

Hubungan Pengetahuan Gizi Dengan Kepatuhan Diet Pada Pasien Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Medan Sunggal

Rinawati Tarigan

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Malahayati Medan

rinatarigan75@yahoo.com

ABSTRAK

Hipertensi merupakan salah satu Penyakit Tidak Menular (PTM) yang menjadi masalah kesehatan penting di seluruh dunia karena distribusinya yang tinggi dan terus meningkat tekanan darah arteri yang persisten diatas 140/90 mmHg pada dua kali pengukuran dengan selang waktu lima menit dalam keadaan cukup istirahat. Penyebab hipertensi bisa berasal dari pola hidup, usia, dan keturunan. Jenis hipertensi yaitu hipertensi primer dan esensial. Kedua jenis hipertensi tersebut membutuhkan penanganan rutin. Jenis penelitian ini penelitian kuantitatif dengan pendekatan yang digunakan adalah cross sectional study. Kegiatan penelitian ini dilakukan pada Agustus 2024 di Puskesmas Medan Sunggal. Populasi dalam penelitian ini adalah pasien hipertensi di Puskesmas Medan Sunggal pada Agustus 2024 berjumlah 50 orang. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik accidental sampling yaitu sampel yang ditemukan pada saat kegiatan penelitian sedang berlangsung yaitu berjumlah 50 orang. Alat pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan kuesioner. Pada hasil uji Chi Square didapatkan nilai $p=0,002$ ($p<0.05$), maka ada hubungan antara tingkat pengetahuan gizi dengan kepatuhan diet pada pasien hipertensi di Puskesmas Medan Sunggal.

Kata Kunci : Pengetahuan, Kepatuhan diet, Pasien Hipertensi

ABSTRACT

Hypertension is one of the Non-Communicable Diseases (NCDs) which is an important health problem worldwide due to its high distribution and increasing persistent arterial blood pressure above 140/90 mmHg on two measurements with an interval of five minutes in a state of sufficient rest. The causes of hypertension can come from lifestyle, age, and heredity. The types of hypertension are primary and essential hypertension. Both types of hypertension require routine treatment. This type of research is quantitative research with the approach used is a cross-sectional study. This research activity was carried out in August 2024 at the Medan Sunggal Health Center. The population in this study were hypertensive patients at the Medan Sunggal Health Center in August 2024 totaling 50 people. The sampling technique in this study used the accidental sampling technique, namely the sample found while the research activity was in progress, amounting to 50 people. The data collection tool in this study used a questionnaire. The results of the Chi Square test obtained a p value = 0.002 ($p < 0.05$), so there is a relationship between the level of nutritional knowledge and dietary compliance in hypertensive patients at the Medan Sunggal Health Center.

Keywords : Knowledge, Diet compliance, Hypertension patients

I. PENDAHULUAN

1. Latar Belakang

Hipertensi merupakan salah satu penyebab utama kematian dini diseluruh dunia dan hipertensi membunuh hampir 8 miliar orang setiap tahun di dunia (WHO, 2015). Hasil riset kesehatan dasar (Riskesdas) tahun 2018 menunjukkan distribusi penduduk Indonesia yang menderita hipertensi sebesar 34,1% mengalami peningkatan 8,3% dari tahun 2013 (Kemenkes RI, 2018). Hipertensi atau tekanan darah tinggi merupakan suatu keadaan dimana terjadinya peningkatan tekanan darah yang tidak normal dalam pembuluh darah arteri dan terjadi secara terus menerus. Hipertensi merupakan salah satu Penyakit Tidak Menular (PTM) yang menjadi masalah kesehatan penting di seluruh dunia karena distribusinya yang tinggi dan terus meningkat (Muriyati and Yahya, 2018). Hipertensi yaitu meningkatnya tekanan darah arteri yang persisten diatas 140/90 mmHg pada dua kali pengukuran dengan selang waktu lima menit dalam keadaan cukup istirahat/tenang. Penyebab hipertensi bisa berasal dari pola hidup, usia, dan keturunan. Jenis hipertensi yaitu hipertensi primer dan esensial. Kedua jenis hipertensi tersebut membutuhkan penanganan rutin. Penyakit di Indonesia mengalami transisi epidemiologi selama dua puluh tahun terakhir, yakni dari penyakit menular yang semula menjadi beban utama kemudian mulai beralih menjadi penyakit tidak menular. Kecenderungan ini meningkat dan dapat mengancam sejak usia muda. Penyakit tidak menular yang utama di antaranya hipertensi, diabetes melitus, kanker, dan penyakit paru obstruktif kronik (Sudarsono et al., 2017). Banyak faktor risiko sebagai penyebab penyakit hipertensi. Adapun faktor risiko terjadinya hipertensi dapat dibedakan atas faktor risiko yang tidak dapat diubah (seperti keturunan atau genetik, jenis kelamin, dan umur) dan faktor risiko yang dapat diubah seperti kegemukan atau obesitas, kurang olahraga atau aktivitas fisik, merokok, stres, konsumsi alkohol dan konsumsi garam (Sarumaha, 2018). Komplikasi akibat hipertensi yang tidak segera di tangani adalah kerusakan jantung, gagal jantung, dan stroke serta kematian. Komplikasi hipertensi menyebabkan sekitar 9,4% kematian di seluruh dunia setiap tahunnya. Hipertensi menyebabkan setidaknya 45% kematian karena penyakit jantung dan 51% kematian karena penyakit stroke. Kematian dengan penyebab gangguan kardiovaskuler terutama penyakit jantung koroner dan stroke diperkirakan akan terus meningkat mencapai 23,3 juta kematian pada tahun 2030 (Infodatin, 2017). Upaya Pencegahan dan Penanggulangan hipertensi dimulai dengan meningkatkan kesadaran masyarakat dan perubahan gaya hidup ke arah yang lebih sehat. Untuk itu, Puskesmas sebagai fasilitas pelayanan kesehatan dasar perlu melakukan pencegahan primer yaitu kegiatan untuk menghentikan atau mengurangi faktor risiko hipertensi sebelum penyakit hipertensi terjadi, melalui promosi kesehatan. Puskesmas juga perlu melakukan pencegahan sekunder yang lebih ditujukan pada kegiatan deteksi dini untuk menemukan penyakit. Sementara pencegahan tertier difokuskan pada upaya mempertahankan kualitas hidup penderita. Pencegahan tertier dilaksanakan melalui tindak lanjut dini dan pengelolaan hipertensi yang tepat serta minum obat teratur agar tekanan darah dapat terkontrol dan tidak memberikan komplikasi seperti penyakit ginjal kronik, stroke dan jantung (Adhitama, 2010). Hasil survei awal di Puskesmas Medan Sunggal pada bulan Juli tahun 2024, diperoleh data bahwa terdapat jumlah pasien yang menderita gangguan hipertensi sebanyak 43 orang. Dari jumlah tersebut, sebanyak 10 orang kategori hipertensi berat, 20 orang kategori hipertensi sedang dan sisanya 13 orang kategori hipertensi ringan. Hasil wawancara pada 10 orang pasien hipertensi yang datang ke Puskesmas untuk berobat jalan diperoleh data bahwa sebesar 60% pengetahuan kurang tentang penyakit hipertensi dan sering terlupa mengkonsumsi obat serta kurang memahami tentang pengaturan pola makanan bagi penderita hipertensi. Dari uraian tersebut diatas, maka saya merasa sangat

Tarigan R : Hubungan Pengetahuan Gizi Dengan Kepatuhan Diet Pada Pasien Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Medan Sunggal

tertarik melakukan penelitian dengan judul Hubungan Pengetahuan Gizi dengan Kepatuhan Diet pada Pasien Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Medan Sunggal.”.

2. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka rumusan masalah pada penelitian ini adalah apakah Hubungan Pengetahuan Gizi dengan Kepatuhan Diet pada Pasien Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Medan Sunggal

3. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan pengetahuan gizi dengan kepatuhan diet pada pasien hipertensi di wilayah kerja puskesmas medan sunggal.

4. Manfaat Penelitian

Manfaat yang didapat dari penelitian ini adalah Sebagai bahan masukan dalam meningkatkan pelayanan keperawatan tentang gizi dan kepatuhan diet hipertensi, sehingga mampu menurunkan angka penderita hipertensi.

II. METODE PENELITIAN

Tempat dan Waktu

Penelitian ini dilaksanakan di Puskesmas Medan Sunggal pada bulan Agustus sampai dengan Oktober 2024.

Rancangan Penelitian atau Model

Jenis penelitian ini adalah kuantitatif dengan desain penelitian survei analitik (Notoadmodjo, 2010). Pendekatan yang digunakan adalah *cross sectional study* yaitu penelitian yang dilakukan untuk melihat hubungan dua variabel atau lebih dalam satu waktu secara bersamaan. Populasi dalam penelitian ini adalah pasien dengan gangguan penyakit hipertensi di Puskesmas Medan Sunggal yang berjumlah 50 orang. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *accidental sampling* yaitu sampel yang ditemukan pada saat kegiatan penelitian sedang berlangsung yaitu berjumlah 50 orang. Analisis uji univariat digunakan untuk mengetahui distribusi antar variabel. Uji bivariat dianalisis menggunakan uji *chi square*.

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

Puskesmas Medan Sunggal adalah Institusi Pelayanan Kesehatan Pemerintah Kota Medan yang menjadi garda terdepan yang menyelenggarakan pelayanan kesehatan melayani masyarakat yang mencakup wilayah Kelurahan Sunggal, Kelurahan Tanjung Rejo, Kelurahan Babura, Medan Sunggal dan kelurahan Simpang Tanjung. UPT Puskesmas Medan Sunggal beralamat di Jl. TB. Simatupang No. 251 Medan Kecamatan Medan Sunggal Kota Medan, Propinsi Sumatera Utara.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Usia Responden

Usia	Frekuensi	Persentase
40-50 tahun	19	38 %
> 50 tahun	31	62 %
Jumlah	50	100 %

Data penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden hipertensi di Puskesmas Medan Sunggal berada pada rentang usia >50 tahun yaitu 31 orang (62%), dan sebagian kecil responden hipertensi di Puskesmas Medan Sunggal berada pada rentang usia 40-50 tahun yaitu 19 orang (38%).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Karakteristik Pekerjaan Responden

Pekerjaan	Frekuensi	Persentase
Wiraswasta	20	40 %
PNS	10	20 %
Pegawai swasta	15	30 %
Petani	5	10%
Jumlah	50	100%

Data penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden hipertensi di Puskesmas Medan Sunggal bekerja sebagai wiraswasta yaitu 20 orang (40%), dan sebagian kecil responden hipertensi di Puskesmas Medan Sunggal bekerja sebagai petani yaitu 5 orang (10%).

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Karakteristik Pendidikan Responden

Pekerjaan	Frekuensi	Persentase
Rendah (SD-SMP)	10	20 %
Sedang (SMA)	25	50 %
Tinggi (D3/S1)	15	30 %
Jumlah	50	100 %

Data penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden hipertensi di Puskesmas Medan Sunggal memiliki kategori pendidikan sedang yaitu 25 orang (50%), dan sebagian kecil responden hipertensi di Puskesmas Medan Sunggal memiliki kategori pendidikan rendah yaitu 10 orang (20%).

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Tingkat Pengetahuan Gizi Responden

Tingkat Pengetahuan Gizi	Jumlah	Persentase
Baik	12	24 %
Cukup	14	28 %
Kurang	24	48 %

Tarigan R : Hubungan Pengetahuan Gizi Dengan Kepatuhan Diet Pada Pasien Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Medan Sunggal

Total	50	100 %
--------------	-----------	--------------

Data penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden hipertensi di Puskesmas Medan Sunggal memiliki tingkat pengetahuan yang kurang yaitu 24 orang (48%), dan sebagian kecil responden hipertensi di Puskesmas Medan Sunggal memiliki tingkat pengetahuan yang baik yaitu 12 orang (24%).

Tabel 5. Distribusi Frekuensi Kepatuhan Diet Hipertensi

Kepatuhan Diet Hipertensi	Jumlah	Persentase
Patuh	20	40 %
Tidak Patuh	30	60 %
Total	50	100 %

Data penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar kepatuhan diet hipertensi di Puskesmas Medan Sunggal kategori tidak patuh yaitu 30 orang (60%), dan sebagian kecil kepatuhan diet hipertensi di Puskesmas Medan Sunggal kategori patuh yaitu 20 orang (40%).

Tabel 6. Distribusi Frekuensi Hubungan Tingkat Pengetahuan Gizi dengan Kepatuhan Diet Hipertensi di Puskesmas Medan Sunggal

Tingkat Pengetahuan Gizi	Kepatuhan Diet				Total		P value
	Patuh		Tidak patuh				
	n	%	n	%	N	%	
Baik	10	20,0	2	4,0	12	24,0	0,002
Cukup	4	8,0	10	20,0	14	28,0	
Kurang	6	12,0	18	36,0	24	48,0	
Jumlah	20	40,0	30	60,0	50	100,0	

Data penelitian menunjukkan bahwa dari 24 responden tingkat pengetahuan kurang, sebagian besar kepatuhan diet kategori tidak patuh yaitu 18 orang (36%). Dari 14 responden tingkat pengetahuan cukup, sebagian besar kepatuhan diet kategori tidak patuh yaitu 10 orang (20%). Sedangkan dari 12 responden tingkat pengetahuan baik, sebagian besar kepatuhan diet kategori patuh yaitu 10 orang (20%).

Pembahasan

Data penelitian menunjukkan bahwa bahwa dari 24 responden tingkat pengetahuan kurang, sebagian besar kepatuhan diet kategori tidak patuh yaitu 18 orang (36%). Dari 14 responden tingkat pengetahuan cukup, sebagian besar kepatuhan diet kategori tidak patuh yaitu 10 orang (20%). Sedangkan dari 12 responden tingkat pengetahuan baik, sebagian besar kepatuhan diet kategori patuh yaitu 10 orang (20%). Hasil uji *Chi Square* didapatkan nilai $p=0,002$ ($p<0.05$), maka ada hubungan antara tingkat pengetahuan gizi dengan kepatuhan diet pada pasien hipertensi di Puskesmas Medan Sunggal. Kepatuhan diet merupakan ketaatan terhadap makanan dan minuman yang dikonsumsi penderita hipertensi setiap hari untuk menjaga kesehatan, mempercepat proses penyembuhan dan mengontrol tekanan darah agar selalu stabil. Faktor – faktor yang mempengaruhi kepatuhan menurut Niven 2002 digolongkan menjadi 4 macam yaitu pemahaman tentang intruksi, kualitas intruksi, isolasi sosial dan keluarga, keyakinan, sikap dan kepribadian. Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian Nuratiqa (2020) yang menyatakan terdapat hubungan antara tingkat pengetahuan dengan kepatuhan diet hipertensi peserta prolanis di Puskesmas Samata Kabupaten Gowa. Hasil uji analisis hubungan diperoleh nilai $p=0,021 < \alpha=0,05$. Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian Suhadi (2011) dimana terdapat hubungan antara tingkat pengetahuan dengan kepatuhan diet dan konsumsi obat hipertensi. Hasil uji diperoleh nilai (p value = $0,003 < 0,05$).

IV. KESIMPULAN

Ada hubungan antara tingkat pengetahuan gizi dengan kepatuhan diet pada pasien hipertensi di Puskesmas Medan Sunggal. Hal ini sesuai dengan uji *chi-square* yang menyatakan terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan gizi dengan kepatuhan diet pada pasien hipertensi yaitu dengan p-value sebesar $p=0,002$ ($p<0.05$).

DAFTAR PUSTAKA

- Infodatin. (2018). hipertensi. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia
- Kemenkes RI. (2014). Pelayanan Kesehatan Hipertensi. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kemenkes RI. (2018). Hasil Utama Riskesdas 2018.
- Maulana, Mirza 2008, Penyakit Jantung, Katahati, Jakarta.
- Muryati and Yahya, S (2018). Gaya Hidup dengan Kejadian Hipertensi di Wilayah Pegunungan dan Pesisir Kabupaten Bulukumba.
- Notoatmodjo, Soekidjo. 2010. Metodologi Penelitian Kesehatan, Jakarta : PT. Rineka Cipta.
- Nurarif, A. Huda Dan Kusuma, Hadi. (2013). aplikasi asuhan keperawatan berdasarkan diagnosa medis & nanda nic-noc. jakarta: mediacion publishing.
- Nursalam, 2009. Konsep & penerapan metodologi penelitian kesehatan. Jakarta: Salemba Medika.
- PERKI, 2015, Pedoman Tatalaksana Hipertensi pada Penyakit Kardiovaskular, edisi pert., Perhimpunan Dokter Spesialis Kardiovaskular Indonesia, Jakarta.
- P2PTM, D. (2019) 'Buku Pedoman Penyakit Tidak Menular'.
- Pramana, K. D., dkk. (2016). Hubungan Tingkat Kecemasan dengan Kejadian Hipertensi di Panti Sosial Tresna Werdha Senjarawi Bandung. Jurnal Ilmu Keperawatan. Vol. IV, No. 2, September 2016.
- Puskesmas Simalingkar Kota Medan. Data Penderita Hipertensi 2022.
- Santosa, L., Chasani, S. and Pramudo, S. (2016) 'Faktor Risiko Kejadian Hipertensi Di Puskesmas Kenduruan, Kabupaten Tuban', Jurnal Kedokteran Diponegoro, 5(4), pp. 1182–1191.
- Sarumaha, (2018). Faktor Risiko Kejadian Hipertensi Pada Usia Dewasa Muda di UPTD Puskesmas Perawatan Plus Teluk Dalam Kabupaten Nias Selatan.
- Sudarsono, E. K. R. et al. (2017) 'Peningkatan Pengetahuan Terkait Hipertensi Guna Perbaikan Tekanan Darah pada Pemuda di Dusun Japanan, Margodadi
- Tedjakusumana, P., (2012). Tata laksanahipertensi. Departemen Kardiologi. CDK-192/ vol.39 no 4, 2012.
- WHO (2015). The work of WHO in the south-east asia region. Journalism, S.

Accepted Date	Revised Date	Decided Date	Accepted to Publish
20 November 2024	27 November 2024	13 Desember 2024	Ya