

Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Perilaku Lanjut Usia Dalam Menjalani Diet Hipertensi

The Relationship between Level of Knowledge and Behavior of the Elderly in Undergoing Diet Hypertension

Sitti Maisarah¹;Ibrahim²;Rahmawati²

¹Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Keperawatan Universitas Syiah Kuala Banda Aceh

²Bagian Keilmuan Keperawatan Gerontik Fakultas Keperawatan Universitas Syiah Kuala Banda Aceh
Email:sittimaisarah1@gmail.com;ibrahim@unsyiah.ac.id;rahma_wati@unsyiah.ac.id

ABSTRAK

Masa lanjut usia (lansia) merupakan tahap paling akhir dari kehidupan seseorang. Sejalan dengan bertambahnya usia, lansia rentan mengalami berbagai masalah kesehatan, diantaranya adalah terkenanya Hipertensi. Salah satu yang menjadi penyebab peningkatan hipertensi adalah kurangnya tingkat pengetahuan yang dapat berdampak pada perilaku yang tidak sehat. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan tingkat pengetahuan dengan perilaku lanjut usia dalam menjalani diet hipertensi di wilayah kerja puskesmas baiturrahman. Jenis penelitian ini adalah kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional study*. Sampel pada penelitian ini adalah lansia yang berada di wilayah kerja Puskesmas Baiturrahman yang berjumlah 333 orang. Pengambilan data dilakukan dengan metode *Non probability sampling* jenis *purposive sampling*. Teknik pengumpulan data menggunakan kuesioner Pengetahuan dan Perilaku diet hipertensi. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa dari 333 responden dengan pengetahuan tinggi memiliki perilaku diet hipertensi baik yaitu sebanyak 131 (72.4 %) orang. Berdasarkan uji statistik dengan nilai *pearson chi-square* pada $\alpha = 0,05$ didapatkan nilai *p-value* $0,000 < 0,05$ yang menunjukkan bahwa ada hubungan antara tingkat pengetahuan dengan perilaku lanjut usia dalam menjalani diet hipertensi di wilayah kerja puskesmas baiturrahman. Diharapkan kepada pihak terkait khususnya Puskesmas Baiturrahman untuk mengadakan senam bersama dan memberikan penyuluhan tentang pentingnya pencegahan hipertensi kepada kelompok masyarakat yang hipertensi dan beresiko hipertensi.

Kata Kunci :Diet Hipertensi, Lansia, Pengetahuan, Perilaku

ABSTRACT

Old age (elderly) is the last stage of a person's life. In line with increasing age, the elderly are susceptible to various health problems, including hypertension. The one who became the cause of the increase in hypertension is a lack of knowledge that can have an impact on unhealthy behavior. This type of research is quantitative with a cross-sectional study approach. The sample in this study was the elderly who were in the working area in Public Health Center Baiturrahman, totaling 333 people. The data was collected using a non-probability sampling method with a purposive sampling type. The data collection technique used a Knowledge and Behavioral Hypertension Diet questionnaire. %) person. Based on the statistical test with the Pearson chi-square value at = 0.05, the p-value of 0.000 <0.05 was obtained. It indicates a relationship between the level of knowledge and the behavior of the elderly in undergoing a hypertension diet in the work area of the Baiturrahman Public Health Center. It is hoped that related parties, especially the Baiturrahman Public Health Center, will hold joint exercises and provide counseling about the importance of preventing hypertension to groups of people who have hypertension and are at risk of hypertension.

Keywords: Hypertension Diet, Elderly, Knowledge, Behavior

PENDAHULUAN

Masa lanjut usia (lansia) merupakan tahap paling akhir dari kehidupan seseorang (Naftali, Ranimpi, & Anwar, 2017). Sejalan dengan bertambahnya usia, lansia rentan mengalami berbagai masalah kesehatan. Salah satu fungsi tubuh yang mengalami penurunan adalah fungsi fisiologis, sehingga memicu terjadinya penyakit degeneratif. Salah satu penyakit degeneratif yang biasanya dialami lansia adalah hipertensi (Sari, Margiyati, & Rahmanti, 2020). Hipertensi merupakan penyakit yang ditandai dengan meningkatnya tekanan darah sistolik melebihi 140 mmHg dan nilai tekanan darah diastolik melebihi 90 mmHg pada saat dua kali pengukuran dengan selang waktu 5 menit (Kartika dan Dewi, 2018).

Hipertensi kini menjadi salah satu penyebab terjadinya morbiditas dan mortalitas di seluruh dunia. Hipertensi kini mempengaruhi sekitar 40 % orang dewasa lebih tua. Saat ini penyakit tidak menular termasuk 43% beban dari semua penyakit (Mohebi, Parham, Sharifirad, & Gharlipour, 2018). Menurut World Health Organization (WHO, 2021) menyatakan bahwa hipertensi merupakan kondisi medis serius yang dapat menyebabkan terjadinya risiko penyakit jantung, otak, ginjal dan penyakit lainnya. Diperkirakan 1,28 miliar dewasa berusia 30-79 tahun di seluruh dunia mengalami hipertensi, sebagian besar yang mengalami hipertensi adalah mereka yang tinggal di negara-negara berpenghasilan rendah atau menengah. Sekitar 46% penderita hipertensi tidak menyadari bahwa mereka menderita hipertensi.

(Kemenkes RI, 2018), menyebutkan sebanyak 63.308.620 penduduk di Indonesia menderita hipertensi. Pada tahun 2013 prevalensi hipertensi di Indonesia yakni (8,3%) dan mengalami peningkatan yang cukup signifikan pada tahun 2018 menjadi (25,8%) Berdasarkan data dari Profil Kesehatan Aceh (2020), hipertensi di Aceh mengalami peningkatan yaitu menjadi 1.222.285 dibandingkan tahun sebelumnya yaitu 1.113.987. Dinas kesehatan (2020), menyebutkan jumlah estimasi penderita hipertensi di Kota Banda Aceh yaitu 49.822 orang yang berusia ≥ 15 . Prevalensi hipertensi

tertinggi di Kota Banda Aceh yaitu pada puskesmas baiturrahman sebanyak 8.181 dengan jenis kelamin perempuan mendominasi yaitu 4.864 dan pada laki-laki 3.317.

Peningkatan jumlah yang terkena hipertensi disebabkan oleh banyak hal, salah satunya adalah kurangnya tingkat pengetahuan masyarakat dapat berdampak pada perilaku yang tidak sehat (Harmili, Margo, Kesuma, & Utami, 2021). Oleh karena itu, pengetahuan merupakan salah satu faktor penting yang diperlukan untuk mengontrol hipertensi (Firsia Sastra Putri, 2020). Menurut World Health Organization (WHO, 2021) menyatakan bahwa salah satu faktor resiko yang tidak dapat dimodifikasi penyebab terjadinya hipertensi adalah usia lanjut atau usia diatas 65 tahun. Sedangkan faktor resiko yang dapat dimodifikasi yaitu diet tidak sehat seperti konsumsi garam berlebihan, diet tinggi lemak jenuh, rendahnya asupan buah dan sayuran. Modifikasi diet sangat penting untuk dilakukan pada penderita hipertensi, tujuan utama dari modifikasi diet hipertensi adalah untuk mengatur mengenai makanan sehat yang dapat mengontrol tekanan darah tinggi (Mapagerang, Alimin, & Anita, 2018).

Dalam penelitian Anisa dan Bahri (2017) mengatakan bahwa pengetahuan seseorang dapat mempengaruhi perilaku sehari-hari seseorang, dimana apabila seseorang sudah memiliki pengetahuan tentang diet hipertensi akan sangat memungkinkan untuk dilaksanakan dalam kehidupan sehari-hari untuk menjaga makanan yang dikonsumsi setiap hari. Dalam penelitian (Harmili, Margo, Kesuma, & Utami, 2021) menyatakan bahwa adanya hubungan antara tingkat pengetahuan dengan perilaku diet hipertensi pada lansia, dibuktikan dari hasil bahwa lansia yang tingkat pengetahuannya tinggi akan memiliki perilaku diet hipertensi yang baik dan mereka yang memiliki tingkat pengetahuan yang kurang akan memiliki perilaku diet Hipertensi yang buruk.

Berdasarkan wawancara yang peneliti lakukan dengan salah satu pihak puskesmas mengatakan bahwa dari pihak puskesmas sudah membantu memberikan promosi kesehatan terkait dengan hipertensi kepada lansia dan setiap bulannya juga di adakan posbindu di setiap desa.

Dari promosi kesehatan tersebut lansia diberikan pengetahuan mengenai diet hipertensi, Mereka mengatakan bahwa beberapa lansia mengetahui makanan apa saja yang boleh dan tidak boleh di makan bagi penderita hipertensi. Namun tidak semua mematuhi terkait diet hipertensi tersebut. Berdasarkan latar belakang tersebut peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Perilaku Lanjut Usia Dalam Menjalani Diet Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Baiturrahman.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain deskriptif korelatif dan pendekatan cross sectional study. Penelitian ini telah melewati uji etik dan dinyatakan lulus dari komite etik Fakultas Keperawatan USK dengan nomor uji etik 111084110122. Proses pengumpulan data dilakukan pada 04 Februari – 08 Maret 2022. Populasi dalam penelitian seluruh lansia yang berada diwilayah kerja Puskesmas Baiturrahman sejumlah 1975. Sampel dalam penelitian ini 333 responden. Teknik pengambilan sampel penelitian ini adalah Non Probability Sampling jenis Purposive Sampling dengan kriteria inklusi, Lansia bersedia menjadi responden yang berusia 60-79 tahun, Lansia bertempat tinggal di Wilayah Kerja Puskesmas Baiturrahman, dan Lansia yang menderita hipertensi.

Teknik pengumpulan data menggunakan kuesioner baku yang dikembangkan oleh Heriyandi (2018). Sebelumnya peneliti sudah mendapatkan izin etik penelitian dari Fakultas Keperawatan Universitas Syiah Kuala dengan kode penelitian 111084110122.

HASIL

Berdasarkan pengumpulan data yang dilakukan terhadap 333 responden, didapatkan hasil sebagai berikut:

1. Data Demografi

Tabel 1. Karakteristik demografi responden (n=333)

Data Demografi	f	%
Umur		
60-74 tahun	318	95.5
75-90 tahun	15	4.5
Jenis Kelamin		
Laki-laki	132	39.6
Perempuan	201	60.4
Pendidikan		
SD	27	8.1
SMP	47	14.1
SMA	131	39.3
Perguruan Tinggi	128	38.4
Pekerjaan		
Tidak Bekerja	54	16.2
Wiraswasta	151	45.3
Pensiunan	128	38.4
Penghasilan		
< Rp. 1.500.000,-	82	24.6
Rp. 1.500.000-2.500.000	176	52.9
Rp. 2.500.000-3.500.000	46	13.8
> Rp. 3.500.000,-	29	8.7
Status Tempat Tinggal		
Sendiri	110	33.0
Keluarga	223	67.0
Riwayat Keluarga dengan Hipertensi		
Ada	266	79.9
Tidak	67	20.1

Sumber : Data Primer (Diolah, 2022)

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan bahwa responden usia rata-rata yaitu 60-74 tahun sebanyak 318 (95,5%) orang. Berjenis kelamin perempuan yaitu 201 (60,4%). Tingkat pendidikan terakhir responden mayoritas pada jenjang SMA yaitu 131 (39,3%). Sebagian besar responden bekerja sebagai wiraswasta yaitu 151 (45,3%). Dilihat dari Sosial ekonomi/penghasilan responden, sebagian besar berpenghasilan sedang (Rp. 1.500.000- Rp. 2.500.000) yaitu sebanyak 176 (52,9%) dan Responden yang memiliki riwayat penyakit hipertensi yaitu 266 (79,9 %).

1. Analisa Univariat

Tabel 2. Tingkat Pengetahuan Lanjut Usia Di Wilayah Kerja Puskesmas Baiturrahman (n= 333)

Kategori	f	%
Tinggi	198	59.5
Rendah	135	40.5

Sumber: Data Primer (Diolah, 2022)

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan bahwa responden tingkat pengetahuan tinggi yaitu 198 orang (59.5%). Sedangkan responden dengan tingkat pengetahuan rendah yaitu 135 orang (40.5%).

Tabel 3. Perilaku Lanjut Usia Dalam Menjalankan Diet Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Baiturrahman (n= 333)

Kategori	f	%
Baik	181	54.4
Kurang	152	45.6

Sumber: Data Primer (Diolah 2022)

Berdasarkan tabel 3 menunjukkan bahwa responden perilaku baik yaitu 181 orang (54.4%). Sedangkan yang termasuk perilaku kurang yaitu 152 orang (45.6%).

2. Analisis Bivariat

Tabel 4. Hubungan tingkat pengetahuan dengan perilaku lanjut usia dalam menjalani diet hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Baiturrahman (n= 333)

Tingkat Pengetahuan	Perilaku Makan				Total	p-value
	Kurang		Baik			
	f	%	f	%		
Rendah	85	55.9	50	27.6	135	0.000
Tinggi	67	44.1	131	72.4	198	
Total	152	100.0	181	100.0	333	

Sumber: Data Primer (Diolah, 2022)

Berdasarkan tabel 4 menunjukkan bahwa responden dengan pengetahuan tinggi merupakan responden yang memiliki perilaku diet hipertensi baik yaitu 131 orang (72.4%) dan responden pengetahuan rendah merupakan responden yang memiliki perilaku diet kurang yaitu 85 orang (55.9%). Berdasarkan uji statistik dengan nilai *pearson chi-square* pada $\alpha = 0,05$ didapatkan nilai *p-value* $0,000 < 0,05$ menunjukkan bahwa ada hubungan antara tingkat pengetahuan dengan perilaku lanjut usia dalam menjalani diet hipertensi di wilayah kerja puskesmas baiturrahman.

PEMBAHASAN

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan bahwa mayoritas berada pada tingkat pengetahuan tinggi terhadap diet hipertensi yaitu 198 (59.5%), sedangkan yang termasuk dalam tingkat pengetahuan rendah terhadap diet hipertensi yaitu 135 (40.5%). Pengetahuan merupakan hasil penginderaan manusia atau hasil tahu seseorang terhadap suatu objek dari indra yang dimilikinya (Notoatmodjo, 2012). Menurut UU RI No.23 tahun 2003, menjelaskan bahwa tingkat pendidikan seseorang mempengaruhi terkait pengetahuan, dimana semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang maka orang tersebut akan mudah untuk menerima dan memperoleh informasi (Depkes RI, 2013). Pada penelitian ini menunjukkan bahwa mayoritas tingkat pendidikan responden adalah sekolah menengah atas (SMA) sebesar 131 (39,3%) orang

Menurut Budiman dan Riyanto, (2013) pengetahuan dapat dipengaruhi oleh umur. Bertambahnya umur seseorang dapat berpengaruh pada penambahan pengetahuan yang diperolehnya. usia mempengaruhi perkembangan daya tangkap dan pola pikir seseorang, semakin tua usia seseorang maka proses-proses perkembangan mentalnya bertambah baik (Ar-Rasily, 2016). Semakin bertambahnya umur menyebabkan semakin banyak informasi yang didapatkannya (Dewifianita, 2017). Pada penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden berusia 60-74 tahun yaitu sebanyak 318 (95,5%) orang. Selain dipengaruhi oleh umur, pengetahuan juga dapat dipengaruhi oleh lama menderita penyakit, seseorang yang sudah lama menderita suatu penyakit, akan terbiasa terhadap penyakit tersebut sehingga akan memiliki pengetahuan yang baik (Proboningsih dan Almahmudah, 2019).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Komalasari, Shalahuddin, & Harun (2020) yang menyatakan sebagian besar responden memiliki tingkat pengetahuan baik yaitu 152 (95,6%). Penelitian ini juga didukung oleh penelitian Shalahuddin, Rosidin, & Sumarna (2021) bahwa mayoritas responden memiliki pengetahuan yang baik yaitu 84 (52,8%). Penelitian ini juga sejalan penelitian yang dilakukan oleh Amira dan Hendrawati, (2018) yang menyatakan bahwa sebagian besar responden memiliki tingkat pengetahuan baik yaitu 56 (56.57%).

Pada penelitian ini pengetahuan diet hipertensi responden berada pada tingkat pengetahuan tinggi yaitu 198 (59.5%). Pengetahuan mengenai diet hipertensi sangat penting untuk lansia terutama pada yang hipertensi beresiko terkena hipertensi sehingga, pengetahuan lansia diwilayah kerja Puskesmas Baiturrahman termasuk dalam kategori tinggi dimana sebagian besar responden sudah mengetahui apa saja makanan yang harus dihindari bagi penderita hipertensi salah satunya seperti mengurangi makanan tinggi lemak dan berkolesterol misalnya kuning telur, dan jeroan.

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 3 menunjukkan bahwa perilaku lanjut usia dalam menjalankan diet hipertensi mayoritas responden termasuk dalam perilaku baik yaitu 181 (54.4%) sedangkan yang termasuk dalam perilaku kurang yaitu 152 (45.6%). Perilaku merupakan segala sesuatu yang berkaitan dengan kegiatan maupun aktivitas manusia, dan menjadi perhatian seseorang untuk mengamati suatu hal baik secara langsung atau secara tidak langsung (Notoatmodjo, 2014). Faktor yang mempengaruhi perilaku untuk melakukan manajemen hipertensi salah satunya dapat dipengaruhi oleh pengetahuan. Faktor lain yang dapat mempengaruhi perilaku adalah tingkat pendidikan responden. Tingkat pendidikan ini akan berkontribusi dalam pembentukan pola pikir responden dalam mengambil keputusan untuk melakukan suatu perilaku. Lingkungan sekitar responden juga dapat mempengaruhi perilaku manajemen hipertensi responden. (Hapsari, 2016). Selain itu, Pendapatan juga dapat mempengaruhi perilaku seseorang, karena seseorang mampu membeli segala kebutuhan tergantung dari besar dan kecilnya pendapatan perbulannya. Semakin tinggi pendapatan yang diterima pada setiap bulannya, maka akan semakin tinggi pula kebutuhan seseorang untuk terpenuhi (Internasional Labour Office, 2012).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Komalasari et al., (2020) yang menyatakan bahwa sebagian besar responden memiliki perilaku yang positif dalam melakukan diet hipertensi yaitu 159 orang (100%). Hasil penelitian ini juga sejalan dengan hasil penelitian Heriyandi et al., (2018) yaitu 201 orang (63.6%) memiliki perilaku yang positif dan 115 orang (36,4%) memiliki perilaku yang negatif. Penelitian ini juga didukung oleh penelitian Iwan et al., (2021) yang menyebutkan hampir separuhnya responden memiliki perilaku yang positif untuk melakukan

diet hipertensi. Perilaku lanjut usia dalam menjalankan diet hipertensi sangat penting bagi pasien hipertensi untuk mengontrol tekanan darah. Perilaku pasien hipertensi diwilayah kerja Puskesmas Baiturrahman termasuk dalam kategori baik, dimana sebagian besar responden sudah mampu mengatur pola makan yang baik salah satunya adalah dengan mengkonsumsi sayur-sayuran dan buah-buahan.

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 4 menunjukkan terdapat hubungan antara tingkat pengetahuan dengan perilaku lanjut usia dalam menjalankan diet hipertensi di wilayah kerja puskesmas baiturrahman dengan menggunakan uji Chi-square diperoleh p-value (0,000). Hal tersebut dapat dilihat bahwa responden dengan pengetahuan tinggi memiliki perilaku diet hipertensi baik yaitu 131 (72.4%) orang. Sedangkan responden dengan pengetahuan rendah memiliki perilaku diet kurang yaitu 85 (55.9%).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Mapagerang et al., (2018) dimana dari 44 responden, yang memiliki pengetahuan tinggi terhadap perilaku lansia yang baik dalam mengendalikan hipertensi sebanyak 30 responden (68,2%), sedangkan dari 47 responden yang memiliki pengetahuan rendah terhadap perilaku lansia yang kurang baik dalam mengendalikan hipertensi sebanyak 31 responden (66%). Setelah dilakukan uji statistik Chi-Square Test, diperoleh nilai $P.value = 0,002 < \alpha = 0,05$ Berarti H_0 diterima. Pengetahuan merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi seseorang dalam mengambil keputusan. Seseorang yang memiliki pengetahuan yang baik tentang sesuatu hal, akan cenderung mengambil keputusan yang lebih tepat sesuai dengan masalahnya dibandingkan dengan mereka yang pengetahuan rendah (Kushariyati, 2010).

Pengetahuan merupakan domain penting untuk menentukan tindakan seseorang, karena dari pengalaman membuktikan bahwa perilaku didasari oleh pengetahuan Wawan dan Dewi (2011) Hal ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Mapagerang et al., (2018) yang menyebutkan bahwa pengetahuan merupakan domain yang sangat penting untuk terbentuknya perilaku seseorang, perilaku yang didasari pengetahuan akan lebih baik daripada perilaku yang tidak didasari oleh pengetahuan. Hasil ini sejalan dengan penelitian Geaney et al., (2015) bahwa pengetahuan penderita hipertensi ada hubungannya dengan kualitas pola makan sehari-hari.

Hasil penelitian Anisa dan Bahri (2017) juga menjelaskan bahwa perilaku sehari-hari berhubungan dengan pengetahuan, apabila seseorang sudah memiliki pengetahuan tentang diet hipertensi, dapat memungkinkan seseorang menerapkan dalam kehidupan sehari-hari seperti menjaga makanan yang dikonsumsi setiap hari. Pendapat tersebut juga didukung oleh penelitian yang dilakukan Firsia Sastra Putri (2020) yang mengatakan bahwa tingkat pengetahuan seseorang yang baik mengenai hipertensi akan membuat seseorang menjadi paham mengenai penyakit tersebut dan mendorong terjadinya perubahan perilaku kearah positif, sehingga seseorang akan berusaha memberikan respons dari stimulus seperti mengurangi faktor penyebab dari penyakit tersebut dengan penerapan diet hipertensi yang tepat.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian (Kusumastuty, Widyani, & Wahyuni, 2016) bahwa pengetahuan dapat mempengaruhi perilaku atau tindakan yang akan dilakukan terhadap diet hipertensi. Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Recky, Haris, & Abduh, 2013) yang menunjukkan bahwa responden yang pengetahuan baik cenderung berperilaku diet hipertensi patuh (75,9%) lebih besar dibanding responden berpengetahuan kurang baik (24,1%). Uji statistik Chi-Square diperoleh nilai pvalue = 0.011 ($p > 0.05$), yang artinya H_0 diterima (H_0 ditolak), jadi dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang bermakna antara pengetahuan dengan perilaku diet hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Balai Sepuak.

Penelitian ini didukung oleh penelitian Harmili et al., (2021) yang menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan dengan perilaku diet hipertensi pada lansia di Daerah Terpencil (Pulau ngali) dimana didapatkan hasil bahwa lansia yang tingkat pengetahuannya tinggi memiliki perilaku diet hipertensi yang baik. Dan juga sebaliknya seseorang dengan tingkat pengetahuan yang kurang memiliki perilaku diet Hipertensi yang buruk.

Dari penelitian ini dapat dilihat bahwa tingkat pengetahuan berhubungan dengan perilaku lanjut usia dalam menjalankan diet hipertensi, karena lansia yang pengetahuannya tinggi perilakunya lebih cenderung baik dalam melaksanakan diet hipertensi, begitu juga sebaliknya. Jadi semakin tinggi pengetahuannya semakin baik pula perilaku lanjut usia dalam menjalankan diet hipertensi, dimana

pengetahuan merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi lanjut usia dalam berperilaku termasuk dalam menjalankan diet hipertensi.

KESIMPULAN

Dari penelitian ini didapatkan bahwa tingkat pengetahuan lansia di kecamatan baiturrahman termasuk dalam kategori tingkat pengetahuan tinggi yaitu sebanyak 198 (59.5%) orang. Sedangkan perilaku lansia dalam penelitian ini termasuk dalam kategori baik yaitu sebanyak 181 (54.4%) orang. Dimana dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan dengan perilaku lanjut usia dalam menjalani diet hipertensi dengan nilai *p-value* (0,000).

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih peneliti kepada pihak Puskesmas Kecamatan Baiturrahman, kepada semua responden yang telah berpartisipasi dalam penelitian ini dan juga kepada semua pihak yang telah membantu dalam menyelesaikan penelitian ini.

REFERENSI

- Amira, I., & Hendrawati. (2018). Hubungan pengetahuan dengan kepatuhan diet hipertensi pada lansia di kampung honje luhur kelurahan sukagalih wilayah kerja pkm pembangunan kecamatan Tarogong. *Jurnal Kesehatan Bakti Tunas Husada* 18(1), 105-112.
- Anisa & Bahri. (2017). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kepatuhan. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Fakultas Keperawatan*. 6(1), 56–65.
- Ar-Rasily, O. K., & Dewi, P. K. (2016). Faktor-faktor yang mempengaruhi tingkat pengetahuan orang tua mengenai kelainan genetik penyebab disabilitas intelektual di kota semarang. *Diponegoro Medical Journal (Jurnal Kedokteran Diponegoro)*, 5(4), 1422-1433.
- Budiman & Riyanto A. (2013). *Kapita Selekta Kuesioner Pengetahuan Dan Sikap Dalam Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Salemba Medika pp 66-69.
- Depkes RI. (2013). Riset Kesehatan Dasar. Jakarta: Badan Penelitian dan pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI.

- Dinas Kesehatan Aceh. (2020). *Profil Kesehatan Aceh*.
<https://dinkes.acehprov.go.id/jelajah/read/2021/04/28/136/profil-kesehatan-aceh-tahun-2020.html>
- Firsia Sastra Putri, D. M. (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.
- Geaney, F., Fitzgerald, S., Harrington, J. M., Kelly, C., Greiner, B. A., & Perry, I. J. (2015). Nutrition knowledge, diet quality and hypertension in a working population. *Preventive Medicine Reports*, 2, 105–113.
- Harmili, Margo, Kesuma, & Utami. (2021). Analisis tingkat pengetahuan dengan perilaku diet hipertensi pada lansia. *Journals of Ners Community*, 12(02), 151–156.
<https://journal.unigres.ac.id/index.php/JNC/article/view/1410/1150>
- Hapsari, D. P. (2016). Hubungan Pengetahuan dengan Perilaku Manajemen Hipertensi: Aktivitas Fisik dan Diet DASH Penderita Hipertensi di Desa Salamrejo. Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta. Published online 2016.
<http://repository.umy.ac.id/handle/123456789/7319>
- Heriyandi, Hasballah, K., & Tahlil, T. (2018). Pengetahuan, sikap, dan perilaku diet hipertensi lansia di aceh selatan. *Jurnal Ilmu Keperawatan*, 6(1), 58-59.
<http://erepository.unsyiah.ac.id/JIK/article/view/13040>
- Internasional Labour Office. (2012). *Organisasi Pengusaha Yang Efektif* (O. I. MBA, ed.). Jakarta.https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---asia/---ro-bangkok/---ilo-jakarta/documents/publication/wcms_180582.pdf
- Kartika, I. R., & Dewi, R. (2018). Manajemen Keseimbangan Gaya Hidup Dan Kestabilan Tekanan Darah Masyarakat Usia Produktif. *Real in Nursing Journal*, 1(1), 12.
<https://doi.org/10.32883/rnj.v1i1.177>
- Kemenkes RI. (2018). Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018. *Kementrian Kesehatan RI*, 53(9), 1689–1699.
- Komalasari, V., Shalahuddin, I., & Harun, H. (2020). Gambaran pengetahuan, sikap dan perilaku tentang manajemen diet pada pasien hipertensi di Garut, Indonesia. *Holistik Jurnal Kesehatan*, 14(4), 494–502.
- Kushariaydi. (2010) *Asuhan Keperawatan pada Klien Lanjut Usia*. Jakarta: Salemba Medika
- Kusumastuty, I., Widyani, D., & Wahyuni, E. S. (2016). Asupan Protein dan Kalium Berhubungan dengan Penurunan Tekanan Darah Pasien Hipertensi Rawat Jalan (Protein and Potassium Intake Related to Decreased Blood Pressure in Outclinic Hypertensive Patients). *Indonesian Journal of Human Nutrition*, 3(1), 19-28.
- Mapagerang, R., Alimin, M., & Anita. (2018). Hipertensi Dengan Kontrol Diet Rendah Garam. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Pencerah*, 7(1), 1–8.
- Mohebi, S., Parham, M., Sharifirad, G., & Gharlipour, Z. (2018). Social Support and Self - Care Behavior Study,1–6.
<https://doi.org/10.4103/jehp.jehp>
- Naftali, A. R., Ranimpi, Y. Y., & Anwar, M. A. (2017). Kesehatan spiritual dan kesiapan lansia dalam menghadapi kematian. *Buletin Psikologi*, 25(2), 124–135.
- Notoatmodjo. (2012). *Metode Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Notoatmodjo. (2014). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Proboningsih, J., & Almahmudah, H. M.(2019). Gambaran kepatuhan diet dan minum obat pada pasien hipertensi di wilayah kerja puskesmas Pacar Keling Surabaya. *Poltekkes Kemenkes Surabaya*, 1(1), 6–10.
- Recky, S., Haris, J. A., & Ridha, A (2013). Hubungan pengetahuan, sikap, dukungan keluarga, ketersediaan sumber bahan makanan diet hipertensi dengan perilaku diet hipertensi di wilayah kerja puskesmas Balai Sepuak. 29, 1-9.
- Sari, N. W., Margiyati, M., & Rahmanti, A. (2020). Efektifitas Metode Self-Help Group (SHG) terhadap Tekanan Darah pada Lansia Hipertensi. *Jurnal Keperawatan*. 3(03), 10–16.
- Shalahuddin, I., Rosidin, U., & Sumarna, U. (2021). Hubungan Pengetahuan, Sikap Dengan Perilaku Pengaturan Diet Hipertensi Di Puskesmas Guntur Garut. *Jurnal Kesehatan*, 9(3), 192-202.
- Wawan, & Dewi. (2011). *Teori & Pengukuran Pengetahuan, Sikap Dan Prilaku Manusia (II)*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- WHO. (2021). Hypertension. Retrieved September 16, 2021, from <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/hypertension>