natar Kabupaten Lampung Selatan, rata-rata responden berusia 40 tahun berjumlah 30 responden (53,6%), berjenis kelamin laki-laki yang berjumlah 33 responden (58,9%), berpendidikan terakhir SMP yang berjumlah 21 responden (37,5%), pekerjaan buruh berjumlah 33 responden (58,9%).
2. Diketahui distribusi frekuensi pengetahuan penyakit Hipertensi di Puskesmas Beranti Raya Kecamatan Natar Kabupaten Lampung Selatan, Pengetahuan baik 15 responden (26,8%), Pengetahuan cukup 14 responden (25,0%) dan Pengetahuan buruk 27 responden (48,2%).
3. Diketahui distribusi frekuensi Kepatuhan Diet di Puskesmas Beranti Raya Kecamatan Natar Kabupaten Lampung Selatan, Patuh 17 responden (30,4%), Cukup Patuh 18 (32,1%), 21 Tidak Patuh (37,5%).
4. Berdasarkan uji statistic, diketahui *p-value* sebesar 0,042 atau *p-value* < 0,05 yang artinya ada hubungan antara tingkat pengetahuan dengan tingkat kepatuhan terhadap diet pada pasien hipertensi di Puskesmas Beranti.

Saran

1. Bagi Universitas Mitra Indonesia: Sebagai peningkatan ilmu pengetahuan mahasiswa selanjutnya yang berkaitan dengan penelitian ini.
2. Bagi Puskesmas. Sebagai tempat informasi yang berguna dibidang Kesehatan yang berkaitan dengan penelitian ini.
3. Bagi Responden. Sebagai sumber literatur dan penelitian dalam pengembangan bidang kesehatan yang berkaitan dengan penelitian ini.
4. Bagi Peneliti Selanjutnya. Sebagai bahan referensi bagi peneliti apabila mengadakan penelitian lanjutan yang berkaitan dengan penelitian ini sebagai modal peneliti dan mempersiapkan diri untuk menghadapi tantangan nyata dalam dunia Pendidikan.

DAFTAR PUSTAKA

- Auliarahmawati, N. D. (2022). Gambaran Karakteristik, Pola Makan Dan Kepatuhan Diet Pada Penderita Hipertensi Di Wilayah Puskesmas Kecamatan Kepulauan Seribu Utara.
- Darmarani, A., Darwis, H., & Mato, R. (2020). Hubungan Pengetahuan Dengan Kepatuhan Diet Hipertensi Pada Lansia Yang Menderita Hipertensi Di Desa Buntu Buda Kecamatan Mamasa. 15.
- Fitriani, Titi Iswanti Afelya, Syahrani Hikmatullah Syam, & Dg Mangemba. (2023). Hubungan Pengetahuan dengan Perilaku Diet Hipertensi: Relationship between Knowledge and Hypertension Diet Behavior. *Lentora Nursing Journal*, 4(1), 1–7. <https://doi.org/10.33860/lmj.v4i1.3079>
- Islani, G. U. Y., Harun, O., & Barus, S. U. (2021). Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Dengan Kepatuhan Diet Hipertensi Pada Lansia Penderita Hipertensi. *Jurnal Kesehatan Budi Luhur : Jurnal Ilmu-Ilmu Kesehatan Masyarakat, Keperawatan, dan Kebidanan*, 14(2), 465–469. <https://doi.org/10.62817/jkbl.v14i2.140>
- Martini, N. S., Maria, I., & Mawaddah, N. S. (2019). Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Kepatuhan Diet Hipertensi Di Puskesmas Astambul. *JURNAL KEPERAWATAN SUAKA INSAN (JKSI)*, 4(2), 114–119. <https://doi.org/10.51143/jksi.v4i2.189>
- Nastiti, F. I. (2018). Hubungan Pengetahuan Dengan Sikap Lansia Terhadap Diet Hipertensi Di Panti Tresna Werda Magetan.
- Nurazizah, E. P., & Kurniawati, T. (2022). The Relationship between Hypertension Diet Adherence and Blood Pressure in Hypertensive Patients in Surajaya.
- Notoatmodjo, S. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Rineka Cipta.

- Prastika, D. M., & Afifah, C. A. N. (2024). Hubungan Tingkat Pengetahuan Dan Dukungan Keluarga Terhadap Kepatuhan Diet Pada Pasien Hipertensi Rawat Jalan Di RSUD Dr. R. Koesma Tuban.
- Putra, I. D. N. A. Y. P., Saraswati, N. L. G. I., & Lestari, N. K. Y. (2022). Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Diet Dengan Perilaku Diet Pasien Hipertensi: The Correlation Of Knowledge Levels About Diet With Hypertension Patient Diet Behavior.
- Wardani, A. D., & Sudaryanto, A. (2023). Hubungan Tingkat Pengetahuan tentang DASH (Dietary Approaches to Stop Hypertension) dengan Tingkat Kepatuhan terhadap Diet: Studi Literatur. *Jurnal Kesehatan*, 12(2), 346–356.
<https://doi.org/10.46815/jk.v12i2.166>
- Wulandari, P., & Kartinah, K. (2024). Tingkat pengetahuan dan kepatuhan menjalankan diet hipertensi pada lansia. *Holistik Jurnal Kesehatan*, 18(2), 194–201.
<https://doi.org/10.33024/hjk.v18i2.260>