



LENTORA NURSING JOURNAL

e-ISSN: 2776-1622 dan p-ISSN: 2776-1371

Volume 4 Nomor 1, Oktober 2023, Halaman 20-26

DOI : 10.33860/lnj.v4i1.3475

Website: <https://jurnal.poltekkespalu.ac.id/index.php/LNJ>

Hubungan Pengetahuan dengan Perilaku Diet Hipertensi

Relationship between Knowledge and Hypertension Diet Behavior

Fitriani^{1*}, Titi Iswanti Afelya², Syahrani Hikmatullah Syam³, Dg.Mangemba⁴

¹ Program Studi Profesi Ners, Universitas Cenderawasih

^{2,3} Program Studi Ilmu Keperawatan, Universitas Cenderawasih

⁴ Politeknik Kesehatan Kemenkes Palu

*Email korespondensi: fitriany2512@gmail.com



ARTICLE INFO

Article History:

Received : 15
September 2023
Accepted : 22 Oktober
2023
Published : 31
Oktober 2023

Kata Kunci:

Pengetahuan;
Perilaku;
Diet Hipertensi;

Keywords:

Knowledge;
Behavior;
Hypertension Diet;

ABSTRAK

Latar Belakang: Perilaku merupakan komponen penting keberhasilan individu dalam meningkatkan status kesehatannya. Perilaku diet bagi pasien hipertensi merupakan salah satu upaya yang dianjurkan petugas kesehatan untuk menstabilkan tekanan darah. Pengetahuan sangat berpengaruh pada pasien hipertensi dalam menjalankan kepatuhan diet. **Tujuan:** Untuk mengetahui hubungan pengetahuan dengan perilaku diet hipertensi. **Metode:** Jenis penelitian deskriptif, metode korelasi dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi penelitian adalah pasien hipertensi dengan jumlah sampel 57 yang dipilih dengan teknik *purposive sampling*. Pengumpulan data dengan menggunakan kuisioner. **Hasil:** Hasil penelitian menunjukkan ada hubungan pengetahuan dengan perilaku diet hipertensi dengan nilai *p-value* 0,006. **Kesimpulan:** Terdapat hubungan pengetahuan dengan perilaku diet hipertensi. Saran penelitian yaitu agar dilakukan penelitian selanjutnya dapat membahas lebih dalam tentang perilaku diet hipertensi dengan observasi.

ABSTRACT

Introduction: Behavior is an important component of individual success in improving their health status. Dietary behavior for hypertensive patients is one of the efforts recommended by health workers to stabilize blood pressure. Knowledge is very influential on hypertensive patients in carrying out dietary compliance. **Objective:** To determine the relationship between knowledge and hypertension diet behavior. **Methods:** Descriptive research type, correlation method with cross sectional approach. The study population was hypertensive patients with a total sample of 83 selected by purposive sampling technique. Data collection using a questionnaire. **Results:** The results showed that there was a relationship between knowledge and hypertension diet behavior with a *p-value* of 0.006. **Conclusion:** There is a relationship between knowledge and hypertension diet behavior. The research suggestion is that further research be carried out to discuss hypertensive diet behavior in more depth with observation.



© 2023 by the authors. Submitted for possible open access publication under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution (CC BY SA) license (<https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>).

PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan penyakit kronik yang tidak menunjukkan gejala, kondisi ini menyebabkan penderita tidak waspada bahkan tidak menyadari ancaman komplikasi hipertensi yang dapat mengakibatkan kematian (Mulyati et al., 2013). Penyakit hipertensi menunjukkan keadaan tekanan darah sistolik di atas 140 mmHg dan tekanan darah diastolik diatas 90 mmHg. Penyakit ini pun dapat muncul sebagai akibat dari pengobatan gagal ginjal dan pengobatan peyakit jantung bawaan dimana kondisi ini disebut dengan hipertensi sekunder (Fernalia et al., 2019). Data WHO periode (2015-2020) menunjukkan sekitar 1,13 Miliar orang di dunia menyandang hipertensi, artinya 1 dari 3 orang di dunia terdiagnosis hipertensi. Jumlah penyandang hipertensi terus meningkat setiap tahunnya, 9,4 juta orang meninggal akibat hipertensi dan komplikasinya (Kementrian Kesehatan, 2018).

Berdasarkan data dari Departemen Kesehatan tahun 2017, terdapat sekitar 31,7% prevalensi penderita hipertensi yang mana hanya 7,2% yang memiliki pemahaman tentang hipertensi. Data dari {Formatting Citation}, memperlihatkan bahwa prevalensi hipertensi mengalami kenaikan dari 25,8% menjadi 34,1% dengan estimasi jumlah kasus hipertensi di Indonesia adalah sebesar 63.309.620 orang, dengan kematian akibat hipertensi sebesar 427.218. Jumlah penderita hipertensi di Propinsi Papua meningkat dari tahun 2013 sebesar 16.8% dan tahun 2018 sebesar 22,2 %.

Dalam penatalaksanaan pasien hipertensi dengan melakukan adaptasi positif dengan penyakitnya sehingga pasien akan mampu untuk meningkatkan kemampuannya dalam melakukan perawatan pada dirinya (Sakina et al., 2020). Penatalaksanaan pada pasien hipertensi terbagi menjadi 2 yaitu dengan farmakologi dan non farmakologi. Penatalaksanaan secara farmakologi yaitu dengan pemberian obat anti hipertensi. Penatalaksanaan farmakologi sangat ditunjang oleh penatalaksanaan non farmakologi. Penatalaksanaan ini meliputi berhenti mengkonsumsi alkohol dan merokok, berolahraga secara teratur, menerapkan pola makan yang sehat, beristirahat yang cukup dan menghindari stress, serta mengonsumsi makanan yang mengandung kalium yang merupakan diet hipertensi (Asyrofi et al., 2017). Perilaku Diet hipertensi merupakan salah satu usaha untuk mencegah dampak atau komplikasi hipertensi. Menurut Setianingsih (2017) faktor yang mempengaruhi perilaku diet hipertensi pasien yakni kepatuhan melaksanakan program diet terkait pemahaman tentang instruksi, tingkat pendidikan dan pengobatan, kesakitan dalam pengobatan, keyakinan, sikap dan kepribadian pasien serta dukungan keluar. Menurut Green (1980) perilaku seseorang dipengaruhi oleh pengetahuan sebagai faktor predisposisi (Amelia, 2020).

Pengetahuan merupakan salah satu faktor yang menyebabkan terbentuknya suatu perilaku. Pengetahuan seseorang mempengaruhi tindakan yang akan dilakukan terkait dengan diet hipertensi (Widyawati et al., 2018). Pengetahuan yang harus dimiliki oleh pasien hipertensi yaitu arti dari penyakit hipertensi, penyebab hipertensi, gejala yang muncul pada pasien hipertensi dan pentingnya melakukan pencegahan dengan diet serta bahaya dari komplikasi akibat dari hipertensi. Dengan demikian pengetahuan yang baik merupakan faktor yang sangat berpengaruh bagi penderita hipertensi dalam menjalankan kepatuhan diet. Adapun jika terjadi ketidakpatuhan dalam diet dan terapi obat, maka banyak sekali dampak dari hipertensi tersebut diantaranya dapat menyebabkan kerusakan organ tubuh seperti penyakit jantung, stroke, gagal ginjal, retinopati, penyakit pembuluh darah tepi, gangguan syaraf. Terkait

dengan hal ini, maka tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan pengetahuan dengan perilaku diet hipertensi.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan adalah deskriptif, menggunakan metode korelasi dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah penderita hipertensi dengan jumlah sampel sebanyak 57 orang yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling* dengan kriteria inklusi mampu berkomunikasi dengan baik, dalam kondisi sadar, dan pasien hipertensi tanpa penyakit komplikasi. Penelitian ini dilaksanakan di Rumah Sakit Umum Daerah Kota Jayapura selama 3 bulan yaitu April sampai Juni 2023. Instrumen penelitian yang digunakan adalah kuisisioner, dimana kuisisioner untuk mengukur pengetahuan diadopsi dari (Wati, 2018) telah dilakukan uji validitas dengan nilai α 0,928, dan kuisisioner untuk mengukur perilaku diet diadopsi dari (Nuridayanti, 2016) dan telah dilakukan uji validitas dan reliabilitas dengan nilai α 0,956. Penelitian ini telah melalui uji etik oleh Komisi Etik Penelitian Kesehatan (KEPK) Poltekkes Kemenkes Jayapura dengan nomon 088/KEPK-J/V/2023. Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat. Uji *Chi Square* digunakan untuk mengetahui hubungan pengetahuan dan perilaku diet hipertensi.

HASIL PENELITIAN

Hasil analisis univariat terkait karakteristik responden, gambaran pengetahuan dan perilaku diet hipertensi. Sedangkan analisis bivariat terkait hubungan pengetahuan dan diet hipertensi.

Tabel 1. Karakteristik Responden

Karakteristik	Frekuensi	Presentase
Usia		
Remaja Akhir 17-25 tahun	2	3,5
Dewasa Awal 26 – 35 tahun	4	7,0
Dewasa Akhir 36 – 45 tahun	16	28,1
Lansia Awal 46 – 55 tahun	16	28,1
Lansia Akhir 56 -65 tahun	9	15,8
Manula > 65 tahun	10	17,5
Jenis Kelamin		
Laki-Laki	26	45,6
Perempuan	31	54,4
Pendidikan		
Tidak Sekolah	1	1,8
SD	2	3,5
SMP/SLTP	10	17,5
SMA/SLTA	25	43,9
Akademi/Perguruan Tinggi	19	33,3
Pekerjaan		
Tidak Bekerja	18	31,6
Petani	3	5,3
Wiraswasta	15	26,3
PNS	11	19,3
Lain-Lain	3	5,3
Pensiun	7	12,3
Pendapatan		

<3.864.000	35	61,4
≥3.864.000	22	38,6

Berdasarkan tabel.1 didapatkan bahwa lebih dari setengah responden dari usia dewasa akhir 36-45 tahun sebanyak 16 (28,1%) dan lansia awal 46-55 tahun sebanyak 16 orang (28,1%). Setengah responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 31 orang (54,4%). Hampir Setengah responden berpendidikan SMA sebanyak 25 Orang (43,9%), hampir setengah responden tidak bekerja sebanyak 18 orang (31,6%), lebih dari setengah responden memiliki pendapatan <3.864.000 sebanyak 35 orang (61,4%).

Tabel 2 . Pengetahuan Diet Hipertensi

Pengetahuan	Frekuensi	Presentase
Baik	54	94,7
Kurang	3	5,3

Berdasarkan hasil dari tabel.2 dari 57 responden didapatkan sebagian besar responden memiliki pengetahuan baik sebanyak 54 orang (94,7%).

Tabel 3. Perilaku Diet Hipertensi

Perilaku Diet	Frekuensi	Presentase
Baik	54	94,7
Buruk	3	5,3

Berdasarkan hasil dari tabel.3 dari 57 responden didapatkan sebagian besar responden memiliki perilaku diet baik sebanyak 54 orang (94,7%).

Tabel 4. Hubungan Pengetahuan Dengan Perilaku diet Hipertensi

Pengetahuan	Perilaku		Total	p-value
	Baik	Buruk		
Baik	53	1	54	0,006
Kurang	1	2	3	
Total	54	3	57	

Berdasarkan tabel 4 dari 57 responden diperoleh sebagian besar responden memiliki pengetahuan baik sebanyak 54 orang (94,7%) dengan perilaku baik sebanyak 54 orang (94,7%) di Klinik penyakit dalam, ruang penyakit dalam pria dan penyakit dalam wanita RSUD Jayapura. Hasil uji statistik *Chi Square* dengan nilai $p=0,006$ yang berarti nilai *p-value* lebih kecil dari nilai $\alpha 0,05$ ($0,006 < 0,05$), sehingga H_0 diterima yang artinya ada hubungan antara pengetahuan terhadap perilaku diet hipertensi.

PEMBAHASAN

Pengetahuan Pasien Tentang Diet Hipertensi

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh bahwa mayoritas responden memiliki pengetahuan yang baik tentang diet hipertensi. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian (Heriyandi et al., 2018) bahwa sebagian besar respon memiliki pengetahuan yang baik, demikian pula pada penelitian (Martini et al., 2019; Sukmawati, Nurarifah &

[Galenzo, 2023](#)) bahwa mayoritas pengetahuan responden dalam kategori baik.

Pengetahuan akan mempengaruhi penderita hipertensi dalam mengatasi penyakit yang dialami serta dalam melakukan pencegahan komplikasi. Pengetahuan yang baik pada seseorang terhadap sesuatu yang baru dalam hidupnya akan melahirkan sikap yang positif yang akan menghasilkan tindakan baru yang lebih baik. Dengan informasi yang benar, maka penderita hipertensi akan memiliki bekal pengetahuan yang cukup agar dapat melaksanakan pola hidup sehat yang dapat menurunkan risiko terjadinya komplikasi ([Oktaria et al., 2023](#)).

Dari hasil penelitian ini sebagian besar responden telah mengetahui makanan apa saja yang dianjurkan bagi penderita hipertensi seperti makanan yang mengandung magnesium, protein, dan tinggi serat. Sedangkan makanan yang harus dihindari seperti lakohol, daging merah dan makanan yang asin. Dari penelitian ini dapat diketahui bahwa dengan pengetahuan yang dimiliki maka penderita hipertensi akan dapat melaksanakan pola hidup sehat.

Perilaku Diet Hipertensi

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa responden memiliki perilaku diet yang baik. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian oleh ([Heriyandi et al., 2018](#)) bahwa sebagian besar responden memiliki perilaku diet hipertensi yang baik, demikian pula ([Shalahuddin et al., 2022](#)) seluruh responden patuh terhadap diet hipertensi. Diet merupakan salah satu cara untuk menurunkan hipertensi. Kepatuhan diet merupakan hal perlu untuk menjadi perhatian, dimana penderita hipertensi harus patuh untuk menjalankan diet agar tekanan darah tetap stabil sehingga dapat mencegah terjadinya komplikasi ([Oktaria et al., 2023](#)). Dari beberapa penelitian menunjukkan bahwa penurunan tekanan darah yang berkelanjutan dapat dicapai dengan modifikasi gaya hidup ([Ridwan et al., 2021](#)). Dari hasil penelitian ini diperoleh bahwa diet hipertensi yang baik akan berpengaruh pada kejadian hipertensi.

Hubungan Pengetahuan Terhadap Perilaku Diet Hipertensi

Hasil penelitian menunjukkan ada hubungan pengetahuan dengan perilaku diet hipertensi. Hasil penelitian sejalan dengan ([Harmili et al., 2021](#)) bahwa ada hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan dengan perilaku diet hipertensi. Pada penelitian ([Martini et al., 2019](#)) menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan dengan kepatuhan diet hipertensi terdapat hubungan yang signifikan, demikian pula hasil penelitian dari ([Purnomo, 2015](#)). Selain itu pengetahuan dengan kepatuhan diet hipertensi pada lansia juga memiliki hubungan yang signifikan ([Darmarani et al., 2020](#)). Lebih lanjut menurut Menurut [Sukmawati, Nurarifah & Galenzo \(2023\)](#) edukasi dapat meningkatkan pengetahuan lansia terkait hipertensi secara umum dan terbukti secara signifikan dapat menurunkan tekanan darah sistolik dan diastolik pasien hipertensi ([Damayanti et al., 2022](#)).

Pengetahuan sangat erat kaitannya dengan perilaku sehari-hari ([Ottu et al., 2021](#)). Pengetahuan merupakan salah satu faktor penting yang diperlukan untuk mengontrol hipertensi ([Putri & Supartayana, 2020](#)) Hal ini menunjukkan bahwa perilaku seseorang dipengaruhi oleh pengetahuan. Semakin tinggi pengetahuan, maka perilaku diet hipertensi seseorang akan semakin baik. Dengan demikian, perilaku yang berdasar pada pengetahuan akan lebih lama dibandingkan tidak didasari oleh pengetahuan ([Martini et al., 2019](#))

Menurut peneliti seseorang yang memiliki pengetahuan yang baik akan cenderung untuk memiliki pola hidup yang baik pula, termasuk perilaku diet hipertensi. Dengan pengetahuan yang dimiliki maka seseorang akan cenderung untuk berhati-hati dalam

memilih asupan makanan yang dapat memicu peningkatan tekanan darahnya. Demikian pula sebaliknya, dengan pengetahuan yang kurang, maka seseorang akan lebih cenderung untuk tidak memperhatikan asupan makanan yang dapat memicu kekambuhan hipertensinya.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan dari penelitian ini yaitu ada hubungan antara pengetahuan dengan perilaku diet hipertensi. Pada penelitian selanjutnya diharapkan dapat menggali lebih dalam terkait perilaku diet hipertensi dengan metode observasi.

UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti ucapkan terima kasih kepada seluruh responden yang serta pihak Rumah Sakit Umum Daerah Kota Jayapura yang telah membantu dalam proses penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Amelia, R. (2020). Hubungan Dukungan Keluarga Terhadap Kepatuhan Diet Hipertensi Pada Penderita Hipertensi Di Kelurahan Tapos Depok. *Jurnal Kesehatan Saemakers Perdana*, 3(1), 77–90. <http://ojs.ukmc.ac.id/index.php/JOH>
- Asyrofi, A., Setianingsih, & Munthoha, A. (2017). Perbedaan Penataaksanaan Diet Hipertensi Pada Berbagai Tingkat Pengetahuan Dan Dukungan Keluarga. *Community of Publishing in Nursing*, 5(3), 169–176. <https://ojs.unud.ac.id/index.php/coping/article/view/51591>
- Damayanti, R., Sabar, S. ., Lestari, A., Nurarifah, N., & sukrawati, S. (2022). Pengaruh Pemberian Edukasi Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi. *Lentora Nursing Journal*, 2(2). <https://doi.org/10.33860/lnj.v2i2.1337>
- Darmarani, A., Darwis, H., & Mato, R. (2020). Hubungan Pengetahuan Dengan Kepatuhan Diet Hipertensi Pada Lansia Yang Menderita Hipertensi Di Desa Buntu Buda Kecamatan Mamasa. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Diagnosis*, 15(4), 366–370. <http://www.libnh.stikesnh.ac.id/index.php/jikd/article/view/390/381>
- Fernalia, Busjrat, & Jumaiyah, W. (2019). Efektifitas Metode Edukasi Audiofisual Terhadap Self Management Pada Pasien Hipertensi. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 3, 221–233.
- Harmili, Margo, N., Kesuma, E. G., & Utami, S. (2021). Analisis Tingkat Pengetahuan Lansia Dengan Perilaku Diet Hipertensi Pada Lansia. *Jurnal Of Ners Community*, 12(2), 151–156. <https://doi.org/10.55129/jnerscommunity.v12i2.1410>
- Heriyandi, Hasballah, K., & Tahlil, T. (2018). Pengetahuan , Sikap , Dan Perilaku Diet Hipertensi Lansia Di Aceh Selatan. *Jurnal Ilmu Keperawatan*, 6. <https://jurnal.usk.ac.id/JIK/article/view/13040/12199>
- Kementrian Kesehatan. (2018). *Hasil Utama Riskesdas 2018*.
- 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>
- Mulyati, L., Yetti, K., Sukmarini, L., Tinggi, S., Kesehatan, I., Keperawatan, F. I., & Indonesia, U. (2013). *Analisis Faktor yang Memengaruhi Self Management Behaviour pada Pasien Hipertensi Analysis of Factors Effecting Self-Management Behaviour among Patients with Hypertension*. 1. <https://doi.org/10.24198/jkp.v1i2.59>

- Sukmawati, S., Nurarifah, N., & Nitro, G. (2023). Edukasi tentang Hipertensi bagi Kader dan Lansia Hipertensi di Posbindu Penyakit Tidak Menular: Education about Hypertension for Cadres and Hypertension Elderly at Posbindu Non-Communicable Diseases. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Lentora*, 3(1). <https://doi.org/10.33860/jpml.v3i1.3318>
- Nuridayanti, A. (2016). Pengaruh Edukasi Diet Dan Terapi Obat Terhadap Pengetahuan, Perilaku Dan Kepatuhan Minum Obat Penderita Hipertensi Di Pos Pembinaan Terpadu Kelurahan Mojokerto Kota Kediri Jawa Timur. *Universitas Muhammadiyah Yogyakarta*. <http://repository.umsida.ac.id/handle/123456789/7502>
- 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.v2i2.1512>
- Ottu, T. S. K., Monika, R., & Priyantari, W. (2021). Hypertension Knowledge and Diet Adherence Among Older Adults With Hypertension. *Jurnal Kesehatan*, 12(1), 378–383. <http://ejournal.stikesprimanusantara.ac.id/index.php/JKPN/article/view/605/pdf>
- Purnomo, E. D. (2015). Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Dengan Kepatuhan Diet Pada Penderita Hipertensi Di Puskesmas Siantan Hilir Pontianak. *Journal ProNers*, 3(1), 49–58. <https://dx.doi.org/10.26418/jpn.v3i1.22120>
- Putri, D. M. F. S., & Supartayana, K. D. (2020). DENGAN KEPATUHAN DIET HIPERTENSI DI PANTI SOSIAL TRESNA. *Jurnal Medika Usada*, 3(2013), 41–47. <https://doi.org/10.54107/medikausada.v3i2.73>
- Ridwan, A., Boonyasopun, U., Jittanoon, P., & R, F. D. (2021). Pengaruh Program Manajemen Diri Berbasis Kelompok Terhadap Perilaku Diet Hipertensi Di Aceh. *Cakradonya Dental Journal*, 13(2), 88–96. <https://doi.org/10.24815/cdj.v13i2.23528>
- Sakina, S., Ratu, J. M., & Weraman, P. (2020). Hubungan antara Karakteristik Demografi dan Pengetahuan dengan Self Management Hipertensi Pada Masyarakat Suku Timor: Penelitian Cross Sectional. *Jurnal Penelitian Kesehatan Suara Forikes*, 11(2), 245–252. <http://dx.doi.org/10.33846/sf11305>
- Shalahuddin, I., Rosidin, U., & Sumarna, U. (2022). Hubungan Pengetahuan, Sikap Dengan Perilaku Pengaturan Diet Hipertensi Di Puskesmas Guntur Garut. *Jurnal Kesehatan*, 9(3), 192–202. <https://doi.org/10.25047/jkes.v9i3.287>
- Wati, P. (2018). Hubungan Tingkat Pengetahuan dengan Perilaku Diet pada Pasien Hipertensi Primer di Wilayah Kerja Puskesmas Jenggawah Kabupaten Jember. *Fakultas Keperawatan Universitas Jember*, 1–134. <http://repository.unej.ac.id/handle/123456789/88301>
- Widyawati, Febrianti, N., Rabiah, R., & Ponulele, H. (2018). Pengaruh Pengetahuan, Sikap Dan Dukungan Keluarga Terhadap Diet Hipertensi Di Desa Hulu Kecamatan Pancur Batu Tahun 2016. *Jurnal Kesehatan*, 11(2622–7363). <https://doi.org/10.2452/jkesehatan.v11i1.5107>