

HUBUNGAN PENGETAHUAN DAN KEPATUHAN DIET RENDAH GARAM TERHADAP HIPERTENSI PADA LANSIA DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS REJOSARI KOTA PEKANBARU

CARLES, EMI YULITA, M.IRWAN

STIKes Tengku Maharatu Pekanbaru

carles.ulung1@gmail.com, yulita_emi@yahoo.com, muhammadirwan615@yahoo.com

Abstract: *Elderly suffering from hypertension in an effort to reduce blood pressure by reducing salt intake, lack of knowledge and disobedience of the elderly will affect the failure of pressure reduction therapy in the elderly. Data was collected using a questionnaire sheet and a sphygmometer. The sample was determined by simple random sampling method as many as 84 respondents in the Rejosari Health Center Pekanbaru City. This study used a descriptive correlative design with a cross-sectional design. The analysis was carried out by univariate analysis and bivariate analysis using the chi-square test. This research was conducted on July 15-5August 2022. Based on the results of the chi-square test, the results showed that there were 20 respondents (23.8%) who had a good level of knowledge and 35 respondents (41.7%) who had a sufficient level of knowledge, while 29 respondents (34.5%) have a low level of knowledge. Statistical test results obtained p-value 0.001 (p-value <0.005), it can be said that there is a relationship between knowledge of low salt diet and hypertension in the working area of Rejosari Health Center Pekanbaru. And based on the chi-square test, the results showed that there were 34 respondents (40.5%) who complied and 50 respondents (59.5%) who did not. Statistical test results obtained p-value 0.004 <0.005 (p-value <0.005), so it can be said that there is a relationship between low-salt diet adherence to hypertension in the elderly in the Rejosari Public Health Center Pekanbaru. It is expected that the elderly with hypertension will change their lifestyle by increasing knowledge of hypertension, by reducing the intake of high-salt foods or low-salt diets.*

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

Abstrak: Lansia cenderung menderita hipertensi dalam upaya penurunan tekanan darah dengan mengurangi asupan garam, kurangnya pengetahuan dan ketidakpatuhan lansia akan mempengaruhi kegagalan terapi penurunan tekanan darah pada lansia. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui Hubungan Pengetahuan dan Kepatuhan Diet Rendah Garam Terhadap Hipertensi pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Rejosari Pekanbaru. Pengumpulan data dilakukan menggunakan lembar kuesioner dan *Sphygmometer*. Sampel ditentukan dengan metode *simple random sampling* sebanyak 84 responden yang ada di Puskesmas Rejosari Kota Pekanbaru. Penelitian ini menggunakan desain *deskriptif korelatif* dengan rancangan *cross-sectional*. Analisis dilakukan dengan analisis univariat dan analisis bivariat dengan menggunakan uji *chi-square*. Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 15 Juli-5Agustus 2022. Berdasarkan hasil uji *chi-square* didapatkan hasil penelitian menunjukkan ada 20 responden (23,8%) yang memiliki tingkat pengetahuan baik dan 35 responden (41,7%) yang memiliki tingkat pengetahuan cukup, sedangkan 29 responden (34,5%) yang memiliki tingkat pengetahuan kurang. Hasil uji statistik didapatkan p-value 0,001 (p-value <0,005) maka dapat disimpulkan ada Hubungan Pengetahuan Diet Rendah Garam Terhadap Hipertensi pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Rejosari Pekanbaru. Dan berdasarkan uji *chi-square* didapatkan hasil penelitian menunjukkan ada 34 responden (40,5%) yang patuh dan 50 responden (59,5%) yang tidak patuh. Hasil uji statistik didapatkan p-value 0,004 < 0,005 (p-value <0,005) maka dapat disimpulkan bahwa ada Hubungan kepatuhan Diet Rendah Garam Terhadap Hipertensi pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Rejosari Pekanbaru. Diharapkan lansia penderita hipertensi mengubah gaya hidup dengan cara meningkatkan pengetahuan hipertensi, patuh mengurangi asupan makanan tinggi garam atau diet rendah garam.

Kata Kunci: Pengetahuan, Kepatuhan, Diet, Hipertensi.

A. Pendahuluan

Hipertensi adalah suatu keadaan dimana peningkatan darah sistolik berada diatas batas normal yaitu lebih dari 140 mmHg dan tekanan darah diastolik lebih dari 90 mmhg hampir 95% kasus hipertensi tercatat sebagai kasus utama diseluruh dunia (WHO, 2021). Lansia cenderung menderita hipertensi karena hipertensi merupakan penyakit degeneratif, dimana semakin bertambahnya usia terjadinya aterosklerosis, penurunan kemampuan kontraktilitas jantung, menurunnya efektivitas pembuluh darah perifer dalam oksigenasi, menurunnya elastisitas pembuluh darah dan semakin besar tingkat terserangya hipertensi (Arif et al, 2019). Dalam upaya penurunan tekanan darah dapat dilakukan dengan monitoring tekanan darah dengan pengaturan gaya hidup yaitu mengurangi asupan garam atau diet rendah garam (Nuraini, 2020).

World Health Organization (WHO) menjelaskan bahwa penderita hipertensi pada tahun 2021 terdapat sebanyak 1,13 milyar, Asia Tenggara berada di posisi ke-3 tertinggi dengan prevalensi sebesar 25% terhadap total penduduk. (WHO, 2021). Jumlah penyakit hipertensi di Indonesia pada lansia berjumlah 63,5% (Profil Kesehatan Indonesia, 2018). Berdasarkan data yang diperoleh dari Dinas Kesehatan Provinsi Riau Kota Pekanbaru tahun 2021 pelayanan kesehatan penderita hipertensi sebanyak 242.280 kasus yaitu terdiri dari Laki-laki 123.531, perempuan 118.749. Dalam upaya penurunan tekanan darah pada lansia dapat dilakukan dengan monitoring tekanan darah, mengatur gaya hidup dan obat anti hipertensi. Berkaitan dengan pengaturan gaya hidup yaitu mengurangi asupan garam atau diet rendah garam. Penatalaksanaan hipertensi, diet rendah garam sangat diperlukan. Pembatasan asupan natrium berupa diet rendah garam merupakan salah satu terapi diet yang dilakukan untuk mengendalikan tekanan darah (Nuraini, 2019). Diet rendah garam adalah diet dengan mengurangi konsumsi garam tertentu. Asupan garam yang berlebihan dapat menyebabkan edema atau asietes dan hipertensi karena ada gangguan keseimbangan cairan tubuh. Tujuan diet rendah garam untuk membantu menurunkan tekanan darah serta mempertahankan tekanan darah menuju normal. Pemberian diet rendah garam pada pasien hipertensi sesuai dengan tingkat keparahannya, konsep diet pada hipertensi yaitu konsumsi rendah garam, rendah lemak dan tinggi konsumsi buah-buahan serta sayuran (Palimbong, 2021).

Pengetahuan juga merupakan hal yang paling penting dalam mempengaruhi perilaku seseorang terhadap penyehatan beberapa penyakit terutama pada penyakit hipertensi (Rahmah, 2019). Menurut Notoatmodjo, (2015) dari hasil studi yang telah dilakukan oleh *World Health Organization* (WHO) dan para ahli kesehatan, terungkap memang benar bahwa pengetahuan masyarakat tentang kesehatan sangat kurang. Pengetahuan dan kesadaran akan faktor risiko pemicu terjadinya hipertensi sangat penting karena akan terkait dengan perubahan sikap sehari-harinya (Rahmah, 2019). Kepatuhan lansia penderita hipertensi dalam pemenuhan diet hipertensi pada umumnya tidak patuh untuk melakukan diet hipertensi. Kepatuhan dan ketidakpatuhan akan mempengaruhi dalam menjalani pengobatan dapat mempengaruhi kesembuhan pasien. Melalui kepatuhan maka pasien dapat mencapai efektivitas terapi sehingga mampu meningkatkan kualitas hidup. Sedangkan ketidakpatuhan pasien dalam diet rendah garam adalah salah satu faktor utama penyebab kegagalan terapi (Sinuraya, Rano K., dkk, 2018).

Penelitian Ferlinda (2021), yang melakukan penelitian di Puskesmas Sawit Boyolali, menunjukkan hasil analisis sikap yang kurang baik dalam mengendalikan hipertensi dan pengetahuan responden di wilayah kerja sebagian besar rendah. Hal ini sependapat dengan penelitian Nurhasanah, (2020) dengan hasil pengetahuan responden yaitu berpengetahuan kurang dan sikap responden yang lebih banyak masuk pada kategori cukup. penelitian Romli, (2021) Tingkat pengetahuan mayoritas pasien hipertensi di Kecamatan Wagir Kabupaten Malang berkategori “cukup” sebesar 66% responden, dan tingkat sikap pasien hipertensi sebesar 54% responden berkategori “cukup”.

Berdasarkan survey awal yang dilakukan oleh peneliti pada tanggal 25 februari 2022 di Puskesmas Rejosari Pekanbaru melalui wawancara di ruang usila Puskesmas Rejosari Pekanbaru dengan pasien yang mengalami hipertensi didapatkan 10 orang responden. 5 orang lansia yang berpengetahuan baik dan tidak patuh terhadap diet rendah garam, mereka

mengatakan mereka tahu bahwasaya makanan yang tinggi garam dapat memicu kekambuhan hipertensi serta akibatnya pada mereka, 3 orang lansia yang berpengetahuan cukup dan tidak patuh terhadap diet rendah garam terhadap hipertensi, mereka mengatakan cukup tahu bahwasaya makanan tinggi garam dapat memicu hipertensi, namun mereka kurang mengetahui makanan apa saja yang mengandung tinggi garam selain ikan asin dan garam, mereka mengatakan tidak patuh diet rendah garam mereka suka masak makan makanan asin, 2 orang lansia yang berpengetahuan kurang dan tidak patuh terhadap diet rendah garam mereka mengatakan tidak mempercayai bahwasaya makan makanan yang tinggi garam dapat memicu hipertensi dan mereka mengatakan tidak ada pantangan terhadap makanan (Puskesmas Rejosari Kota Pekanbaru, 2022).

B. Metodologi Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian *kuantitatif* yaitu studi korelasi dengan pendekatan *cross sectional*. Menggunakan alat ukur kuesioner. Lokasi penelitian dilakukan Di Puskesmas Rejosari Kota Pekanbaru. Waktu penelitian dilaksanakan pada bulan 15 Juni- 5 Agustus 2022. Sample 84 orang. Teknik pengambilan sampel random *sampling*. Kriteria Inklusi : Lansia pertengahan sampai dengan lanjut usia tua (laki-laki dan perempuan), Lansia yang menderita hipertensi. Kriteria Eksklusi : Tidak bisa berkomunikasi dengan baik, Penderita tingkat kesadarannya menurun. Untuk meguji hipotesis dilakukan analisa statistic dengan *chi-square*. Analisa data yang digunakan dalam penelitian ii berupa univariat dan bvariat.

C. Hasil dan Pembahasan

1. Analisa Univariat.

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Responden Karakteristik Penderita Hipertensi pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Rejosari Kota Pekanbaru (n=84)

No	Umur	F	%
1	Usia Pertengahan 45-59	12	14.3
2	Lanjut Usia 60-74	59	70.2
3	Lanjut Usia Tua 75-90	13	15.5
Total		84	100.0

No	Jenis Kelamin	F	%
1	Laki-laki	38	45.2
2	Perempuan	46	54.8
Total		84	100.0

No	Pendidikan Terakhir	F	%
1	Tidak Sekolah	25	29.8
2	SD	22	26.2
3	SMP	20	23.8
4	SMA	11	13.1
5	DIII/Sarjana	4	4.8
6	Dan Lain-Lain	2	2.4
Total		84	100.0

No	Pekerjaan Sekarang	F	%
1	Tidak Bekerja	62	73.8
2	Petani	6	7.1
3	Nelayan	4	4.8
4	Wiraswasta	10	11.9
5	PNS	2	2.4

Total	84	100.0
--------------	-----------	--------------

N	Pengetahuan	F	%
1	Baik	20	23.8
2	Cukup	35	41.7
3	Kurang	29	34.5
Total		84	100.0

No	Kepatuhan	F	%
1	Patuh	34	40.5
2	Tidak patuh	50	59.5
Total		84	100.0

No	Hipertensi	F	%
1	Hipertensi Derajat 1	46	54.8
2	Hipertensi Derajat 2	33	39.3
3	Hipertensi Derajat 3	5	6.0
Total		84	100.0

Berdasarkan tabel 1 terlihat bahwa mayoritas penderita hipertensi lansia umur lanjut usia 64-74 (lanjut Usia) sebanyak 59 orang (70,0%). Berdasarkan jenis kelamin terlihat bahwa mayoritas penderita hipertensi lansia berjenis kelamin perempuan sebanyak 46 orang (54,8%). Berdasarkan pendidikan terlihat bahwa mayoritas penderita hipertensi lansia berpendidikan tidak sekolah sebanyak 25 orang (29,8). Berdasarkan pekerjaan terlihat bahwa mayoritas penderita hipertensi lansia tidak bekerja sebanyak 62 orang (73,8%). Mayoritas penderita hipertensi berpengetahuan cukup sebanyak 35 orang (41,7%). Mayoritas penderita hipertensi tidak patuh terhadap diet rendah garam sebanyak 50 orang (59,5%). Mayoritas hipertensi pada lansia memiliki hipertensi derajat 1 sebanyak 46 orang (54,8%).

2. Analisa Bivariat

Hubungan Pengetahuan Lansia Diet Rendah Garam Terhadap Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Rejosari Kota Pekanbaru (n=84)

Pengetahuan	Hipertensi				Total		p-value
	D 1		D 2		D 3		
	F	%	F	%	F	%	
Baik	4	20,0	12	60,0	4	20,0	100
Cukup	22	62,9	13	37,1	0	0,0	100
Kurang	20	69,0	8	27,6	1	3,4	100
Jumlah	46	54,8	33	39,3	5	6,0	100

Berdasarkan tabel 2 di dapatkan hasil penelitian lansia mayoritas tingkat pengetahuan cukup sebanyak 35 responden . Lansia penderita hipertensi yang memiliki hipertensi derajat 1 sebanyak 22 responden (62,9%), lansia penderita hipertensi yang memiliki hipertensi derajat 2 sebanyak 13 responden (37,1%) dan lansia penderita hipertensi yang memiliki hipertensi derajat 3 tidak ada (0%). Di lanjutkan dengan tingkat pengetahuan lansia kurang sebanyak 29 responden. Lansia penderita hipertensi yang memiliki hipertensi derajat 1 sebanyak 20 responden (69,0 %), lansia penderita hipertensi yang memiliki hipertensi derajat 2 sebanyak 8 responden (37,1%) dan lansia penderita hipertensi yang memiliki hipertensi derajat 3 sebanyak 1 responden (3,4%). Di lanjutkan dengan tingkat pengetahuan lansia baik sebanyak 20 responden. Lansia penderita hipertensi yang memiliki hipertensi derajat 1 sebanyak 4 responden (20,0%), lansia penderita hipertensi yang memiliki hipertensi derajat 2 sebanyak 12 responden (60,0%) dan lansia penderita hipertensi yang memiliki hipertensi derajat 3 sebanyak 4 responden (20,0%).

Analisis uji statistik dengan menggunakan uji *Chi-Square*, pada *Pearson Chi-Square* nilai didapatkan tingkat pengetahuan memiliki hubungan $p=0,001$ ($p < 0,05$) maka H_0 ditolak H_{a1} diterima artinya ada hubungan pengetahuan lansia terhadap Hipertensi di Wilayah kerja Puskesmas Rejosari Kota Pekanbaru.

Tabel 3 Hubungan Kepatuhan Lansia Diet Rendah Garam Terhadap Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Rejosari Kota Pekanbaru (n=84)

Kepatuhan	Hipertensi						Total		p-value
	D 1		D 2		D 3		F	%	
n	F	%	F	%	F	%	F	%	
Patuh	26	76,5	7	20,6	1	2,9	34	100	
Tidak Patuh	20	40,0	26	52,0	4	8,0	50	100	
Jumlah	46	54,8	33	39,3	5	6,0	84	100	

Berdasarkan tabel 3 di dapatkan hasil penelitian mayoritas lansia penderita hipertensi tidak patuh diet rendah garam sebanyak 50 responden. Lansia penderita hipertensi yang memiliki hipertensi derajat 1 sebanyak 20 responden (40,0%), lansia penderita hipertensi yang memiliki hipertensi derajat 2 sebanyak 26 responden (32,0%) dan lansia penderita hipertensi yang memiliki hipertensi derajat 3 sebanyak 4 responden (8,0%). Di lanjutkan dengan lansia penderita hipertensi yang patuh sebanyak 34 responden. Lansia penderita hipertensi yang memiliki hipertensi derajat 1 sebanyak 26 responden (76,5%), lansia penderita hipertensi yang memiliki hipertensi derajat 2 sebanyak 7 responden (20,6%) dan lansia penderita hipertensi yang memiliki hipertensi derajat 3 sebanyak 1 responden (2,9%). Analisis uji statistik dengan menggunakan uji *Chi-Square*, pada *Pearson Chi-Square* nilai didapatkan tingkat kepatuhan memiliki hubungan $p=0,001$ ($p < 0,05$) maka H_0 ditolak H_{a1} diterima artinya ada hubungan kepatuhan diet rendah garam terhadap Hipertensi pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Rejosari Kota Pekanbaru.

3. Pembahasan

Analisa Univariat. Hasil Penelitian Alhawari, (2017) dengan bertambahnya usia, terjadi proses penuaan secara degeneratif yang akan berdampak pada perubahan pada diri manusia. Hasil tersebut seperti penelitian Kusumawaty, (2016) bahwa jenis kelamin perempuan memiliki hubungan dengan kejadian hipertensi pada lansia dengan nilai $X^2_{hitung} > X^2_{tabel}$ ($11,445 > 7,185$) dan nilai $\alpha > p$ value ($0,05 > 0,01$). Sejalan dengan penelitian Adam, (2019) terdapat hubungan antara umur dan hipertensi di Puskesmas Kota Barat kota Gorontalo yang menunjukkan bahwa usia merupakan faktor determinan penyakit hipertensi pada lansia. Sebagian besar hipertensi terjadi pada usia lebih dari 65 tahun dengan demikian, risiko hipertensi bertambah dengan semakin bertambahnya usia Kurniawan, (2011). Hasil penelitian Rinawang, (2018) yang mengemukakan bahwa orang yang berjenis kelamin perempuan lebih banyak menderita hipertensi dibandingkan laki-laki terutama pada penderita hipertensi dewasa tua dan lansia. Sebelum memasuki masa menopause, perempuan mulai kehilangan hormon estrogen sedikit demi sedikit dan sampai masanya hormon estrogen harus mengalami perubahan sesuai dengan umur perempuan, yaitu dimulai sekitar umur 45-55 tahun.

Hasil Penelitian Kharisyanti Fika, (2017) menunjukkan hasil bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat pendidikan dengan hipertensi. Penderita Hipertensi dengan tingkat pendidikan rendah (tidak sekolah/SD) cenderung lebih banyak dibandingkan dengan penderita hipertensi berpendidikan menengah/berpendidikan tinggi, pada data yang telah diperoleh dari 84 penderita hipertensi 25 diantaranya memiliki pendidikan yang rendah atau tidak sekolah. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Sugiharto dkk, (2018) tingkat pendidikan dapat mempengaruhi kemampuan dan pengetahuan seseorang dalam menerapkan perilaku hidup sehat terutama hipertensi. Hasil Penelitian Ulya Zakiyatul, (2017) jenis pekerjaan berpengaruh dengan pola aktivitas fisik, dimana pekerjaan yang tidak

mengandalkan fisik berpengaruh pada tekanan darah, orang yang bekerja dengan melibatkan aktivitas fisik dapat relindungi dari penyakit hipertensi.

Hal ini sejalan dengan penelitian Alexander et al, (2017) yang dilakukan didapatkan masih banyak pasien hipertensi yang mempunyai pengetahuan kurang mengenai penyakitnya. Untuk itu perlu dilakukan upaya pendidikan kesehatan mengenai hipertensi kepada masyarakat melalui penyuluhan oleh tenaga kesehatan. Hasil penelitian diperoleh dari 84 responden bahwa lansia tidak patuh menjalankan diet rendah garam sebanyak 50 responden (59,5%) , patuh terhadap diet rendah garam hipertensi 34 responden (40,5%). Penelitian ini diperkuat berdasarkan penelitian yang dilakukan Senny, (2018) dengan hasil responden yang patuh terhadap diet rendah garam 35 responden (37,6%), sedangkan yang tidak patuh 58 responden (62,4%). Mardiyati, (2019) menyatakan bahwa perilaku berkaitan dengan kebiasaan yang dapat menghasilkan sesuatu yang bersifat positif maupun negatif. Sehingga mempengaruhi penderita hipertensi.

Hasil penelitian diperoleh dari 84 responden bahwa mayoritas lansia memiliki hipertensi derajat 1 sebanyak 46 responden (54,8%). Hasil penelitian Novian, (2016) tekanan darah dengan hipertensi derajat I dengan jumlah 24 responden (66,7 %), hipertensi derajat 2 sebanyak 12 responden (33,3%), Hipertensi derajat 3 sebanyak 4 responden (6,0%). Pada umumnya lansia tidak patuh untuk melakukan diet hipertensi dikarenakan kejenuhan serta tidak terbiasanya penderita hipertensi untuk menjalankan diet hipertensi sehingga mempengaruhi tekanan darah.

Analisa Bivariat. Hubungan Pengetahuan Lansia Diet Rendah Garam Terhadap Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Rejosari Kota Pekanbaru. Hasil penelitian bahwa mayoritas responden Pengetahuan dari hasil analisis menggunakan hasil uji statistic dengan menggunakan uji *Chi-Square*, di dapatkan nilai $p=0,001$ maka H_0 di tolak dan H_{a1} diterima artinya ada hubungan pengetahuan lansia terhadap Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Rejosari Kota Pekanbaru. Penelitian ini sejalan dengan peneliti Diyah Ekarini, (2018) yang berjudul Hubungan Pengetahuan dan Kepatuhan Lansia Terhadap Hipertensi di Puskesmas Gondangrejo Karanganyar Tahun 2018. Dari hasil uji statistik *chi-square* di dapatkan p -value = 0,001 maka ada hubungan pengetahuannya. Hasil Penelitian Tresna, (2017) menunjukkan bahwa sebanyak 14 lansia (46,7%) mempunyai pengetahuan dalam kategori kurang, kurang dalam hal ini yaitu kurang dalam memahami pengaplikasian tentang diet hipertensi di kehidupan sehari-hari. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sefriani, (2010) Terhadap 52 lansia penderita hipertensi dikelurahan Pandean Umbulharjo Yogyakarta didapatkan 38 (73,1) lansia mempunyai pengetahuan yang rendah terhadap diet hipertensi. Menurut Setiawati dan Bustami, (2015) salah satu faktor penyebab hipertensi yaitu makan garam (natrium) berlebihan. Menurut peneliti kandungan natrium yang terdapat dalam garam dapat menahan lebih banyak cairan sehingga air tersebut masuk ke dalam pembuluh darah dan meningkatkan volume darah, sedangkan ukuran pembuluh darah tidak berubah sehingga tekanan darah pada pembuluh darah menjadi berlebih dan timbul hipertensi. Dikarenakan lansia sudah pikun lansia menjadi lupa kalau garam dapat memicu hipertensi. Menurut asumsi peneliti, ada hubungan keterkaitan antara pengetahuan lansia dengan diet rendah garam terhadap hipertensi . hasil penelitian dan teori yang mendukung sehingga kurangnya pengetahuan tentang diet pada lansia dapat disebabkan salah satunya dengan adanya kemunduran kemampuan dalam mencerna informasi yang diterima.

Hubungan Kepatuhan Lansia Diet Rendah Garam Terhadap Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Rejosari Kota Pekanbaru. Hasil penelitian bahwa mayoritas responden kepatuhan dari hasil analisis menggunakan hasil uji statistic dengan menggunakan uji *Chi-Square*, di dapatkan nilai $p=0,004$ maka H_0 di tolak dan H_{a2} diterima artinya ada kepatuhan lansia diet rendah garam terhadap hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Rejosari Kota Pekanbaru. Penelitian ini sejalan dengan penelitian Amalia, (2020) dengan hasil p -value lebih kecil dari 0,05, maka H_0 ditolak dengan H_a diterima. Hal ini berarti ada hubungan kepatuhan diet terhadap hipertensi. Penelitian ini sejalan dengan penelitian Agrina, (2017) kepatuhan diet penderita hipertensi di Kelurahan Sidomulyo Barat Kota Pekanbaru, didapatkan responden pada kategori tidak patuh yaitu sebanyak 34 orang (56,7%) dan responden pada

kategori patuh yaitu sebanyak 26 orang (43,3%). Pada umumnya responden tidak patuh untuk melakukan diet hipertensi. Hal ini dapat dipengaruhi oleh pengetahuan ataupun sikap penderita hipertensi itu sendiri. Pengetahuan yang kurang dikarenakan kurangnya informasi yang diperoleh oleh penderita, baik dari petugas kesehatan maupun media cetak atau elektronik. Faktor sikap negatif yang sering muncul dikarenakan kejenjutan serta tidak terbiasanya penderita hipertensi untuk menjalankan diet hipertensi, yang disebabkan oleh budaya responden itu sendiri yang sudah melekat sejak lahir sehingga sangat sulit sekali untuk dihilangkan. Penelitian Kharisna, (2018) yang menghubungkan diet rendah garam dengan hipertensi, menunjukkan bahwa penderita yang diet rendah garam secara teratur dapat menurunkan tekanan darah. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Mardiyati, (2019) juga menunjukkan bahwa kepatuhan penderita hipertensi dalam menjalankan diet hipertensi seperti diet rendah garam dapat mencegah timbulnya penyakit hipertensi. Menurut asumsi peneliti, Pengetahuan dengan kepatuhan jika dihubungkan maka akan didapatkan adanya hubungan yang bersifat positif, artinya jika tingkat pengetahuan tinggi maka tingkat kepatuhan juga tinggi. Responden yang berpengetahuan tinggi berarti mampu mengetahui, mengerti, dan memahami arti, manfaat, dan tujuan menjalani diet hipertensi secara teratur. Penderita hipertensi harus tetap menjalankan diet 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.

D. Penutup

Diketuinya Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden terlihat bahwa mayoritas penderita hipertensi lansia umur lanjut usia 64-74 (lanjut Usia) sebanyak 59 responden (70,0%). Berdasarkan jenis kelamin terlihat bahwa mayoritas penderita hipertensi lansia berjenis kelamin perempuan sebanyak 46 responden (54,8%). Berdasarkan pendidikan terlihat bahwa mayoritas penderita hipertensi lansia berpendidikan tidak sekolah sebanyak 25 responden (29,8). Berdasarkan pekerjaan terlihat bahwa mayoritas penderita hipertensi lansia tidak bekerja sebanyak 62 responden (73,8%). Diketuinya Distribusi Frekuensi Pengetahuan Lansia Diet Rendah Garam Terhadap Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Rejosari Kota Pekanbaru terlihat bahwa mayoritas penderita hipertensi berpengetahuan cukup sebanyak 35 responden (41,7%). Diketuinya Distribusi Frekuensi Kepatuhan Lansia Diet Rendah Garam Terhadap Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Rejosari Kota Pekanbaru terlihat bahwa mayoritas lansia penderita hipertensi tidak patuh terhadap diet rendah garam sebanyak 50 responden (59,5%). Hasil uji statistic dengan menggunakan uji *chi square* di dapatkan nilai *Asymp. Sig (2-tailed) = 0,001 < 0,05* maka H_{a1} diterima artinya Ada Hubungan Pengetahuan Lansia Diet Rendah Garam Terhadap Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Rejosari Kota Pekanbaru. Hasil uji statistic dengan menggunakan uji *chi square* di dapatkan nilai *Asymp. Sig (2-tailed) = 0,004 < 0,05* maka H_{a1} diterima artinya Ada Hubungan Kepatuhan Lansia Diet Rendah Garam Terhadap Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Rejosari Kota Pekanbaru.

Daftar Pustaka

- Amalia. (2020). Kepatuhan Diet Terhadap Hipertensi. *Jurnal Medika*, 3(1), 9–19. <http://ejournal.stikesmp.ac.id/index.php/maskermedika/article/view/208>
- Agrina. (2020). Kepatuhan Lansia Penderita Hipertensi dalam Pemenuhan Diet Hipertensi. Vol 6.
- Alexander et al. (2017). Peran Keluarga Dalam Merawat Lansia Dengan Kualitas Hidup Lansia. *Jurnal Adi Husada Nursing Journal*, 7(2), 86. <https://doi.org/10.37036/ahnj.v7i2.202>
- Diyah Ekarini. (2018). Kepatuhan lansia penderita hipertensi dalam pemenuhan diet hipertensi. *E-Jurnal.Stikes Duta Gama.Ac.Id*, 8(4), 1–11
- Kharisna. (2018). Diet Rendah Garam Dengan Hipertensi. *Jurnal Adi Husada Nursing Journal*, 7(2), 86. <https://doi.org/10.37036/ahnj.v7i2.202>.
- Kurniawan. (2011). Faktor-Faktor mempengaruhi Tekanan Darah. *Prosiding SENAPENMAS*,

- 10(April), 1263.<https://doi.org/10.24912/psenapenmas.v0i0.15162>
- Nuraini D.N. (2019). Diet sehat dengan terapi garam. Yogyakarta: *Gosyen publishing*
- Palimbong. (2018). Hubungan Karakteristik Hipertensi Dengan Makanan Tinggi Garam Terhadap Lansia. *Jurnal Keperawatan:Jakarta*
- Rinawang. (2018). Mengenal Usia Lanjut dan Perawatannya. SalembaMedika, Jakarta
- Rahmah. (2019). Pengetahuan Hipertensi. Jakarta:Egc
- Setiawan Zulfiana. (2019). Hubungan Tingkat Kepatuhan Orang Tua Terhadap Diet Hipertensi Puskesmas Batu Kota Batu Hubungan. *Nursing News* 1, 181–189.
- Sinuraya, Rano K., dkk. (2018). Pengukuran Tingkat Pengetahuan tentang Hipertensi Pada Pasien : Sebuah Studi Pendahuluan. *Jurnal*
- Tresna .(2017). Faktor Ketidakpatuha Diet Hipertensi. *BMC Health Services Research*, 22(1), 1–12. <https://doi.org/10.1186/s12913-021-07459-0>
- (WHO). (2021). Pengertian Hipertensi