



Gambaran Pengetahuan Hipertensi Dan Kepatuhan Diet pada Penderita Hipertensi

Tania Putri Devanti¹, Martinus Ginting²✉, Desi³, Dahliansyah⁴, Didik Hariyadi⁵, Widyana Lakshmi Puspita⁶

^{1,2,3,4,5,6}Jurusan Gizi, Poltekkes Kemenkes Pontianak, Indonesia

Info Artikel

Sejarah Artikel:
Diterima 20 Mei 2022
Disetujui 27 Mei 2022
Di Publikasi Agustus 2022

Keywords:
Hipertensi, Pengetahuan,
Kepatuhan Diet

Abstrak

Hipertensi merupakan penyakit yang tidak dapat dianggap remeh, dan sering dijuluki sebagai penyakit silent disease karena tanda dan gejala yang tidak terlihat dari penderitanya. Jumlah penderita hipertensi terus meningkat setiap tahunnya, diperkirakan pada tahun 2025 akan ada 1,5 miliar orang yang terkena hipertensi. Pengetahuan tentang hipertensi memiliki pengaruh sangat penting. Prevalensi orang yang memiliki pengetahuan baik mengenai hipertensi mempunyai peluang 45 kali melaksanakan diet dan terhindar dari penyakit hipertensi. Beberapa faktor-faktor resiko yang dapat mempengaruhi hipertensi adalah pengetahuan, usia, genetic/keturunan, jenis kelamin, tingkat pendidikan, obesitas, asupan makan dan pola makan. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran pengetahuan hipertensi dan kepatuhan diet pada penderita hipertensi rawat jalan di RSUD dr Rubini Mempawah. Jenis penelitian ini menggunakan observasional dengan metode survey melalui pendekatan cross sectional untuk mempelajari gambaran antara pengetahuan hipertensi dan kepatuhan diet di RSUD dr Rubini Mempawah. Penderita hipertensi rawat jalan di RSUD dr Rubini Mempawah memiliki pengetahuan yang kurang sebanyak 18 orang (64,3%) dan kepatuhan diet yang tidak patuh sebanyak 18 orang (64,3%). Disarankan agar peningkatan pengetahuan responden difokuskan pada penyebab hipertensi dan makanan yang harus dihindari.

Article Info

Keywords:
Hypertension,
Knowledge, Diet
Compliance

Abstract

Hypertension is a disease that cannot be underestimated, and is often dubbed the silent disease because of the invisible signs and symptoms of the sufferer. The number of people with hypertension continues to increase every year, it is estimated that by 2025 there will be 1.5 billion people affected by hypertension. Knowledge about hypertension has a very important influence. The prevalence of people who have good knowledge about hypertension has 45 times the opportunity to carry out a diet and avoid hypertension. Several risk factors that can affect hypertension are knowledge, age, genetics / heredity, gender, education level, obesity, food intake and diet. The purpose of this study was to determine the description of hypertension knowledge and dietary compliance in outpatient hypertension patients at dr Rubini Mempawah Hospital. This type of research used observational survey method through a cross sectional approach to study the picture between knowledge of hypertension and dietary compliance in RSUD dr Rubini Mempawah. Outpatient hypertension patients at dr Rubini Mempawah Hospital had 18 people (64.3%) lacking knowledge and 18 people (64.3%). It is recommended that the increase in respondents' knowledge is focused on the causes of hypertension and the foods that must be avoided.

✉ Alamat korespondensi:
Poltekkes Kemenkes Pontianak, Pontianak - West Kalimantan , Indonesia
Email: martinus.ginting@gmail.com

Pendahuluan

Hipertensi merupakan penyakit yang tidak dapat dianggap remeh, dan sering dijuluki sebagai penyakit “*Silent Disseas*” karena tanda dan gejala yang tidak terlihat dari penderitanya. Penyakit hipertensi merupakan keadaan dimana tekanan darah mengalami peningkatan yang memberikan gejala berlanjut pada suatu organ dalam tubuh (Palimbong, Kurniasari and Kiha, 2018).

Hipertensi sampai saat ini masih menjadi masalah kesehatan di negara maju dan juga negara berkembang. Hipertensi merupakan faktor risiko yang paling berpengaruh untuk penyakit jantung, pembuluh darah serta penyakit ginjal yang meliputi: stroke, gagal jantung, penyakit jantung koroner, dan gagal ginjal (Kresnawan, 2014).

Data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) pada tahun 2018 menunjukkan prevalensi hipertensi di Indonesia umur >18 tahun tertinggi berada di Jawa Barat sebesar 121,153% dan Kalimantan Barat menduduki urutan ke duabelas dari seluruh provinsi di Indonesia yaitu sebesar 36,99% atau 11.924 jiwa (Kemenkes, 2018).

Faktor risiko yang dapat mempengaruhi terjadinya hipertensi adalah usia yang meningkat seiring dengan berjalannya waktu, di dalam keluarga orang cenderung lebih mudah untuk menderita hipertensi jika ada anggota keluarganya yang pernah menderita penyakit yang sama sebelumnya, kelebihan berat badan atau obesitas, pola Makan yang terlalu banyak garam (natrium) dalam makanan untuk jangka waktu yang lama, gaya hidup yang buruk seperti merokok, minum, stres, dan kurang olahraga (Dinkes Jawa Timur, 2017).

Makanan yang dimakan langsung atau tidak langsung mempengaruhi keamanan tekanan darah. Kandungan gizi seperti lemak dan sodium memiliki hubungan yang erat dengan munculnya hipertensi. Pelaksanaan pola makan teratur dapat

menstandarisasi hipertensi (Dit and Hipertensi, 2013).

Pengetahuan hipertensi memiliki pengaruh yang signifikan mengenai pelaksanaan diet hipertensi. Berdasarkan penelitian (Tarigan, Lubis and Syarifah, 2018) responden yang memiliki pengetahuan baik mengenai hipertensi mempunyai peluang 45 kali melaksanakan diet hipertensi dengan baik dibandingkan dengan responden yang tidak memiliki pengetahuan yang baik. Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian Abubakar (2007), Kusumawati (2014) dan Saputro (2009) bahwa tindakan pelaksanaan diet hipertensi dipengaruhi oleh pengetahuan seseorang (Tarigan, Lubis and Syarifah, 2018).

Berdasarkan Data Profil Dinas Kesehatan Kalimantan Barat angka penderita hipertensi di Kabupaten Mempawah tahun 2018 sebesar 17.939 jiwa. Di Kecamatan Mempawah Hilir tahun 2019 angka penderita hipertensi sebesar 11.266 jiwa. Berdasarkan latar belakang diatas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang gambaran pengetahuan hipertensi dan kepatuhan diet pada penderita hipertensi rawat jalan di RSUD dr. Rubini Mempawah.

Metode

Jenis penelitian yang digunakan adalah *observasional* dengan metode melalui pendekatan *cross sectional*. Populasi penelitian ini adalah seluruh pasien hipertensi yang menjalani rawat jalan di RSUD dr Rubini Mempawah pada tanggal 17 Januari 2022 – 29 Januari 2022. Cara pengambilan sampel menggunakan *incidental sampling*.

Responden yang sesuai dengan kriteria inklusi akan mengisi *informed consent*. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah wawancara responden yang dikumpulkan menggunakan instrument penelitian kuersioner. Data yang didapatkan akan di analisis secara univariat dan bivariat.

Hasil dan Pembahasan

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Jenis Kelamin, Umur, Pendidikan, Pekerjaan, Status Gizi

Variabel	Jumlah	Persen (%)
Jenis Kelamin		
Perempuan	18	64,3
Laki-laki	10	35,7
Jumlah	28	100,0
Umur Responden		
< 46 tahun	16	57,1
≥ 46 tahun	12	42,9
Jumlah	28	100,0
Pendidikan Responden		
SD	7	25,0
SMP	3	19,7
SMA	17	60,7
Sarjana	1	3,6
Jumlah	28	100,0
Pekerjaan Responden		
Ibu rumah tangga	11	39,3
Petani	2	7,1
PNS	2	7,1
Swasta	12	42,9
Tidak bekerja	1	3,6
Jumlah	28	100,0
Riwayat Hipertensi		
Ada	15	53,6
Tidak ada	13	46,4
Jumlah	28	100,0
Status Gizi		
Kurus	3	10,7
Normal	21	75,0
Overweight	1	3,6
Obesitas	3	10,7
Jumlah	28	100,0

Sumber: Data Primer

Hasil penelitian ditemukan bahwa persentase terbesar responden menurut jenis

kelamin adalah perempuan (64,3%). Hasil penelitian ditemukan bahwa persentase terbesar responden menurut usia adalah < 46 tahun (57,1%). Hasil penelitian ditemukan bahwa persentase terbesar responden menurut pendidikan adalah SMA (60,7%). Hasil penelitian ditemukan bahwa persentase terbesar responden menurut pekerjaan adalah swasta (42,9%). Hasil penelitian ditemukan bahwa persentase terbesar responden menurut riwayat hipertensi adalah memiliki riwayat hipertensi (53,6%). Hasil penelitian ditemukan bahwa persentase terbesar responden menurut status gizi adalah normal (75,0%).

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Pengetahuan Dan Kepatuhan Diet

Variabel	Jumlah	Persen (%)
Pengetahuan Responden		
Baik	10	35,7
Kurang	18	64,3
Jumlah	28	100,0
Kepatuhan Diet		
Patuh	10	35,7
Tidak patuh	18	64,3
Jumlah	28	100,0

Sumber : Data Primer

Hasil penelitian ditemukan bahwa persentase terbesar responden menurut pengetahuan adalah kurang (64,3%). Responden memiliki pengetahuan kurang terhadap penyebab hipertensi dan makanan yang harus dihindari. Hasil penelitian ditemukan bahwa persentase terbesar responden menurut kepatuhan diet adalah tidak patuh (64,3%).

Tabel 3. Distribusi Responden Menurut Pengetahuan Hipertensi Dan Kepatuhan Diet Di RSUD Dr Rubini Mempawah Tahun 2022

Pengetahuan Hipertensi	Kepatuhan Diet					
	Patuh		Tidak Patuh		Jumlah	
	n	%	n	%	n	%
Baik	6	60,0	4	40,0	10	100,0
Kurang	4	22,2	14	77,8	18	100,0

Sumber : Data Primer

Hasil penelitian mengenai pengetahuan responden dan kepatuhan diet di

RSUD dr Rubini mempawah yang diperoleh melalui wawancara kepada responden dengan mengisi kuesioner yang di analisis dan digambarkan dalam tabel bivariat. Dari hasil penelitian ditemukan bahwa pada responden yang patuh persentase terbesar pada pengetahuan hipertensi yang baik (60,0%) dan pada responden yang tidak patuh sebagian besar memiliki pengetahuan hipertensi yang kurang (77,8%).

Kepatuhan diet seseorang dipengaruhi oleh pengetahuan. Semakin tinggi pengetahuannya maka akan semakin tinggi kepatuhan dalam menjalankan diet, sedangkan semakin rendah pengetahuannya maka akan cenderung tidak patuh dalam menjalankan diet. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Tarigas, Lubis dan Syarifah (2018) yang menyatakan bahwa responden yang memiliki pengetahuan baik mempunyai peluang 45 kali melaksanakan diet dengan baik dibandingkan dengan yang tidak memiliki pengetahuan baik.

Kesimpulan

Pengetahuan responden hipertensi di RSUD dr Rubini Mempawah mengenai hipertensi masih kurang (64,3%) dan kepatuhan diet responden termasuk tidak patuh (64,3%).

Daftar Pustaka

- Dalimartha dkk, dr. S. (2008) *Care Your Self - Hipertensi*. Jakarta: Penebar Plus+.
- Diiit, K. and Hipertensi, P. (2013) 'Kepatuhan Diit Pasien Hipertensi', *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 9(1), pp. 100–105. doi: 10.15294/kemas.v9i1.2836.
- Dinkes Jawa Timur (2017) 'Tekanan Darah Tinggi (Hipertensi)', *Profil Kesehatan Propinsi Jawa Timur Tahun 2017*, p. 64.
- Kemenkes (2018) 'Laporan Nasional RKD2018_FINAL.pdf', *Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan*, p. 198. Available at: http://labdata.litbang.kemkes.go.id/images/download/laporan/RKD/2018/Laporan_Nasional_RKD2018_FINAL.pdf.
- Kemenkes RI (2013) 'Pedoman Teknis Penemuan dan Tatalaksana Hipertensi'.
- Kresnawan, T. (2014) 'Asuhan Gizi Pada Hipertensi', *Gizi Indonesia*, 34(2), pp. 143–147. doi: 10.36457/gizindo.v34i2.110.
- Palimbong, S., Kurniasari, M. D. and Kiha, R. R. (2018) 'Keefektifan Diet Rendah Garam Pada Makanan Biasa Dan Lunak Terhadap Lama Kesembuhan Pasien Hipertensi', *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 3(1), pp. 74–89. Available at: https://www.researchgate.net/publication/326516860_Keefektifan_Diet_Rendah_Garam_I_Pada_Makanan_Biasa_Dan_Lunak_Terhadap_Lama_Kesembuhan_Pasien_Hipertensi.
- Tarigan, A. R., Lubis, Z. and Syarifah, S. (2018) 'Pengaruh Pengetahuan, Sikap Dan Dukungan Keluarga Terhadap Diet Hipertensi Di Desa Hulu Kecamatan Pancur Batu Tahun 2016', *Jurnal Kesehatan*, 11(1), pp. 9–17. doi: 10.24252/kesehatan.v11i1.5107.