

SKRIPSI

**HUBUNGAN PENGETAHUAN DAN DUKUNGAN
KELUARGA TERHADAP KEPATUHAN DIET HIPERTENSI
PADA LANSIA DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS
BUNGAMAS KABUPATEN LAHAT**



OLEH

**NAMA : AQILAH FITRIA
NIM : 10021381823047**

**PROGRAM STUDI GIZI
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
UNIVERSITAS SRIWIJAYA
2022**

SKRIPSI

HUBUNGAN PENGETAHUAN DAN DUKUNGAN KELUARGA TERHADAP KEPATUHAN DIET HIPERTENSI PADA LANSIA DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS BUNGAMAS KABUPATEN LAHAT

Diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar (S1)
Sarjana Gizi pada Fakultas Kesehatan Masyarakat
Universitas Sriwijaya



OLEH

NAMA : AQILAH FITRIA
NIM : 10021381823047

**PROGRAM STUDI GIZI
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
UNIVERSITAS SRIWIJAYA
2022**

GIZI

FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT

UNIVERSITAS SRIWIJAYA

Skripsi, 15 Agustus 2022

Aqiilah Fitria; Dibimbing oleh Feranita Utama, S.KM., M.Kes

Hubungan Pengetahuan dan Dukungan Keluarga Terhadap Kepatuhan Diet Hipertensi pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Bungamas Kabupaten Lahat Tahun 2022

xiv + 79 halaman, 8 tabel, 5 lampiran

ABSTRAK

Hipertensi merupakan penyakit tidak menular yang masih menjadi masalah yang serius dalam kesehatan di seluruh dunia karena prevalensinya terus meningkat. Hipertensi sering dialami oleh usia lanjut (lansia), setelah umur 69 tahun hipertensi akan meningkat sampai 50%. Penyakit hipertensi dapat dikontrol, dengan cara patuh dalam menjalankan diet hipertensi. Kepatuhan menjalani diet hipertensi dapat dipengaruhi oleh pengetahuan, dan dukungan keluarga. Oleh karena itu tujuan penelitian ini adalah mengetahui hubungan pengetahuan dan dukungan keluarga terhadap kepatuhan diet hipertensi pada lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Bungamas Kabupaten Lahat. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional*. Teknik pengambilan sampel yaitu *simple random sampling* dengan kriteria inklusi dan eksklusi. Sampel pada penelitian ini adalah lansia usia 60-75 tahun yang ada di wilayah kerja Puskesmas Bungamas dan berjumlah 68 orang. Teknik analisis data secara univariat dan bivariat. Analisis bivariat dalam penelitian ini menggunakan uji *chi-square*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan ($p\text{-value} = <0,001$ dan $OR=9,000$), dan dukungan keluarga ($p\text{-value} = 0,001$ dan $OR=7$) terhadap kepatuhan diet hipertensi pada lansia. Semakin tinggi tingkat pengetahuan dan dukungan keluarga yang baik maka semakin tinggi tingkat kepatuhan lansia dalam melakukan diet hipertensi. Dengan penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan, dukungan keluarga dan kepatuhan diet hipertensi pada lansia.

Kata kunci : diet hipertensi, dukungan keluarga, lansia, pengetahuan

Kepustakaan : 70 (2003-2022)

Mengetahui,
Koordinator Program Studi Gizi

Fatmalina Febry, S.KM.,M.Si
NIP. 197802082002122003

Pembimbing



Feranita Utama, S.KM., M.Kes
NIP. 198808092018032002

NUTRITION

FACULTY OF PUBLIC HEALTH, SRIWIJAYA UNIVERSITY

Undergraduate Thesis, 15th of August 2022

Aqilah Fitria; Guided by Feranita Utama, S.KM., M.Kes

The Relationship between Knowledge and Family Support toward Hypertension Diet Compliance in the Elderly in the Working Area of the Bungamas Health Center, Lahat Regency in 2022

xivi + 79 pages, 8 table, 5 appendix

ABSTRACT

Hypertension is a non-communicable disease that is still a serious problem in health worldwide because its prevalence continues to increase. Hypertension is often experienced by the elderly, after the age of 69 years, hypertension will increase to 50%. Hypertension can be controlled, by being obedient in carrying out a hypertension diet. Adherence to a hypertensive diet can be influenced by knowledge, and family support. Therefore, the purpose of this study was to determine the relationship between knowledge and family support toward hypertension diet compliance in the elderly in the Bungamas Public Health Center, Lahat Regency. This research is a quantitative research with a cross sectional approach. The sampling technique was simple random sampling with inclusion and exclusion criteria. The sample in this study was the elderly aged 60-75 years who were in the working area of the Bungamas Health Center and amounted to 68 people. Data analysis techniques are univariate and bivariate. Bivariate analysis in this study used the chi-square test. The results showed that there was a significant relationship between knowledge (p -value = <0.001 and OR = 9,000), and family support (p -value = 0.001 and OR = 7) on hypertension diet compliance in the elderly. The higher the level of knowledge and good family support, the higher the level of compliance of the elderly in carrying out a hypertension diet. In this study, it is expected to increase knowledge, family support and adherence to a hypertension diet.

Keywords : hypertension diet, family support, elderly, knowledge

Library : 70 (2003-2022)

LEMBAR PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME

Saya dengan ini menyatakan bahwa skripsi ini dibuat dengan sejujurnya dengan mengikuti kaidah Etika Akademik FKM Unsri serta menjamin bebas Plagiarisme. Bila kemudian diketahui saya melanggar Etika Akademik maka saya bersedia dinyatakan tidak lulus/gagal.

Indralaya, 15 Agustus 2022
Yang bersangkutan



Aqiiilah Fitria
NIM 10021381823047

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi ini dengan judul “Hubungan Pengetahuan dan Dukungan Keluarga terhadap Kepatuhan Diet Hipertensi pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Bungamas Kabupaten Lahat” telah dipertahankan di hadapan Tim Panitia Sidang Ujian Skripsi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sriwijaya pada tanggal 7 September 2022 dan telah diperbaiki, diperiksa serta disetujui sesuai dengan masukan Panitia Sidang Ujian Skripsi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sriwijaya.

Indralaya, 14 September 2022

Tim Penguji Skripsi

Ketua :

1. Yuliarti, S.KM., M.Gizi
NIP. 198807102019032018

()

Anggota

2. Winda Indah Fajar Ningsih, S.Gz., MPH, AIFO
NIP. 199206152019032026

()

3. Feranita Utama, S.KM., M.Kes
NIP. 198808092018032002

()

Mengetahui,
Dekan Fakultas Kesehatan Masyarakat
Universitas Sriwijaya

Ketua Jurusan Gizi
Fakultas Kesehatan Masyarakat
Universitas Sriwijaya



Dr. Misnaniarti, S.KM., M.KM
NIP. 197606092002122001

Fatmalina Febry, S.KM., M.Si
NIP. 19780208200212003

HALAMAN PENGESAHAN

HUBUNGAN PENGETAHUAN DAN DUKUNGAN KELUARGA TERHADAP KEPATUHAN DIET HIPERTENSI PADA LANSIA DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS BUNGAMAS KABUPATEN LAHAT

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Memperoleh Gelar Sarjana Gizi

Oleh:

AQILAH FITRIA

10021381823047

Indralaya, 14 September 2022

Mengetahui
Dekan Fakultas Kesehatan Masyarakat
Universitas Sriwijaya

Pembimbing



Dr. Misnaniarti, S.KM., M.KM
NIP. 197606092002122001

Feranita Utama, S.KM., M.Kes
NIP. 198808092018032002



DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Identitas Pribadi

Nama : Aqilah Fitria
Tempat, Tanggal Lahir : Lahat, 11 Januari 2001
Jenis Kelamin : Perempuan
Agama : Islam
Alamat : Jalan Ahmad Yani, Talang Kabu Kabupaten Lahat
Email : aqilahfitria37@gmail.com
Nama Orang Tua
Ayah : Saherman
Ibu : Bedaria Harahap

Pendidikan Formal

2018-2022 : Universitas Sriwijaya – S1 Gizi
2015-2018 : SMA Santo Yosef Lahat
2012-2015 : SMP Negeri 1 Lahat
2006-2012 : SD Negeri 13 Lahat

Pengalaman Organisasi

2020 – 2021 : Staff Ahli Departemen Media Centre an Communication –
BO ESC FKM Unsri
2019 – 2020 : Staff Muda Departemen Media Centre an Communication –
BO ESC FKM Unsri

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis ucapkan kepada Allah SWT, karena atas rahmat dan karunia-Nya penyusunan skripsi penulis bisa berjalan dengan lancar dan dapat menyelesaikan skripsi ini dengan sebaik-baiknya. Pada kesempatan yang baik ini penulis menyampaikan rasa terima kasih kepada :

1. Ibu Dr. Misnaniarti, S.KM., M.KM selaku Dekan Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sriwijaya.
2. Ibu Fatmalina Febry, S.KM., M.Si selaku Ketua Jurusan Program Studi Gizi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sriwijaya.
3. Ibu Feranita Utama, S.KM., M.Kes selaku dosen pembimbing yang telah meluangkan waktu untuk memberikan pengarahan, bimbingan dan saran dalam penyusunan skripsi ini hingga selesai.
4. Ibu Yuliarti, S.KM., M.Gizi dan Ibu Windi Indah Fajar Ningsih, S.Gz., M.PH selaku dosen penguji yang telah meluangkan waktu untuk memberikan saran dan bimbingan dalam penyusunan skripsi.
5. Kedua Orang Tua dan Kakak yang selalu memberikan doa, semangat dan dukungan dalam penyusunan skripsi ini.
6. Semua teman-teman di gizi 2018 khususnya Hanna, Irene dan Nurul yang telah menjadi teman yang baik dalam masa perkuliahan, yang telah memberikan semangat dan dukungan dalam penyusunan skripsi ini.
7. Serta semua pihak yang terlibat dalam penyusunan skripsi yang tidak dapat disebutkan satu persatu.

Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan skripsi ini masih banyak terdapat kekurangan, oleh karena itu kritik dan saran yang sifatnya membangun sangatlah penulis harapkan demi dapat menyempurnakan skripsi ini. Dan semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat dan menambah pengetahuan bagi penulis dan semua pihak.

Indralaya, Agustus 2022

Penulis

**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI ILMIAH
UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIK**

Sebagai civitas akademik Universitas Sriwijaya, saya yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Aqilah Fitria
NIM : 10021381823047
Program Studi : Gizi
Fakultas : Kesehatan Masyarakat
Jenis Karya Ilmiah : Skripsi

Dengan ini menyatakan menyetujui untuk memberikan kepada Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sriwijaya **Hak Bebas Royalti Noneksklusif** (*Non-exclusive Royalty Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul:

“Hubungan Pengetahuan dan Dukungan Keluarga Terhadap Kepatuhan Diet Hipertensi pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Bungamas Kabupaten Lahat”

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Universitas Sriwijaya berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik hak cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat : di Indralaya
Pada Tanggal :14 September 2022
Yang menyatakan,

Aqilah Fitria
10021381823047

DAFTAR ISI

HALAMAN RINGKASAN (ABSTRAK INDONESIA)	i
HALAMAN RINGKASAN (ABSTRAK INGGRIS)	ii
LEMBAR PENYATAAN BEBAS PLAGIARISME	iii
HALAMAN PERSETUJUAN	iv
HALAMAN PENGESAHAN	v
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	vi
KATA PENGANTAR	vii
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIK	viii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	4
1.3 Tujuan penelitian	5
1.3.1 Tujuan Umum	5
1.3.2 Tujuan Khusus	5
1.4 Manfaat Penelitian	5
1.5 Ruang Lingkup Penelitian	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
2.1 Lansia	7
2.1.1 Definisi	7
2.1.2 Tipe Lansia	7
2.2 Hipertensi	8
2.2.1 Definisi	8
2.2.2 Penyebab Hipertensi	8
2.2.3 Klasifikasi Hipertensi	9

2.2.4 Pencegahan Hipertensi	9
2.3 Diet Hipertensi.....	10
2.3.1 Definisi	10
2.3.2 Prinsip Diet Hipertensi	10
2.3.2 Bentuk Diet Hipertensi.....	10
2.4 Konsep Kepatuhan	13
2.4.1 Definisi	13
2.4.2 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kepatuhan.....	13
2.5 Pengetahuan.....	14
2.5.1 Definisi	14
2.5.2 Pembagian Tingkat Pengetahuan	14
2.5.3 Hubungan Pengetahuan Dengan Kepatuhan Diet Hipertensi	15
2.6 Dukungan Keluarga	16
2.6.1 Definisi	16
2.6.2 Bentuk Dukungan Keluarga.....	16
2.6.3 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Dukungan Keluarga	17
2.6.4 Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Diet Hipertensi.....	18
2.7 Kerangka Teori	19
2.8 Kerangka Konsep	19
2.9 Definisi Operasional	20
2.10 Hipotesis.....	22
BAB III METODE PENELITIAN	
3.1 Desain Penelitian	23
3.2 Populasi dan Sampel	23
3.2.1 Populasi	23
3.2.2 Sampel	23
3.3 Jenis, Cara dan Alat Pengumpulan Data	25
3.3.1 Jenis Data.....	25
3.3.2 Cara Pengumpulan Data	25
3.3.3 Alat Pengumpulan Data.....	26
3.4 Pengolahan Data	26

3.5 Validitas Data	27
3.6 Reliabilitas Data.....	29
3.7 Analisis dan Penyajian Data.....	30
3.7.1 Analisis Data.....	30
3.7.2 Penyajian Data	31
BAB IV HASIL PENELITIAN	32
4.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian	33
4.2 Analisis Univariat	33
4.3 Analisis Bivariat	38
BAB V PEMBAHASAN	41
5.1 Keterbatasan Penelitian	41
5.2 Pembahasan	41
5.2.1 Karakteristik Responden.....	41
5.2.2 Kepatuhan Diet Hipertensi	42
5.2.3 Hubungan Pengetahuan Terhadap Kepatuhan Diet Hipertensi Pada Lansia Di Wilayah Puskesmas Bungamas	44
5.2.4 Hubungan Dukungan Keluarga Terhadap Kepatuhan Diet Hipertensi Pada Lansia Di Wilayah Puskesmas Bungamas.....	46
BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN	50
6.1 Kesimpulan.....	50
6.2 Saran.....	50
DAFTAR PUSTAKA.....	52
LAMPIRAN	58

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Hasil Perhitungan Sampel Penelitian Sebelumnya	24
Tabel 3.2 Hasil Uji Validitas Kuesioner Penelitian.....	28
Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden	34
Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Pengetahuan.....	34
Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Jawaban Responden	35
Tabel 4.4 Distribusi Frekuensi Dukungan Keluarga	36
Tabel 4.5 Distribusi Frekuensi Jawaban Responden	36
Tabel 4.6 Distribusi Frekuensi Kepatuhan Diet Hipertensi	38
Tabel 4.7 Hubungan Pengetahuan dengan Kepatuhan Diet Hipertensi.....	39
Tabel 4.8 Hubungan Dukungan Keluarga dengan Kepatuhan Diet Hipertensi	40

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Teori.....	19
Gambar 2.2 Kerangka Konsep	19
Gambar 4.1 Dokumentasi Puskesmas Bungamas	32

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Kuesioner Penelitian
- Lampiran 2 Surat Izin Penelitian
- Lampiran 3 Dokumentasi Penelitian
- Lampiran 4 Data Asupan Natrium
- Lampiran 5 Hasil Analisis SPSS

BAB I PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Hipertensi merupakan peningkatan tekanan darah arteri diatas normal yang disebabkan karena terganggunya mekanisme pengaturan tekanan darah, yang ditandai oleh tekanan darah $\geq 140/90$ mmHg (WHO, 2012). Hipertensi jangka panjang dapat mengakibatkan gagal ginjal kronis, gagal jantung, serangan jantung, dan stroke (Dori dkk, 2020). Hipertensi dikategorikan juga sebagai penyakit *the silent disease* karena dari kebanyakan penderita hipertensi tidak menyadari tanda dan gejala dari penyakit hipertensi.

World Health Organization (WHO, 2019), menunjukkan bahwa 1 Miliar orang yang ada di seluruh penjuru dunia memiliki tekanan darah tinggi (hipertensi) 2/3 dari mereka tinggal di negara berkembang dengan pendapatan rendah hingga sedang. Diperkirakan bahwa pada tahun 2025, prevalensi akan terus bertambah dan 29% orang dewasa di seluruh dunia akan menderita hipertensi (Hayani et al., 2021). Diperkirakan setiap tahunnya ada 10,44 juta manusia meninggal karena mengidap hipertensi dan komplikasinya (Kementerian Kesehatan atau kemenkes, 2019).

Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesmas) tahun 2018, prevalensi hipertensi di Indonesia sebesar 25,8% pada tahun 2013 dan naik menjadi 34,1% pada tahun 2018 berdasarkan hasil pengukuran tekanan darah pada usia 18 tahun ke atas. Sedangkan menurut survey demografi kesehatan Indonesia, angka kejadian hipertensi sebanyak 8,4%. Angka kematian di Indonesia akibat hipertensi sebesar 427.218 kematian. Hipertensi terjadi pada kelompok umur 31-44 tahun (31,6%), umur 45-54 tahun (45,3%), umur 55-64 tahun (55,2%) (Riskesmas Kementerian Kesehatan RI, 2018). Data kasus hipertensi yang paling tinggi yang dilaporkan oleh Riskesmas tahun 2018 yaitu di provinsi Kalimantan Selatan dan provinsi yang proporsi

penduduknya paling rendah mengalami hipertensi adalah provinsi Papua dengan angka sebesar 22,2%.

Menurut laporan Riskesdas tahun 2018 Provinsi Sumatera Selatan menempati posisi ke 14 dari 34 provinsi yang dilakukan pengukuran hipertensi pada usia > 18 tahun. Berdasarkan data profil Dinas Kesehatan Sumatera Selatan (2017), jumlah penderita hipertensi meningkat setiap tahunnya, yaitu 183.048 kasus pada tahun 2013, 186.116 kasus pada tahun 2014, kemudian pada tahun 2015 sebesar 204.213 kasus, tahun 2016 sebesar 225.305 kasus, dan tahun 2017 sebanyak 229.365 kasus (Dinkes Sumsel, 2017). Menurut data profil Dinas Kesehatan Kabupaten Lahat pada tahun 2017 kasus tekanan darah tinggi yang ada di Kabupaten Lahat sebanyak 13684 kasus yang menempati posisi ke-8 dari 17 kabupaten di Sumatera Selatan.

Puskesmas Bungamas adalah salah satu pusat layanan kesehatan yang berada di Kecamatan Kikim Timur, Kabupaten Lahat. Berdasarkan data Puskesmas Bungamas tahun 2021 diketahui bahwa hipertensi merupakan penyakit kedua yang tertinggi yang terjadi di wilayah kerja puskesmas tersebut. Kasus hipertensi yang ada di Puskesmas Bungamas yang paling banyak ditemukan pada lanjut usia. Total kasus hipertensi sebanyak 224 kasus yang dilaporkan sampai pada bulan desember 2021 pada usia > 60 tahun. Angka kasus ini meningkat dibandingkan tahun 2020 yang berjumlah 185 kasus. Hal ini menarik karena belum pernah dikaji di tempat tersebut serta perlu dikaji sehingga dapat dilakukan upaya preventif maupun kuratif untuk menurunkan angka morbiditas dan mortalitas akibat penyakit hipertensi.

Prevalensi hipertensi meningkat sampai 50% setelah umur 69 tahun. Pada lansia lebih mungkin untuk mengalami hipertensi karena mereka akan mengalami kerusakan aorta pada struktural dan fungsionalnya, yang dapat menyebabkan pengerasan arteri dan peningkatan tekanan darah (Cahyahati *et al.*, 2018). Pada penelitian Azhari (2017) yang meneliti terkait kejadian hipertensi mengatakan bahwa umur ≥ 35 tahun memiliki resiko 3 kali mengalami tekanan darah tinggi daripada usia < 35 tahun.

Diet merupakan salah satu cara untuk menurunkan tekanan darah tinggi (Taufandas dkk, 2021). Diet adalah pola makan yang membatasi atau memungkinkan konsumsi makanan dan minuman sampai tingkat tertentu untuk memenuhi tujuan terapi penyakit (Taufandas dkk, 2021). Saat ini banyak penderita yang tidak patuh melaksanakan diet yang diberikan karena kurangnya pengetahuan penderita tentang diet hipertensi (Tumenggung, 2013 dalam Taufandas dkk, 2021).

Kepatuhan diet hipertensi dapat dicapai apabila pasien dapat melaksanakan diet yang diberikan secara teratur atau konsisten (Notoatmodjo, 2011). Kepatuhan bisa ditentukan oleh pemahaman instruksi, taraf pendidikan dan pengetahuan, kesakitan serta pengobatan, keyakinan, perilaku, kepribadian dan juga dukungan keluarga (Notoatmodjo, 2003). Kepatuhan diet dapat dilakukan dengan baik jika orang tersebut paham dengan manfaat yang bisa diambil serta ditambah dengan adanya pengetahuan. Pengetahuan yang dimiliki oleh seseorang bisa membuat orang tersebut untuk melakukan suatu perilaku dalam menjalankan kepatuhan diet hipertensi (Hayani dkk, 2021).

Mapagerang & Alimin (2018) menyebutkan dalam penelitiannya semakin tinggi tingkat pengetahuan tentang diet rendah garam maka semakin tinggi juga tingkat kepatuhan dalam menjalankan diet rendah garam. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Firsia Sastra Putri (2020) menyebutkan adanya hubungan antara tingkat pengetahuan dan juga sikap terhadap kepatuhan diet hipertensi pada orang lanjut usia yang menderita tekanan darah tinggi di Panti sosial tresna werdha jara mara Pati Buleleng.

Kepatuhan diet bukan hanya disebabkan oleh faktor pengetahuan tetapi juga bisa disebabkan oleh faktor lain yaitu dukungan keluarga. Untuk meningkatkan rasa percaya diri dan juga dalam mengatasi masalah untuk melakukan diet hipertensi, komponen dukungan keluarga sangat penting dalam pengobatan hipertensi di rumah. Keluarga harus dilibatkan untuk perencanaan diet, sebab sangat disarankan bagi penderita hipertensi untuk meminimalkan konsumsi makanan dan minuman yang dapat menaikkan tekanan darah (Cahyanti & Utomo, 2021). Amelia (2020) mengemukakan dalam penelitiannya bahwa

terdapat hubungan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet hipertensi pada penderita hipertensi di Kelurahan Tapos Depok. Yang artinya lansia yang memiliki dukungan keluarga yang baik akan lebih mudah untuk menjalankan diet hipertensi mereka daripada mereka yang tidak memiliki dukungan keluarga.

Pada data yang didapatkan di atas, dapat dilihat bahwa angka kesakitan hipertensi cukup tinggi, dan terus meningkat terus setiap tahun. Dan berdasarkan uraian diatas juga menunjukkan bahwa pengetahuan tentang diet hipertensi dan dukungan keluarga sangat penting, Oleh karena itu penulis tertarik untuk melakukan penelitian di Wilayah Kerja Puskesmas Bungamas. Dalam penelitian ini penulis mengambil judul “Hubungan Pengetahuan Dan Dukungan Keluarga Terhadap Kepatuhan Diet Hipertensi Pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Bungamas Kabupaten Lahat”.

1.2 Rumusan Masalah

Menurut World Health Organization (WHO) tahun 2019, menunjukkan 1 Miliar orang yang ada di dunia mengalami hipertensi, 2/3 diantaranya berada di negara berkembang yang berpenghasilan rendah sampai sedang. Prevalensi kasus hipertensi akan semakin meningkat seiring dengan penambahan umur (Kemenkes RI, 2017). Hipertensi untuk jangka waktu yang lama dapat menyebabkan komplikasi seperti stroke, gagal jantung, gagal ginjal, pendarahan pada retina mata, pecahnya pembuluh darah di otak serta kelumpuhan. Hipertensi ini dapat dikendalikan bila pasien mempunyai motivasi untuk tetap pada rencana melaksanakan diet hipertensi dan dapat dikontrol dengan pengaturan pola makan yang baik dan dukungan keluarga yang baik. Menurut Notoatmodjo (2003) yang mempengaruhi kepatuhan adalah pemahaman instruksi, taraf pendidikan serta pengetahuan, kesakitan dan pengobatan, keyakinan, perilaku, kepribadian dan juga dukungan keluarga. Oleh karena itu, perlu dilakukan penelitian tentang hubungan pengetahuan dan dukungan keluarga terhadap kepatuhan diet hipertensi pada lansia. Sehingga rumusan masalah pada penelitian ini adalah “Adakah Hubungan Pengetahuan dan Dukungan Keluarga Terhadap Kepatuhan Diet Hipertensi Pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Bungamas?”

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui hubungan pengetahuan dan dukungan keluarga terhadap kepatuhan diet hipertensi pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Bungamas Kabupaten Lahat.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Melihat distribusi umur, jenis kelamin, dan tingkat pendidikan pada lansia yang menderita hipertensi.
2. Menganalisis tingkat pengetahuan lansia tentang diet hipertensi.
3. Mengetahui tingkat dukungan keluarga terhadap kepatuhan diet hipertensi.
4. Mengetahui tingkat kepatuhan melaksanakan diet hipertensi.
5. Mengetahui hubungan antara pengetahuan serta dukungan keluarga terhadap kepatuhan diet hipertensi pada lansia.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan bisa menambah pengetahuan, wawasan serta referensi dalam bidang gizi masyarakat terutama mengenai hubungan pengetahuan dan dukungan keluarga terhadap kepatuhan diet hipertensi pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Bungamas.

1.4.2 Manfaat Praktis

a) Bagi Peneliti

Tempat sarana untuk mempraktikkan ilmu yang dipelajari pada masa perkuliahan, meningkatkan wawasan, pengetahuan serta keahlian dalam melakukan *research* dan untuk syarat menyelesaikan masa studi di prodi gizi.

b) Bagi Fakultas Kesehatan Masyarakat

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sriwijaya sebagai sumber referensi dan informasi.

c) Bagi Institusi Kesehatan (Puskesmas)

Temuan penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan juga memandu unit pelayanan gizi untuk meningkatkan pendidikan kesehatan lansia dengan memberi penyuluhan dan konseling pada lansia serta keluarga lansia.

d) Bagi Keluarga

mengetahui nilai pendampingan keluarga dalam menjalankan diet hipertensi agar lansia dapat terhindar dari komplikasi.

1.5 Ruang Lingkup Penelitian

1.5.1 Lingkup Keilmuan

Batasan ilmu dalam penelitian ini adalah ruang lingkup ilmu gizi masyarakat.

1.5.2 Lingkup Lokasi

Penelitian ini akan dilakukan di wilayah kerja puskesmas Bungamas Kecamatan Kikim Timur, Kabupaten Lahat.

1.5.3 Lingkup Materi

Penelitian ini membahas tentang hubungan pengetahuan dan dukungan keluarga terhadap kepatuhan diet hipertensi pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Bungamas Kecamatan Kikim Timur, Kabupaten Lahat.

1.5.4 Lingkup Metode

Metode yang digunakan dalam penelitian ini yaitu pendekatan kuantitatif dan menggunakan desain *cross sectional*.

1.5.5 Lingkup Sasaran

Sasaran dalam penelitian ini yaitu lansia dan keluarga lansia yang menderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Bungamas.

DAFTAR PUSTAKA

- Almatsier, Sunita. (2006). *Penuntun Diet Edisi Baru*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Almina, D. (2018). Pengaruh Pengetahuan, Sikap dan Dukungan Keluarga Terhadap Diet Hipertensi Di Desa Hulu Kecamatan Pancur Batu. *Jurnal Kesehatan* , 11(1).
- Amelia, R. (2020). Hubungan Dukungan Keluarga Terhadap Kepatuhan Diet Hipertensi Pada Penderita Hipertensi Di Kelurahan Tapos Depok. *Jurnal Kesehatan Saelmakers Perdana*, 3(1), 77–90. <http://ojs.ukmc.ac.id/index.php/JOH>
- Anugrah, RY, R., Ernawati, & Puspitaningrum, D. (2016). Sistem Pakar Perencanaan Diet bagi Penderita Hipertensi Menggunakan Metode Fuzzy Mamdani. *Jurnal Rekursif*, 2(2), 1–16.
- Arikunto. (2010). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta:Rineka Cipta
- Asyrofi, A., Setianingsih, & Munthoha, A. (2017). Perbedaan Penatalaksanaan Diet Hipertensi Pada Berbagai Tingkat Pengetahuan Dan Dukungan Keluarga. *Community of Publising in Nursing (COPPING)*, ISSN:2303-1298, 5(3), 169–176.
- Azhari MH. (2017). Faktor-faktor yang Berhubungan Dengan Kejadian Hipertensi di Puskesmas Makrayu Kecamatan Ilir Barat II Kota Palembang, *Aisyah Jurnal Ilmu Kesehatan*, 2 (1), 23-30
- Bisnu, M., Kepel, B., & Mulyadi, N. (2017). Hubungan Dukungan Keluarga dengan Derajat Hipertensi pada Pasien Hipertensi di Puskesmas Ranomuut Kota Manado. *Jurnal Keperawatan UNSRAT*.
- Cahyahati, JS, *et al.* (2018). Hubungan Asupan Makanan (Lemak, Natrium, Magnesium) Dan Gaya Hidup Dengan Tekanan Darah pada Lansia Daerah Pesisir (Studi Di Wilayah Kerja Puskesmas Tegal Barat Kota Tegal). *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 6(5).
- Cahyanti, A. N., & Utomo, D. E. (2021). Dukungan Keluarga dan Perilaku Penderita Hipertensi terhadap Pencegahan Stroke. *Jurnal Kesehatan*, 14(1), 87–97. <http://journals.ums.ac.id/index.php/jk/article/view/12058>

- Dalimartha, S. (2008). *Care You Self Hipertensi*. Jakarta: Penebar Plus
- Darmarani, A., Darwis, H., & Mato, R. (2020). Hubungan Pengetahuan Dengan Kepatuhan Diet Hipertensi Pada Kecamatan Mamasa. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Diagnosis*, 15(4), 366–370.
- Darmojo, B. (2015). *Buku Ajar Geriatri (Ilmu Kesehatan Usia Lanjut)*. Jakarta: FKUI
- Departemen Kesehatan. (2012). *Masalah Hipertensi di Indonesia*. <http://www.depkes.go.id/pdf.php?id=1909>. Diakses 9/12/2021
- Dewi, U. F., Sugiyanto, & C. Wira, Y. (2015). Pengaruh Pemberian Diet DASH Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Puskesmas Pahandut Palangkaraya. *Jurnal Forum Kesehatan*, 2(4), 1–8.
- Dinas Kesehatan. (2017). *Profil Kesehatan Kabupaten Lahat*.
- Dinkes Sumsel. (2017). *Profil Kesehatan Sumatera Selatan tahun 2017*. [Online]<http://www.dinkes.sumsel.go.id> 31 Januari 2022
- Dori, Y. prihattiny, Tandipanjung, T., & Aotama, R. (2020). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Diet Pada Lansia Hipertensi Di Puskesmas Kakaskasen. *Buletin Sariputra*, 10(1), 59–62.
- Fadem. (2009). *Why does salt cause high blood pressure?*.
- 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. <https://doi.org/10.54107/medikausada.v3i2.73>
- Friedman, M. (2010). *Buku Ajar Keperawatan keluarga : Riset, Teori, dan Praktek*. Edisi ke-5. Jakarta: EGC.
- Friedman, M. (2013). *Buku Ajar Keperawatan keluarga*. Yogyakarta: Gosyen Publishing.
- Gede Yenny Apriani, D. (2020). Hubungan Dukungan Orang Tua Terhadap Tingkat Kecemasan Anak Usia Remaja (12-18 Th) Pada Saat Pemasangan Infus Di Ruang IRD BRSUD Kabupaten Tabanan. *Jurnal Medika Usada*, 3(2), 32–40. <https://doi.org/10.54107/medikausada.v3i2.74>
- Hayani, N., Azwarni, Sulistiany, E., Zulkarnain, & Elfida. (2021). Hubungan Pengetahuan Dan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Menjalankan Diet

- Hipertensi Di Puskesmas Kota Kuala Simpang Aceh Tamiang Tahun 2019. *Jurnal Inovasi Penelitian*, 4(1), 1–2.
- Hidayat, A.A. (2015). *Metode penelitian keperawatan dan teknis analisis data*. Jakarta : Salemba Medika.
- Idrus, N., Ansariadi, & Ansar, J. (2021). Determinan Pemeriksaan Rutin Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi di Puskesmas Massenga. *Media Kesehatan Politeknik Kesehatan Makassar*, XVI(2), 191–198.
- Isgiyanto, Awal. (2009). *Teknik Pengambilan Sampel pada Penelitian Non Ekserimental*. Jogjakarta : Mitra Cendikia Press
- Islani, G., Harun, O., & Barus, S. (2021). Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Dengan Kepatuhan Diit Pada Penderita Hipertensi. 14(2), 465–469.
- Kemenkes RI. (2014). *Riset Kesehatan Dasar*. Jakarta : Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan Republik Indonesia
- Kemenkes RI. (2013). *Riset Kesehatan Dasar*. Jakarta : Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan Republik Indonesia
- Kemenkes RI. (2017). *Riset Kesehatan Dasar*. Jakarta : Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan Republik Indonesia
- Kemenkes RI. (2019). *Riset Kesehatan Dasar*. Jakarta : Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan Republik Indonesia
- Lestari, Tri Suci. (2012). *Hubungan Psikososial dan Penyuluhan Gizi dengan Kepatuhan Diet Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 Rawat Jalan di RSUP Fatmawati Tahun 2012*. Skripsi. Depok : Universitas Indonesia.
- Maghfirah Utari. (2017). *Dukungan Keluarga tentang Kepatuhan Diet Hipertensi pada Lansia di Puskesmas Pembantu Kelurahan Persiakan Tebing Tinggi*. Skripsi. Yogyakarta: UIN Sunan Kalijaga
- Majid A. (2017). *Asuhan Pada Keperawatan Pasien Dengan Gangguan Sistem Kardiovaskular*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press
- Mapagerang, R., & Alimin, M. (2018). Hipertensi Dengan Kontrol Diet Rendah Garam. *Jikp(Jurnal Ilmiah Kesehatan Pencerah)*, 7(1), 1–8.
- Mukti, B. (2019). Penerapan DASH (Dietary Approach to Stop Hypertension) pada Penderita Hipertensi. *Jurnal Ilmiah PANNMED (Pharmacist, Analyst, Nurse, Nutrition, Midwivery, Environment, Dentist)*, 14(2), 17–22.

<https://doi.org/10.36911/panmed.v14i2.610>

- Maryam, S. (2008). *Mengenal Usia Lanjut dan Perawatannya*. Jakarta: Salemba Medika
- Masturoh, I., dan N. Anggita. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Kementerian Kesehatan RI. Jakarta.
- National Institutes of Health: The Seventh Report of The Joint National Committee on Prevention, Detection, Evaluation, and Treatment of High Blood Pressure, NIH Publication. 2004:04-5230
- Nita, Y., & Oktavia, D. (2018). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Diet Pasien Hipertensi Di Puskesmas Payung Sekaki Pekanbaru. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 6(1), 90–97.
- Notoatmodjo, S. (2003). *Pengembangan Sumber Daya Manusia*. Jakarta: Rineka Cipta
- Notoatmodjo, S. (2007). *Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku*. Jakarta: Rineka Cipta
- Notoatmodjo, S. (2010). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta
- Notoatmodjo, S. (2011). *Kesehatan Masyarakat: Ilmu dan seni*. Jakarta : Rineka Cipta
- Nuraini, B. (2015). Risk Factors of Hypertension. *J Majority*, 4(5), 10–19.
- Nursalam. (2013). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis*. Jakarta : Salemba Medika.
- Hadi. Chadra. (2015). Efektifitas Pendidikan Kesehatan terhadap Peningkatan Pengetahuan Keluarga tentang Hipertensi. *Mutiara Medika*. 15(1): 67-74.
- Parlimbong, S., Maria, D.K., & Rani, R.K. (2018). Keefektifan Diet Rendah Garam I Pada Makanana Biasa dan Lunak Terhadap Lama Kesembuhan Pasien Hipertensi. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*. 3(1), 74-89.
- Prabasari, N. A., Juwita, L., & Maryuti, I. A. (2017). Pengalaman Keluarga Dalam Merawat Lansia di Rumah (Studi Fenomenologi). *Jurnal Ners Lentera*, 5(1), 56–68.
- Pratiwi, IE. (2015). Penatalaksanaan Makanan DIET Rendah Garam di Unit Dapur Pasien Instalasi Gizi Rumah Sakit PHC Surabaya. *Jurnal Universitas Surabaya*, 3(3), 132.
- Pranoto. (2007). *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Jakarta: PT.Balai Pustaka
- Rahmatika, D. (2019). Hubungan Antara Dukungan Emosional dengan Kepatuhan

- Diet Hipertensi. *The Indonesian Journal Public Health*. 14(2):252-262.
- Rery, T., Nur, H., Samodro, F., Ridho, R., Baihakhi, A. (2017). *Hubungan Tingkat Stres Dan Tingkat pengetahuan Diet Hipertensi Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Dau*. Tugas Akhir. Fakultas Kedokteran Universitas Islam Malang. Malang.
- Riskesdas. (2018). *Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian RI*. http://www.depkes.go.id/resources/download/infoterkini/materi_rakorpop_2018/Hasil%20Riskesdas%202018.pdf . Diakses 8/12/2021
- Riwidikdo, handoko. (2008). *Statistik Kesehatan*. Yogyakarta: Mitra Cendekia Press.
- Sari, D., & Utami, G. T. (2018). Hubungan Motivasi Diri Terhadap Kepatuhan Melaksanakan Diet Pada Penderita Hipertensi. *JOM FKp*, 5(2),580–588.
- Schwingshackl, L., Chaimani, A., Schwedhelm, C., Toledo, E., Püsch, M., Hoffmann, G. (2019). Comparative effects of different dietary approaches on blood pressure in hypertensive and pre-hypertensive patients : A systematic review and network meta-analysis. *Critical Reviews in Food Science and Nutrition*, 0(0), 1–14. <https://doi.org/10.1080/10408398.2018.1463967>
- Setiandari, E. (2022). Hubungan Pengetahuan, pekerjaan dan Genetik (Riwayat Hipertensi Dalam Keluarga) Terhadap Perilaku Pencegahan Penyakit Hipertensi. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI)*. 5(4), 457.
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R & D*. Bandung: Alfabeta.
- Susanti, R.M. (2017). Hubungan Asupan Natrium dan Kalium dengan Tekanan Darah pada Lansia di Kelurahan Pajang. *Skripsi*. Surakarta:Universitas Muhammadiyah.
- Sutanto. (2010). *Cekal (Cegah dan Tangkal) Penyakit Modern Hipertensi, Stroke, Jantung, Kolestrol, dan Diabetes*. Yogyakarta: C.V Andi Offset.
- Sutoni, A., & Cahyati, A. Y. (2021). Penyuluhan Pengaturan Pola Hidup Sehat dalam Upaya Pencegahan dan Pengendalian Hipertensi, Serta Penanggulangan Covid-19 di Desa Ciranjang, Kecamatan Ciranjang,

- Kabupaten Cianjur. *Ikraith-Abdimas*, 4(1), 8–18.
- Taufandas, M. J. S. M., Hermawati, N., Maruli Taufandas Muh.Jumaidi Sapwal, N. H. (2021). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Diet Hipertensi Pada Lansia Di Dusun Ladon Wilayah Kerja Puskesmas Wanasaba. *Jurnal Medika Hutama*, 2(2): 801–815. <http://jurnalmedikahutama.com/index.php/JMH/article/view/173/111>
- Triyanto, Endang. (2014). Pelayanan Keperawatan bagi Penderita Hipertensi Secara Terpadu. Yogyakarta : Graha Utama
- Utami, P. (2009). *Solusi Sehat Mengatasi Hipertensi*. Jakarta: Agromedia Pustaka
- Utami, R. P. (2021). Efektivitas Diet DASH (Dietary Approaches to Stop Hypertension) pada Pasien Hipertensi: Literatur Review. *Jurnal Gizi Kerja Dan Produktivitas*, 2(2), 8. <https://doi.org/10.52742/jgkp.v2i2.11002>
- WHO. (2009). *Lansia*. <http://eprints.undip.ac.id/12804>. Diakses 8/12/2021
- World Health Organization. (2012). *Global Burden of stroke. World health organization*. Http://.who.int/cardiovaskular_disease/en/cvd_atlas_15_burden_stroke.pdf. Diakses Pada Tanggal 24 Maret 2022.
- World Health Organization. (2019). *Hypertension*. <https://www.who.int/healthtopics/hypertension#>. Diakses pada tanggal 8 Desember 2021

