

**HUBUNGAN PENGETAHUAN LANSIA TENTANG HIPERTENSI
DENGAN DIET HIPERTENSI PADA LANSIA DI DUSUN KADIROJO 1
DESA PURWOMARTANI KALASAN SLEMAN YOGYAKARTA**

NASKAH PUBLIKASI

Disusun Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh

Gelarsar Jana Keperawatan (S1)



Oleh:

Exzhin Yewangoe

KP.200.14.32

**PRODI KEPERAWATAN PROGRAM SARJANA
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN WIRA HUSADA
YOGYAKARTA**



NASKAH PUBLIKASI

**HUBUNGAN PENGETAHUAN LANSIA TENTANG HIPERTENSI
DENGAN DIIT HIPERTENSI PADA LANSIA DI DUSUN KADIROJO 1
DESA PURWOMARTANI KALASAN SLEMAN YOGYAKARTA**

Disusun Oleh :

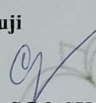
Exzhin Yewangoe

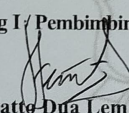
KP.20.01.432


Telah dipertahankan didepan dewan penguji pada tanggal **29 juli 2024**

Susunan Dewan Penguji

Ketuan Dewan Penguji


Dr. Catur Budi Susilo, S.Pd.,SKp., M.Kes
Pembimbing I / Pembimbing Utama


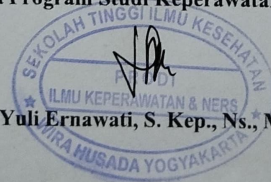

Fransiska Tatte Dua Lembang, S.Kep.Ns., M.Kes
Pembimbing II / Pembimbing Pendamping

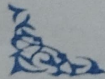

Nur Anisa, S.Kep., Ns., M. Kep., Spkj

Naskah Publikasi isi telah diterima sebagai salah satu persyaratan untuk
memperoleh gelar Sarjana Keperawatan

Yogyakarta, 13 September 2024

Ketua Program Studi Keperawatan program sarjana



Yuli Ernawati, S. Kep., Ns., M. Kep



**HUBUNGAN HIPERTENSI DENGAN PENGETAHUAN LANSIA TENTANG
DIET HIPERTENSI PADA LANSIA DI DUSUN KADIROJO 1 DESA
PURWOMARTANI KALASAN SLEMAN YOGYAKARTA**

Exzhin yewangoe,¹ Fransiska Tatto Dua Lembang,² Nur Anisa,³

INTISARI

Latar belakang: Hipertensi adalah situasi di mana tekanan darah meningkat yang menimbulkan gejala berkelanjutan dalam tubuh. Hingga 70% pasien hipertensi tidak menyadari bahwa ia mengalami hipertensi, dapat menimbulkan gejala yang sering dialami seperti gejala pusing, cengeng dan dada sering berdebar-debar (Adib, 2017).

Tujuan penelitian: Untuk Mengetahui Pengetahuan Lansia Tentang Hipertensi di Wilayah Kelurahan Purwomartani Padukuhan Kadirojo 1 Puskesmas Kalasan Sleman Yogyakarta.

Metode penelitian: Jenis penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain analitik korelasi yaitu mencari hubungan antara dua variabel, pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan *Cross Sectional*/Potong Lintang yaitu dimana pengambilan data secara bersamaan dalam satu waktu (Sugiyono, 2016).

Hasil: Berdasarkan hasil Uji Statistik *Spearman Rank* di Peroleh Nilai p (0.000). < 0.05 sehingga di dapatkan hasil bahwa terdapat hubungan bermakna antara tingkat pengetahuan dengan diet hipertensi pada lansia di padukuhan kadirojo 1 kalasan sleman yogyakarta.

Kesimpulan: Terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan lansia terhadap diet hipertensi pada lansia di Padukuhan Kadirojo 1 Kalasan Sleman Yogyakarta.

Kata kunci: Pengetahuan, hipertensi, Diet hipertensi, Lansia

¹ Mahasiswa Prodi S1 Keperawatan STIKES Wira Husada Yogyakarta

² Dosen STIKES Wira Husada Yogyakarta

³ Dosen STIKES Wira Husada Yogyakarta

**THE RELATIONSHIP OF ELDERLY KNOWLEDGE ABOUT
HYPERTENSION WITH HYPERTENSION DIET IN ELDERLY IN
KADIROJO 1 DUSUN PURWOMARTANI VILLAGE KALASAN SLEMAN
YOGYAKARTA**

Exzhin yewangoe,¹ Fransiska Tatto Dua Lembang,² Nur Anisa,³

ABSTRAC

Background: Hypertension is a situation where blood pressure increases which causes ongoing symptoms in the body. Up to 70% of hypertensive patients are not aware that they have hypertension, which can cause frequent symptoms such as dizziness, whininess and frequent chest pounding (Adib, 2017).

Research objective: To determine the knowledge of elderly people about hypertension in the Purwomartani Padukuhan Kadirojo 1 Community Health Center Kalasan Sleman Yogyakarta area.

Research method: This type of research is quantitative research with a correlation analytical design, namely looking for the relationship between two variables, the approach used in this research is the Cross Sectional/Cut in Cross section approach, namely where data is collected simultaneously at one time (Sugiyono, 2016).

Results: Based on the results of the Spearman Rank Statistical Test, the p value was obtained (0.000). < 0.05 , so the results show that there is a significant relationship between the level of knowledge and hypertension diet in the elderly in Padukuhan Kadirojo 1 Kalasan, Sleman, Yogyakarta.

Conclusion: There is a significant relationship between the level of knowledge of the elderly and the hypertension diet of the elderly in Padukuhan Kadirojo 1 Kalasan Sleman Yogyakarta.

Key words: Elderly knowledge about hypertension diet, Elderly

¹S1 Nursing study Program Student STIKES Wira Husada Yogyakarta

²Lecturer at STIKES Wira Husada Yogyakarta

³Lecture at STIKES Wira Husada Yogyakarta

PENDAHULUAN

World Health Organisation. Berpendapat bahwa lansia merupakan proses dari tumbuh kembang seseorang yang telah memasuki usia di akhir fase hidupnya yang telah berusia 60-75 tahun. Pada kelompok yang dimaksudkan lansia ini akan menjalani suatu proses yang disebut proses penuaan. Pertumbuhan jumlah lansia dari tahun sebelumnya ke tahun berikutnya diperkirakan akan mengalami kenaikan. Pada tahun 2026, diperkirakan jumlah lansia membesar menjadi 40 juta ribu orang, bahkan di tahun 2060, jumlah lansia diperkirakan akan meningkat menjadi 71,6 juta orang. Lanjut usia merupakan suatu proses penuaan dan bertambahnya umur seseorang ditandai dengan adanya penurunan fungsi organ tubuh pada lansia di sebabkan berkurangnya jumlah dan kemampuan sel di dalam tubuh, sehingga kemampuan jaringan tubuh untuk mempertahankan secara normal akan menghilang, sehingga tidak dapat bertahan pada saat sakit, infeksi dan memperbaiki kerusakan yang diderita (Napitulu, 2019). Usaha peningkatan kesejahteraan sosial bagi usia lanjut pada dasarnya merupakan pelestarian nilai keagamaan dan tata kebudayaan yang wajib di lakukan (Maghfirohutari, 2017). Lansia yaitu seseorang yang telah mencapai usia 60 tahun ke atas, dapat dibagi menjadi tiga bagian yang berbeda-beda: lanjut usia menengah/muda (45-59 tahun), tua (60-74 tahun), usia tua (75-90 tahun) dan sangat tua (>90 tahun) (Depkes RI, 2017). Jadi sebagian besar lansia mengalami penuaan fungsi fisiologis akibat proses penuaan sehingga sering terjadi berbagai macam penyakit di antaranya tekanan darah tinggi, jantung dan ginjal (Kemenkes RI, 2018).

Menurut (Junaidi, 2015). Hipertensi yaitu suatu penyakit yang di rasakan oleh seseorang bisa dilihat dengan tingginya tekanan darah arteri lebih dari batas normal tekanan darah sistolik ≥ 140 mmHg dan diastolik ≥ 85 mmHg. Penyakit tekanan darah tinggi merupakan suatu masalah dan tantangan di Indonesia, menurut hasil kesehatan terbaru pada tahun 2018 di dapatkan bahwa penderita

hipertensi meningkat diangka 34,0% yang di dapat dari pengukuran pada umur 17 tahun ke atas dan mengalami kenaikan di angka 25,8% pada tahun 2014.

Hipertensi merupakan tekanan darah tinggi diatas normal yang dapat berlangsung dan terjadinya komplikasi seperti penyakit stroke, jantung koroner dan lain-lain (Adib, 2017). Penyakit tekanan darah tinggi ini merupakan penyakit yang sering dialami oleh manusia di dunia. Penyakit ini juga disebut sebagai pembunuh diam-diam karena hipertensi tidak menampilkan gejala keluhan serta gejalanya yang tidak terasa sehingga bagi penderita akan sulit mengetahui bahwa dirinya telah mengalami sakit hipertensi. Tekanan darah tinggi merupakan suatu kondisi darah sistolik berada diatas 140 mmHg dan tekanan darah diastolik lebih dari 90 mmHg (Ramadhian and Hasibuan 2016).

Menurut (Budiarto, 2017) Diet yaitu cara yang dapat dilakukan untuk mengatur asupan makanan bagi penderita hipertensi. Penyebab pada saat mengkonsumsi makan merupakan hal yang wajib di jaga dan diperhatikan bagi penderita hipertensi. Penderita hipertensi sebaiknya patuh saat terhadap diet agar dapat mencegah terjadinya komplikasi yang lebih serius. Oleh karena itu disebutkan agar kondisi tekanan darah penderita hipertensi tetap membaik sehingga dapat terhindar dari tekanan darah tinggi dan komplikasi, oleh karena itu lansia yang menderita hipertensi perlu memperoleh bimbingan, dukungan serta arahan dari keluarga agar dapat memberikan informasi dengan cara-cara mengatasi terjadinya tekanan darah tinggi pada lansia (Wulandari & Puspita, 2019).

Prevalensi hipertensi di DIY di dapatkan dari Riskesdas 2018 adalah 11.01 % mengalami peningkatan dapat dibandingkan dengan angka nasional (8,8%). Prevalensi ini menempatkan Daerah Istimewa Yogyakarta berada di urutan ke-4 sebagai provinsi dengan penderita hipertensi yang tinggi. Tekanan darah tinggi selalu berada di urutan 10 besar penyakit sekaligus 10 besar penyebab kematian di Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta selama beberapa tahun terakhir berdasarkan STP Pusat pelayanan kesehatan masyarakat maupun STP Rumah sakit. Pada tahun 2022 di dapatkan Laporan Surveilans Terpadu Penyakit RS di D.I. Yogyakarta tercatat penderita baru penyakit tekanan darah

tinggi 10.118 ranap dan 63.350 rajal. Jumlah secara keseluruhan penderita hipertensi yang berusia ≥ 15 tahun 273.783 kasus. Pada tahun 2022 dari jumlah keseluruhan penderita hipertensi berusia ≥ 15 tahun yang sudah menerima pelayanan kesehatan 35,2% (Dinkes Diy).

Sesuai data yang di peroleh dari (Dinkes Sleman Yogyakarta tahun, 2023). Penderita hipertensi pada lansia diwilayan kabupaten sleman sebanyak 88,890 kasus. Berdasarkan data dari (Dinkes Sleman) kasus hipertensi tertinggi berada di Puskesmas Kalasan sebanyak 6,854 orang. Sedangkan Puskesmas Sleman 5,715 orang. Kasus penderita hipertensi pada lansia 60 tahun keatas terbanyak di Desa Purwomartani kalasan sleman yogyakarta, memperoleh penderita hipertensi sebanyak 1327 orang dengan lama menderita hipertensi 4-5 tahun. Di ikutin desa tamanmartani menempati urutan ke 2 dengan jumlah kasus sebanyak 725 Penderita hipertensi, Desa Timortani menduduki peringkat ke tiga dengan jumlah kasus 678 orang, di urutran terakhir bearda di Desa selomartani sebanyak 521 penderita hipertensi.

Sesuai hasil kujungan di padukuhan yang telah dilakukan oleh peneliti pada tanggal 15 Januari 2024 di Padukuhan kadirojo 1 terhadap 10 orang lansia Usia 60 tahun ke atas didapatkan 5 orang penderita hipertensi selama 4-5 tahun dengan pengobatan secara rutin dan mereka mengatakan sering merasa mudah marah, tersinggung dan jantung berdebar ketika tekanan darahnya naik, responden juga mengatakan kurang memahami cara mengatasi emosional ketika marah dan mereka kurang paham tentang cara pengobatan karna pendidikan terbatas dan juga kurang mengetahui tentang pola diet, dan makan yang tidak boleh di makan keluarga lansia juga kurang mengetahui makanan apa saja yang tidak boleh makan oleh lansia dan keluarga, sedangkan 5 lansia lainnya menderita hipertensi selama 2-4 tahun terkadang merasa takut dan tidak bisa beristirahat dengan baik ketetika tekanan darahnya meningkat, responden juga mengatakan jarang melakuka pemeriksaan secara rutin di puskesmas, dan kurangnya pengetahuan tentang cara melakukan diet secara teratur, lansia juga mengatakan masih mengkonsumsi garam nutrium sesaat makan dan minum bersoda berlebihan dan menimbulkan peningkatan tekanan

darah meningkat, penderita hipertensi juga kurang mengetahui makan apa saja yang tidak boleh di makan, gaya hidup seperti (merokok dan alkohol), obesita, kurang olahraga, faktor keturunan, dan stress.

Setelah di lakukan wawancara di dapatkan oleh peneliti dampak-dampak yang terjadi pada lansia tipe A dan lansia tipe B penderita hipertensi di dapatkan lansia tipe A lebih suka bersosialisasi dengan masyarakat setempat dan lansia tipe B kurang bersosialisasi karena lebih suka menutup diri dan kurangnya percaya diri karena kesehatan kurang membaik dan merasa minder dengan orang lain karena penurunan fisik dan kurang melakukan aktifitas fisik setiap hari, dan penderita hipertensi lebih suka mengurung diri karena kurang percaya diri dengan kondisi fisik yang kurang membaik dan lansia juga mengatakan sudah tidak lagi mengkonsumsi obat, dan belum teratasi secara rutin dan kurang efektif dalam pengobatan, dari hasil informasi yang didapatkan oleh peneliti bahwa masalah yang di alami oleh 10 lansia penderita hipertensi, sudah pernah di atasi dari pihak puskesmas kalasan dengan melakukan pendidikan kesehatan atau penyuluhan dan ternyata belum efektif karena kurangnya pengetahuan sehingga dapat menghambat dalam proses penyembuhan dan pihak puskesmas juga sudah mengadakan posyandu lansia namun kurang efektif dan belum di atasi dengan baik. Berdasarkan uraian di atas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Pengetahuan Lansia Tentang Hipertensi Dengan Diet Hipertensi Pada Lansia di wilayah padukuhan kadirojo 1 Kelurahan Purwomartani Kecamatan Kasalan Kabupaten Sleman Yogyakarta.

METODE

Penelitian ini di laksanakan di padukuhan kadirojo 1 kalasan sleman yogyakarta. Jenis penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain analitik korelasi yaitu mencari hubungan antara dua variabel. Populasi dalam penelitian ini yaitu lansia penderita hipertensi yang berjumlah 105 orang yang berdasarkan jenis kelamin, lansia laki-laki 27 responden dan perempuan 77 responden dibagi dalam 8 RT di Padukuhan Kadirojo 1. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah: *Proportional random* sampling. Dengan cara

pengambilan sampel dari anggota populasi menggunakan cara acak yang berjumlah 51 lansia. Alat pengumpulan data menggunakan kuesioner. Data diolah dan dianalisis menggunakan uji *sperman-rank*.

HASIL

- a. Berdasarkan hasil karakteristik responden di dapatkan dalam penelitian ini meliputi: Usia, Jenis Kelamin, Pendidikan, dan Pekerjaan.

Tabel. 10
Distribusi Frekuensi Karakteristik Sosial Responden Penderita Hipertensi (n=51).

Karakteristik Responde	Frekuensi (n)	Presentase (%)
Umur		
60-69	26	51.0
70-75	25	49.0
Total	51	100.0
Jenis Kelamin		
Laki-laki	23	45.1
Perempuan	28	54.9
Total	51	100.0
Pekerjaan		
Petani	36	70.6
Ibu Rumah Tangga	11	21.6
Swasta	4	7.8
Total	51	100.0
Pendidikan		
Tidak sekolah	5	9.8
SD	33	64.7
SMP	6	11.8
SMA	6	11.8
S1	1	2.0
Total	51	100.0

Pada tabel.10 dapat di ketahui bahwa karakteristik responden bedasarkan usia paling banyak pada rentang (60-69) yaitu sebanyak 26 responden (51.0%), (70-75) yaitu sebanyak 25 responden (49.0%), jenis kelamin laki-laki penderita hipertensi sebanyak 23 responden (45.1%), dan jenis kelamin perempuan terdapat 28 responden (54.9%). Mayoritas

lansia berpendidikan SD dengan jumlah 33 responden (64.7%). SMA sebanyak 6 responden (11.8%).

Tabel. 11. 2
Distribusi Frekuensi Hasil Tekanan Darah Lansia Penderita Hipertensi
Di Padukuhan Kadirojo 1 Kalasan Sleman Yogyakarta

Tekanan darah	Frekuensi (n)	Presentase (%)
143-159	20	39.2
160-169	13	25.5
170-175	18	35.3
Total	51	100.0

Sumber: Olahan data primer 2024

Tabel 11 menunjukkan bahwa tekanan darah 143-159, 20 responden (39,2%), tekanan dara 160-169 sebanyak 13 responden (25,5%), tekanan darah 170-175 sebanyak 18 (35,3%).

1. Analisa Univariat

Dalam penelitian ini dapat dideskripsikan karakteristik responden berdasarkan usia, jenis kelamin, pekerjaan, pendidikan, pengetahuan dan diit hipertensi menggunakan distribusi frekuensi dan persentase sebagai berikut:

a) Pengetahuan lansia tentang hipertensi

Pengetahuan lansia tentang hipertensi di gambarkan pada tabel.12.2 sebagai berikut:

Tabel. 12. 3
Distribusikan Frekuensi Hasil Pengukuran Pengetahuan Lansia
Tentang Hipertensi Di Padukuhan Kadirojo 1 Kalasan Sleman
Yogyakarta

Kategori	Frekuensi (n)	Presentase (%)
Baik	22	43.1
Cukup	9	17.6
Kurang	20	39.2
Total	51	100.0

Sumber: Olah Data primer 2024

Tabel 12 menunjukkan bahwa pengetahuan lansia tentang hipertensi dalam kategori baik sebanyak 22 orang (43,1%). Didapatkan 9 responden (17,6%) berpengetahuan Cukup dan 20 responden (39,2%) memiliki pengetahuan kurang.

b) Diit hipertensi pada lansia

Tabel. 13. 4
Distribusi Frekuensi Hasil Pengukuran Diit Hipertensi Lansia
Di Padukuhan Kadirojo 1 Kalasan Sleman Yogyakarta

Kategori	Frekuensi (n)	Presentase (%)
Baik	5	9,8
Cukup	33	64.7
Kurang	13	25.5
Total	51	100.0

Sumber: Olah data primer 2024

Berdasarkan tabel 10 dapat diketahui tingkat diit hipertensi antara lansia 5 (9,8%) dengan kategori baik, 33 (64,7%) dengan kategori cukup, 13 (25,5%) kategori kurang.

2. Analisa Bivariat

Tabel 14. 5

Tabulasi Silang Dan Uji Statistik Spearman Rank Hubungan
Penetahuan Lansia Tentang Hipertensi Dengan Diit Hipertensi
Pada Lansia Di Padukuhan Kadirojo 1 Sleman Yogyakarta
Diit Hipertensi

Pengetahuan	Baik	Cukup	Kurang	Total	R	Sig
Baik	5	14	3	22		
Cukup	0	7	2	9	0,488	0,000
Kurang	0	12	8	20		
Total	5	33	13	51		

Sumber: Olah data primer 2024

Berdasarkan hasil tabulasi silang dari tabel. 14. 5 diatas didapatkan bahwa responden dengan pengetahuan kategori baik terdapat 22 respon dan diantaranya diet hipertensi dengan kategori baik sebanyak 5 responden sedangkan yang mendapatkan diet hipertensi cukup sebanyak 14 responden dan yang mendapatkan kategori kurang sebanyak 3 responden sedangkan yang mendapatkan pengetahuan cukup 9 responden dan di antaranya diet hipertensi pengetahuan baik 0/tidak ada dan diantaranya yang mendapatkan diet hipertensi cukup sebanyak 7 orang dan yang mendapatkan kurang sebanyak 2 responden sedangkan pengetahuan kurang 20 responden diantaranya yang mendapatkan diet hipertensi kategori baik 0/tidak ada sedangkan yang mendptkan cukup 12 responden dan yang mendapatkan kategori kurang sebanyak 8 responden.

Didapatkan hasil Uji Statistik *Spearman Rank* di Peroleh Nilai p (0.000). < 0.05 sehingga dapat di simpulkan bahwa terdapat hubungan bermakna antara tingkat pengetahuan dengan diet hipertensi pada lansia di padukuhan kadirojo 1 kalasan sleman yogyakarta. Nilai koefisien korelasi (r) 0,488 dengan arah positif artinya semakin baik tingkat pengetahuan makah semakin baik pulah diet hipertensi yang dijalankan, dari nilai koefisien korelasi 0,488 menunjukkan bahwa ada hubungan antara pengetahuan lansia dengan diet hipertensi.

PEMBAHASAN

1. Pengetahuan lansia di padukuhan kadirojo 1

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh di Padukuhan Kadirojo 1 Desa Purwomartani Sleman Yogyakarta menunjukkan bahwa pengetahuan lansia 22 reponden (34,1%) pengetahuan baik, 9 responden (17,6%) berpengetahuan cukup, 20 responden (39,2%) pengetahuan kurang. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Gita Ulfa Yulia Islani, Oktoruddin Harun, 2021). Tentang pengetahuan hipertensi pada lansia dari 57 responden terdapat 20 (35,1%) dengan kategori

pengetahuan baik, dan responden dengan pengetahuan kurang yaitu 20 (35,1%), dan sebagian responden pengetahuan cukup yaitu 17 (29,8%). Hasil penelitian menunjukkan bahwa banyak lansia yang pengetahuannya kurang terhadap hipertensi ini disebabkan karena banyak lansia hanya sebatas tahu dan belum sampai memahami, melaksanakan, cara mencegah tekanan darah tinggi dan mengevaluasi hipertensi dan diet. Menurut (Dasopang & Rahayu, 2017), adalah pengetahuan dapat mempengaruhi terhadap kepatuhan seseorang dalam melakukan diet bagi penderita tekanan darah tinggi, di karena semakin tinggi pengetahuan seseorang maka semakin baik kepatuhan pasien terhadap pola diet hipertensi.

Pengetahuan yaitu segala hasil dari mengetahui sesuatu apakah itu subjek atau suatu peristiwa yang di rasakan oleh subjek, seperti pengetahuan tentang benda, tumbuh-tumbuhan dan hewan, manusia, atau kejadian perang (Wahana, 2016). Pengetahuan adalah sesuatu apa yang di ketahui dan dapat di identifikasi misalnya, tahu bahwa dapat mengelolah atau mengontrol dan mengendalikan suatu penyakit dengan mengkonsumsi obat sesuai dengan dosis yang benar dan minum obat secara teratur (Anshari, 2020). Umumnya pada lansia dengan pengetahuan yang luas mempunyai pendidikan yang lebih baik tentang perawatan diri, sanggup menjaga lingkungan agar tetap bersih sedangkan yang mempunyai pendidikan rendah kurang mengetahui bagaimana cara mengatasi terjadinya hipertensi yang di alami dan kurang menjaga kesehatan lingkungannya tetap bersih dan nyaman (Anggara & Prayitno, 2012).

2. Diet hipertensi pada lansia

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel. 12 yang diperoleh di Padukuhan Kadirojo 1 Desa Purwomartani Kalasan Yogyakarta menunjukkan bahwa diet hipertensi lansia terdapat 5 responden (9,8%) dengan baik, terdapat 33 responden (64,7%) pencapaian cukup, terdapat 13 responden (25,5%) dengan kategori kurang. Diet adalah salah satu cara non-farmakologis yang paling efektif, tetapi sebagian besar tanggung jawab untuk kepatuhan diet terletak pada lansia/pasien, dan modifikasi

perilaku sangat penting karena pemantauan diri sangatlah penting untuk mengatur dan mengontrol tekanan darah, dan itu tidak mudah. Tujuan dilakukan diet yaitu untuk membantu menghilangkan garam didalam tubuh seseorang atau air dalam jaringan tubuh dan dapat kembali normal tekanan darah pada penderita hipertensi (Supariasa, 2016). Menurut (Sari, N 2020). Diet merupakan suatu cara untuk mengatasi dan mengendalikan tekanan darah, dalam melakukan diet hipertensi membantu menurunkan hipertensi atau mengendalikan tekanan darah menjadi normal, namun masih banyak yang berpendapat bahwa pola diet merupakan sesuatu kegiatan yang merepotkan dan tidak menyenangkan. Sejalan dengan pendapat (Manik and Imanuel Sri Mei Wulandari 2020) dalam menerapkan diet hipertensi harus banyak mengkonsumsi makanan tinggi serat, mengurangi asupan garam, menghentikan kebiasaan merokok serta minuman beralkohol. melakukan diet hipertensi juga membantu menurunkan dan menjaga berat badan tetap stabil selain dari itu juga diet dapat memberikan dampak resiko lain seperti obesitas, tinggi akan lemak kolestrol (Tuti 2017).

Pengetahuan lansia dalam menjalankan diet hipertensi akan mempengaruhi sikap, terjadinya kekambuhan dan terjadinya hipertensi. Hal ini sejalan dengan pendapat (Prabandari, 2016). Diet hipertensi yaitu Perilaku pola hidup sehat yang dapat dipengaruhi oleh pengetahuan seseorang (Budiarto, 2017). Sehingga pengetahuan lansi dalam melakukan pola diet hipertensi akan mempengaruhi sikap, kekambuhan dan tingkat tekanan darah tinggi, jadi minimnya pengetahuan lansis akan mempengaruhi penderita hipertensi dalam mengatasi kekambuhan dan komplikasi, kurangnya pengetahuan dan kebiasaan yang masih tidak baik dapat menyebabkan hipertensi menjadi meningkat (Prabandari, 2016).

Hasil yang di dapatkan frekuensi pengetahuan lansia mengenai diet hipertensi yang didapatkan hasil dari 64 responden yang memiliki pengetahuan tentang diet hipertensi yang baik sebanyak 41 responden (64,1%), untuk responden yang memiliki pengetahuan tentang diet hipertensi yang kurang baik sebanyak 23 responden (35,1%). Maka

Sebagian besar lansia berpengetahuan baik dalam penelitian ini sejalan (Brain Guntoro, Kasih Purwati) dengan teori yang disampaikan oleh Notoatmojo (2012).

3. Hubungan pengetahuan lansia tentang hipertensi dengan diet hipertensi pada lansia

Berdasarkan tabel.11 dapat di ketahui bahwa mayoritas lansia dengan pengetahuan dan diit hipertensi baik sebanyak 5,5, cukup 0,14, kurang 0,3. Berdasarkan hasil Uji Statistik *Spearman Rank* di Peroleh Nilai p (0.000). kurang dari <0.05 sehingga dapat di simpulkan bahwa terdapat hubungan bermakna antara pengetahuan lansia dengan diit hipertensi pada lansia di padukuhan kadirojo 1 kalasan sleman yogyakarta. Nilai *koefisien korelasi* (r) 0,488 dengan arah positif artinya semakin baik tingkat pengetahuan makah semakin baik pulah diet hipertensi yang dijalankan, dari nilai koefisien korelasi 0,488 menunjukkan ada hubungan antara pengetahuan lansia dengan diet hipertensi pada lansia.

DAFTAR PUSTAKA

1. Agustina, E., & Pradana, A. A. (2022b). *Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Kepatuhan Diet Hipertensi Pada Lansia: Literature Review. Jurnal Mitra Kesehatan*, 5(1), 41–48. <https://doi.org/10.47522/jmk.v5i1.169>
2. Anshari, Zaim. 2020. “Komplikasi Hipertensi Dalam Kaitannya Dengan Pengetahuan Pasien Terhadap Hipertensi Dan Upaya Pencegahan. *“jurnal keperawatan medik* 2(2).
3. Adam, L., Poltekkes, K., & Gorontalo, K. (2019). Determinan Hipertensi Pada Lanjut Usia Determinants Of Hypertension In Elderly. *Jambura Health And Sport Journal*, 1(2).
4. Darmarani, A., Darwis, H., Mato, R., & Nani Hasanuddin Makassar, S. (N.D.). Hubungan Pengetahuan Dengan Kepatuhan Diet Hipertensi Pada Lansia Yang Menderita Hipertensi Di Desa Buntu Buda Kecamatan Mamasa. In *Jurnal Ilmiah Kesehatan Diagnosis* (Vol. 15).
5. Devi, H. M., & Putri, R. S. M. (2021). *Peningkatan Pengetahuan dan Kepatuhan Diet Hipertensi melalui Pendidikan Kesehatan di Posyandu Lansia Tlogosuryo Kota Malang. Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*, 10(2), 432. <https://doi.org/10.36565/jab.v10i2.399>
6. Dukungan, H., Terhadap, K., Diet, K., Pada, H., Hipertensi, P., Kelurahan, D., Depok, T., Kesehatan, J., Perdana, S., Amelia, R., & Kurniawati, I. (2020). Hubungan Dukungan Keluarga Terhadap Kepatuhan Diet Hipertensi Pada Penderita Hipertensi Di Kelurahan Tapos Depok Relationship Of Family Support To Hypertensity Diet Compliance In Hypertension Patients At Kelurahan Tapos Depok. *Jksp*, 3(1).
7. Firsia Sastra Putri, Desak Made. 2020. “Hubungan Tingkat Pengetahuan Lansia Tentang Hipertensi Dengan Kepatuhan Diet Hipertensi Di Panti Sosial Tresna Werdha Jara Mara Pati Buleleng.” *Jurnal medika usada* 3(2):41-47. Doi: 10.54107/medikausada.v3i2.73.
8. Fatmi. 2017. “Faktor Determinan Kepatuhan Diet Pada Pasien Hipertensi Dengan Pendekatan Health Promotion Model (HPM). *“Prosiding Seminar Nasional Pascasarjana (SPN) Unsyiah* 13:102-10.
9. Harahap, R. A., Kintoko Rochadi, R., & Sarumpaet, S. (N.D.). *Pengaruh Aktivitas Fisik Terhadap Kejadian Hipertensi Pengaruh Aktivitas Fisik Terhadap Kejadian Hipertensi Pada Laki-Laki Dewasa Awal (18-40 Tahun) Di Wilayah Puskesmas Bromo Medan Tahun 2017.*
10. Harfiantoko, M. N., Kurnia, E., Nursyamsu, M., Erlin, H., Stikes, K., & Kediri, R. B. (N.D.). *Derajat Hipertensi (Menurut Who) Mempengaruhi Kualitas Tidur Dan Stress Psikososial Derajat Hipertensi (Menurut Who) Mempengaruhi Kualitas Tidur Dan Stress Psikososial Degrees Of Hypertension (By Who) Affect The Quality Of Sleep And Psychosocial Stress.*

11. Ika Nasiti,. (2018). Untuk Memenuhi Sala Satu Persyaratan Dalam Mencapai Gelar Sarjana Keperawatan, D. (N.D.) *Oleh Fara Ika Nasiti Nim: 201402018 Program Studi Keperawatan Stikes Bhakti Husada Mulia Madiun*
12. Lumintang, Y. F., Natalia, A., Mariana, D., Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran, P., & Sam Ratulangi, U. (2023a). Gambaran Aspek Psikologis Pada Pasien Hipertensi Di Puskesmas Ranomuut Kota Manado. In *MNSJ* (Vol. 1, Issue 1).
13. Mahmudah, S., Maryusman, T., Arini, F. A., & Malkan, I. (2015). *Hubungan Gaya Hidup Dan Pola Makan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia Di Kelurahan Sawangan Baru Kota Depok Tahun 2015* (Vol. 7, Issue 2).
14. Nul Hakim, L., & Penelitian Badan Keahlian Dpr Jl Gatot Subroto, P. R. (N.D.). *Lukman Nul Hakim*. Revisi Undang-Undang Tentang Kesejahteraan Lanjut, U., Revisi Undang-Undang Tentang Kesejahteraan Lanjut Usia
15. Oktaria, M., Hardono, H., Wijayanto, W. P., & Amiruddin, I. (2023). Hubungan Pengetahuan dengan Sikap Diet Hipertensi pada Lansia. *Jurnal Ilmu Medis Indonesia*, 2(2), 69–75. <https://doi.org/10.35912/jimi.v2i2.151>
16. Pratiwi, H. I., Apriliyani, I., Yudono, D. T., Studi, P., Keperawatan, S., & Kesehatan, I. (N.D.). *Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Diit Hipertensi Pada Lansia Hipertensi Dengan Tekanan Darah Di Wilayah Puskemas 1 Sumpiuh*.
17. Penelitian, A., Suaib, M., & Kurnia Jaya Persada Palopo, Stik. (N.D.). *Jurnal Fenomena Kesehatan Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia Relationship Of Knowledge Levels With The Case Of Hypertension In Elderly*.
18. Purwono, J., Sari, R., Ratnasari, A., Budianto, A., Dharma Wacana Metro, A. K., Muhammdiyah, U., & Lampung, P. (2020). Pola Konsumsi Garam Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia Salt Consumption Pattern With Hypertension In Elderly. *Jurnal Wacana Kesehatan*, 5(1).
19. Rahmah, Siti. 2019. “Hubungan Pengetahuan, Sikap Dan Dukungan Keluarga Dengan Keaktifan Kontrol Penderita Hipertensi Di Puskesmas Durian Gantang Kabupaten Hulu Sungai Tengah.” *Puskesmas Durian Gantang*.
20. Agustina, E., & Pradana, A. A. (2022b). *Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Kepatuhan Diet Hipertensi Pada Lansia: Literature Review*. *Jurnal Mitra Kesehatan*, 5(1), 41–48. <https://doi.org/10.47522/jmk.v5i1.169>
21. Anshari, Zaim. 2020. “Komplikasi Hipertensi Dalam Kaitannya Dengan Pengetahuan Pasien Terhadap Hipertensi Dan Upaya Pencegahan.” *jurnal keperawatan medik* 2(2).
22. Adam, L., Poltekkes, K., & Gorontalo, K. (2019). Determinan Hipertensi Pada Lanjut Usia Determinants Of Hypertension In Elderly. *Jambura Health And Sport Journal*, 1(2).
23. Darmarani, A., Darwis, H., Mato, R., & Nani Hasanuddin Makassar, S. (N.D.). Hubungan Pengetahuan Dengan Kepatuhan Diet Hipertensi Pada Lansia Yang Menderita Hipertensi Di Desa Buntu Buda Kecamatan Mamasa. In *Jurnal Ilmiah Kesehatan Diagnosis* (Vol. 15).
24. Devi, H. M., & Putri, R. S. M. (2021). *Peningkatan Pengetahuan dan Kepatuhan Diet Hipertensi melalui Pendidikan Kesehatan di Posyandu Lansia Tlogosuryo*

Kota Malang. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*, 10(2), 432.
<https://doi.org/10.36565/jab.v10i2.399>

25. Dukungan, H., Terhadap, K., Diet, K., Pada, H., Hipertensi, P., Kelurahan, D., Depok, T., Kesehatan, J., Perdana, S., Amelia, R., & Kurniawati, I. (2020). Hubungan Dukungan Keluarga Terhadap Kepatuhan Diet Hipertensi Pada Penderita Hipertensi Di Kelurahan Tapos Depok Relationship Of Family Support To Hypertensity Diet Compliance In Hypertension Patients At Kelurahan Tapos Depok. *Jksp*, 3(1).
26. Firsia Sastra Putri, Desak Made. 2020. "Hubungan Tingkat Pengetahuan Lansia Tentang Hipertensi Dengan Kepatuhan Diet Hipertensi Di Panti Sosial Tresna Werdha Jara Mara Pati Buleleng." *Jurnal medika usada* 3(2):41-47. Doi: 10.54107/medikausada.v3i2.73.
27. Fatmi. 2017. "Faktor Determinan Kepatuhan Diet Pada Pasien Hipertensi Dengan Pendekatan Health Promotion Model (HPM). "Prosiding Seminar Nasional Pascasarjana (SPN) Unsyiah 13:102-10.
28. Harahap, R. A., Kintoko Rochadi, R., & Sarumpaet, S. (N.D.). *Pengaruh Aktivitas Fisik Terhadap Kejadian Hipertensi Pengaruh Aktivitas Fisik Terhadap Kejadian Hipertensi Pada Laki-Laki Dewasa Awal (18-40 Tahun) Di Wilayah Puskesmas Bromo Medan Tahun 2017*.
29. Harfiantoko, M. N., Kurnia, E., Nursyamsu, M., Erlin, H., Stikes, K., & Kediri, R. B. (N.D.). *Derajat Hipertensi (Menurut Who) Mempengaruhi Kualitas Tidur Dan Stress Psikososial Derajat Hipertensi (Menurut Who) Mempengaruhi Kualitas Tidur Dan Stress Psikososial Degrees Of Hypertension (By Who) Affect The Quality Of Sleep And Psychosocial Stress*.
30. Ika Nasiti,. (2018). Untuk Memenuhi Sala Satu Persyaratan Dalam Mencapai Gelar Sarjana Keperawatan, D. (N.D.) *Oleh Fara Ika Nasiti Nim: 201402018 Program Studi Keperawatan Stikes Bhakti Husada Mulia Madiun*
31. Lumintang, Y. F., Natalia, A., Mariana, D., Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran, P., & Sam Ratulangi, U. (2023a). Gambaran Aspek Psikologis Pada Pasien Hipertensi Di Puskesmas Ranomuut Kota Manado. In *MNSJ* (Vol. 1, Issue 1).
32. Mahmudah, S., Maryusman, T., Arini, F. A., & Malkan, I. (2015). *Hubungan Gaya Hidup Dan Pola Makan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia Di Kelurahan Sawangan Baru Kota Depok Tahun 2015* (Vol. 7, Issue 2).
33. Nul Hakim, L., & Penelitian Badan Keahlian Dpr Jl Gatot Subroto, P. R. (N.D.). *Lukman Nul Hakim*. Revisi Undang-Undang Tentang Kesejahteraan Lanjut, U., Revisi Undang-Undang Tentang Kesejahteraan Lanjut Usia
34. Oktaria, M., Hardono, H., Wijayanto, W. P., & Amiruddin, I. (2023). Hubungan Pengetahuan dengan Sikap Diet Hipertensi pada Lansia. *Jurnal Ilmu Medis Indonesia*, 2(2), 69–75. <https://doi.org/10.35912/jimi.v2i2.151>
35. Pratiwi, H. I., Apriliyani, I., Yudono, D. T., Studi, P., Keperawatan, S., & Kesehatan, I. (N.D.). *Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Diit Hipertensi Pada Lansia Hipertensi Dengan Tekanan Darah Di Wilayah Puskemas 1 Sumpiuh*.
36. Penelitian, A., Suaib, M., & Kurnia Jaya Persada Palopo, Stik. (N.D.). *Jurnal Fenomena Kesehatan Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Kejadian*

Hipertensi Pada Lansia Relationship Of Knowledge Levels With The Case Of Hypertension In Elderly.

37. Purwono, J., Sari, R., Ratnasari, A., Budianto, A., Dharma Wacana Metro, A. K., Muhammdiyah, U., & Lampung, P. (2020). Pola Konsumsi Garam Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia Salt Consumption Pattern With Hypertension In Elderly. *Jurnal Wacana Kesehatan*, 5(1).
38. Rahmah, Siti. 2019. "Hubungan Pengetahuan, Sikap Dan Dukungan Keluarga Dengan Keaktifan Kontrol Penderita Hipertensi Di Puskesmas Durian Gantang Kabupaten Hulu Sungai Tengah." *Puskesmas Durian Gantang*.
39. Ramadhian, m. Ricky, and noviyanti choirunnisa hasibuan. 2016. "efektivitas kandungan kalium dan likopen yang terdapat dalam tomat (solanum lycopersicum) terhadap penurunan tekanan darah tinggi effectivity of potassium and lycopene in tomato (solanum lycopersicum) to the decrease of high blood pressure." *Majority* 5(3):124–28. *Tekanan Darah Tinggi (Hipertensi)*. (N.D.).
40. Syavardie, Y., Tetap, D., & Salim, S. H. A. (N.D.). *Pengaruh Stres Terhadap Kejadian Hipertensi Di Puskesmas Matur, Kabupaten Agam*.
41. Tuty Kuswardhani, R., Pustaka Penatalaksanaan Hipertensi Pada Lanjut, T. U., Tuty Kuswardhani Divisi Geriatri Bagian Penyakit Dalam Fk Unud, A. R., & Sanglah Denpasar, R. (N.D.). *Penatalaksanaan Hipertensi Pada Lanjut Usia*.
42. Wahana, Paulus. 2016. "Filsafat Ilmu Pengetahuan." *Pustaka diamond* 211(9):1689-99
43. Zaenurrohmah, D. H., & Rachmayanti, R. D. (2017). *Relationship Between Knowledge and Hypertension History with Blood Pressure Control in Elderly*. <https://doi.org/10.20473/jbe.v5i2.2017.174-184>