

HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN DENGAN KEPATUHAN DIET PADA PASIEN HIPERTENSI DI KLINIK PRATAMA MILLENIUM MEDAN

Maya Ardilla Siregar¹, Dedi^{2,*}, Sopia Wana Sinaga³, Yuliatil Adawiyah⁴

^{1,2,3}Institut Kesehatan Helvetia, Medan, Indonesia

⁴Universitas Haji Sumatera Utara, Medan, Indonesia

Email: mayardillasiregar@helvetia.ac.id^{1*}, dedyns@gmail.com²,
sopiasinaga2000@gmail.com³, yuliatil.adawaiyah@gmail.com⁴

Corresponden author : Maya Ardila Siregar

Abstrak

Hipertensi merupakan salah satu penyakit mematikan yang ada di dunia. Seseorang dengan pengetahuan yang meningkat dapat meningkatkan kepatuhan seseorang. Kepatuhan merupakan salah satu faktor yang berpengaruh terhadap keberhasilan terapi hipertensi. Penderita hipertensi yang tingkat kepatuhan pengobatannya baik kebanyakan memiliki pengetahuan yang baik tentang pengobatan hipertensi. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui Tingkat Pengetahuan Dan Kepatuhan Diet Pada Pasien Hipertensi Di Klinik Pratama Millenium Medan Tahun 2021. Desain penelitian ini menggunakan *Survei Analitik* dengan pendekatan *Cross Sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah pasien hipertensi berjumlah 103 responden, sedangkan sampel berjumlah 51 responden. Penelitian dilakukan bulan Maret sampai bulan Juni dan teknik pengambilan sampel menggunakan *accidental sampling*. Pengumpulan data dengan kuesioner tingkat pengetahuan dan kepatuhan diet hipertensi. Analisis data dengan uji *chi-square* dengan tingkat signifikansi $\alpha = > 0,05$. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan antara tingkat pengetahuan dan kepatuhan diet pada pasien hipertensi (*p-value 0,04*). Kesimpulan dalam penelitian terdapat hubungan tingkat pengetahuan dengan kepatuhan diet pada pasien hipertensi di Klinik Pratama Millenium Medan. Diharapkan bagi klinik untuk meningkatkan promosi kesehatan agar dapat meningkatkan pengetahuan pasien hipertensi, sehingga dapat memfasilitasi pasien untuk melakukan kepatuhan diet hipertensi dan dapat mengontrol hipertensi pasien.

Kata kunci: Hipertensi, Pengetahuan, Kepatuhan, Diet

Abstract

*Hypertension is a deadly disease, one of which is in the world hypertension is also called high blood pressure. Knowledge about hypertension will increase adherence to antihypertensive therapy. Where in patients with hypertension whose level of adherence to treatment is good, most of them have good knowledge about hypertension treatment. The study aimed to determine the level of knowledge and dietary compliance in hypertension patients at Millennium Medan Clinic in 2021. The study was an Analytical Survey with a Cross-Sectional approach. The population were hypertensive patients totaling 103 respondents, while the sample amounted to 51 respondents. The study was conducted from March to June and used accidental sampling. Data collection technique used a questionnaire on the level of knowledge and adherence to a hypertension diet. Data analysis with percentage of univariate and bivariate chi-square test with $\alpha = > .05$. The results showed that there was a relationship between the level of knowledge and dietary compliance in hypertensive patients (*p-value .04*). The conclusion was that there was a relationship between the level of knowledge and dietary compliance in hypertensive patients at the Millennium Medan Clinic. further research was conducted on the level of knowledge and dietary compliance in hypertensive patients, using different research locations and research methods.*

Keywords: Hypertension, Knowledge, Dietary, Compliance

Pendahuluan

Hipertensi merupakan salah satu penyakit mematikan yang ada di dunia. Hipertensi adalah suatu keadaan kronis yang ditandai dengan meningkatnya tekanan darah pada dinding pembuluh darah arteri. Hipertensi atau yang lebih dikenal dengan sebutan penyakit darah tinggi adalah suatu keadaan dimana tekanan darah seseorang berada di atas batas normal atau optimal yaitu 120 mmHg untuk sistolik dan 80 mmHg untuk diastolik. Keadaan tersebut melibatkan jantung bekerja lebih keras untuk mengedarkan darah ke seluruh tubuh melalui pembuluh darah. “Hal ini dapat mengganggu aliran darah, merusak pembuluh darah, bahkan menyebabkan penyakit degenerative, hingga kematian” Hipertensi “dijuluki sebagai *silent killer* atau pembunuh diam-diam karena penyakit ini tidak memiliki gejala yang spesifik, dapat menyerang siapa saja, dan kapan saja, serta dapat menimbulkan penyakit degeneratif, hingga kematian”. Seseorang yang menderita hipertensi memiliki peluang 12 kali lebih besar untuk terkena stroke dan 6 kali lebih besar untuk terkena serangan jantung(1).

Hingga saat ini hipertensi masih menjadi masalah kesehatan yang cukup besar untuk tetap diatasi. WHO (*World Health Organization*) menyebutkan bahwa hipertensi men(2)yerang 22% penduduk dunia, dan mencapai 36% angka kejadian di Asia Tenggara. Hipertensi juga menjadi penyebab kematian dengan angka 23,7% dari total 1,7 juta kematian di Indonesia tahun 2016(2).

Prevalensi penduduk dengan tekanan darah tinggi secara nasional sebesar (30,9%). Prevalensi tekanan darah tinggi pada perempuan (32,9%) lebih tinggi dibanding dengan laki-laki (28,7%). Prevalensi di perkotaan sedikit lebih tinggi (31,7%) dibandingkan dengan perdesaan (30,2%). Prevalensi semakin meningkat seiring dengan pertambahan umur(3). Prevalensi hipertensi di Provinsi Sumatera Utara mencapai (6,7%) dari jumlah penduduk di Sumatera Utara. Berdasarkan data Badan Litbangkes Kementerian Kesehatan. Ini berarti bahwa jumlah penduduk Sumatera Utara yang menderita hipertensi mencapai 12.42 jiwa tersebar di beberapa kabupaten(4). Hasil data survei awal yang telah peneliti dapatkan pada Klinik Pratama Millenium Medan dari bulan Januari sampai April, pasien yang melakukan konsultasi Hipertensi berjumlah 103 pasien.

Seseorang dikatakan mengalami hipertensi atau penyakit tekanan darah tinggi Hipertensi dapat dibedakan menjadi tiga golongan yaitu hipertensi sistolik, hipertensi diastolik, dan hipertensi campuran. Hipertensi sistolik (*isolated systolic hypertension*) “merupakan peningkatan tekanan sistolik tanpa diikuti peningkatan tekanan diastolik dan umumnya ditemukan pada usia lanjut”. Tekanan sistolik “berkaitan dengan tingginya tekanan pada arteri apabila jantung berkontraksi (denyut jantung)”. “Tekanan sistolik merupakan tekanan maksimum dalam arteri dan tercermin pada hasil pembacaan tekanan darah sebagai tekanan atas yang nilainya lebih besar”(5).

Untuk melakukan penatalaksanaan dan pencegahan hipertensi salah satu nya adalah kepatuhan diet hipertensi. Kepatuhan diet adalah derajat dimana pasien mengikuti anjuran klinis dari dokter yang mengobatinya.

Pengetahuan tentang hipertensi akan meningkatkan kepatuhan terhadap terapi antihipertensi. Dimana pada penderita hipertensi yang tingkat kepatuhan pengobatannya baik kebanyakan memiliki pengetahuan yang baik tentang pengobatan hipertensi(8) Kepatuhan diet hipertensi itu dipengaruhi beberapa faktor diantaranya dukungan sikap, keluarga, motivasi, pekerjaan dan salah satu dari faktor yang paling penting yaitu tingkat pengetahuan. Tingkat pengetahuan dihubungkan dengan kepatuhan jika dihubungkan maka akan didapatkan adanya hubungan yang positif, artinya jika tingkat pengetahuan tinggi maka tingkat kepatuhan dalam menjalankan diet hipertensi juga tinggi. Responden yang bepengetahuan tinggi berarti mampu mengetahui, mengerti, dan memahami arti manfaat dan tujuan menjalani diet hipertensi(9).

Penelitian sebelumnya dari Susriwenti (2018) “Hubungan tingkat pengetahuan dan kepatuhan diet”, hasil penelitian menunjukkan bahwa hasil uji statistik berdasarkan *uji chi-square* didapatkan $p\text{ value} = 0,035$ ($p < 0,05$) yang berarti menunjukkan ada hubungan bermakna antara pengetahuan dengan kepatuhan diet hipertensi(9). Banyak faktor yang dapat mempengaruhi kepatuhan diet hipertensi seseorang, salah satunya adalah tingkat pengetahuan. Hipertensi mayoritas diderita oleh usia lansia dan pralansia yang memiliki keterbatasan termasuk membaca, atau keterbatasan lainnya yang membatasi pasien untuk memperoleh informasi, sehingga Peneliti tertarik untuk melakukan penelitian ini.

Metode Penelitian

Desain penelitian ini menggunakan survei analitik, dengan *cross sectional* yang menganalisa hubungan antara tingkat pengetahuan dengan kepatuhan diet pasien hipertensi. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pasien yang mengalami hipertensi di klinik pratama Millenium. Jumlah sampel dalam penelitian ini berjumlah 51 responden, dengan teknik pengambilan sampel *accidental sampling*. Penelitian ini dilakukan pada bulan Maret-Juni 2021. Pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan kuisisioner yang dimodifikasi dengan jumlah item pertanyaan 15 untuk tingkat pengetahuan dan 10 untuk kepatuhan diet, dengan uji validitas nilai *cronbach alpha* $< 0,05$. Analisa data pada penelitian ini menggunakan *chi square* untuk menganalisa bivariat dengan tingkat signifikansi 0,05, dan distribusi frekuensi untuk analisa univariat yaitu tingkat pengetahuan, kepatuhan diet dan data demografi responden.

Hasil Penelitian

Gambaran Karakteristik Responden Pasien Hipertensi di Klinik Pratama Millenium

Berdasarkan tabel 1, gambaran karakteristik responden pada pasien hipertensi di Klinik Pratama Millenium mayoritas berusia 46-50 tahun dengan presentase 52,9 % (27 orang), berjenis kelamin laki-laki 28 orang (54,9%), berstatus sudah menikah 32 orang (62,7%).

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Di Klinik Pratama Millenium Medan

No.	Karakteristik	Jumlah	
		f	%
1.	Umur		
	30-45 tahun	24	47,1
	46-60 tahun	27	52,9
2.	Jenis Kelamin		
	Laki-laki	28	54,9
	Perempuan	23	45,1
3.	Status Perkawinan		
	Belum Menikah	6	11,8
	Menikah	32	62,7
	Janda/Duda	13	25,5
4.	Pendidikan		
	Tidak Sekolah	9	17,6
	SD	11	21,6
	SMA	16	31,4
	Diploma	9	17,6
	Sarjana	6	11,8
5.	Pekerjaan		
	Tidak Bekerja	24	47,1
	Bekerja	27	52,9
Total		51	100

Gambaran Tingkat Pengetahuan Pasien Hipertensi di Klinik Pratama Millenium

Gambaran tingkat pengetahuan pasien hipertensi berdasarkan tabel 2, mayoritas memiliki tingkat pengetahuan rendah sebanyak 31 responden (60,8%), dan tingkat pengetahuan tinggi 20 responden (39,2%).

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Gambaran Tingkat Pengetahuan Pasien Hipertensi Di Klinik Pratama Millenium

No	Tingkat Pengetahuan	Jumlah	
		f	%
1	Rendah	31	60,8
2	Tinggi	20	39,2
Total		51	100

Gambaran Tingkat Kepatuhan Pasien Hipertensi di Klinik Pratama Millenium

Berdasarkan tabel 3 dapat diketahui bahwa dari jumlah 51 responden yang memiliki kepatuhan diet yang tidak patuh 33 responden (64,7%), sedangkan yang memiliki kepatuhan diet patuh 18 responden (35,3%). Berdasarkan hasil statistik uji *chi-square* pada kepatuhan diet pada pasien hipertensi di Klinik Pratama Millenium Medan nilai *p value* <0,05, diperoleh *p value* = 0,04 maka *p value* (0,04) < α (0,05) artinya ada hubungan antara kepatuhan diet pada pasien hipertensi di Klinik Pratama Millenium Medan. Kepatuhan adalah “derajat dimana pasien mengikuti anjuran klinis dari dokter yang mengobatinya”.

Tabel 3 Gambaran Kepatuhan Diet Pada Pasien Hipertensi Di Klinik Pratama Millennium Medan Tahun 2021

No	Kepatuhan Diet	Jumlah	
		f	%
1	Tidak Patuh	33	64,7
2	Patuh	18	35,3
Total		51	100

Analisa Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Kepatuhan Diet Pada Pasien Hipertensi

Berdasarkan tabel 4 dapat diketahui bahwa dari jumlah 51 responden yang memiliki tingkat pengetahuan rendah sebanyak 31 responden (60,8%) sedangkan yang memiliki tingkat pengetahuan tinggi sebanyak 20 responden (39,2%). Berdasarkan hasil statistik *chi-square* pada tingkat pengetahuan pada pasien hipertensi di klinik pratama millennium medan nilai *p value* <0,05, diperoleh *p value* = 0,04 maka *p value* (0,04) < α (0,05) artinya ada hubungan antara tingkat pengetahuan dan kepatuhan diet pada pasien hipertensi mellitus di Klinik Pratama Millennium Medan. Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar responden memiliki tingkat pengetahuann rendah.

Tabel 4 Analisa Hubungan Antara Tingkat Pengetahuan Dan Kepatuhan Diet Pada Pasien Hipertensi Di Klinik Pratama Millennium Medan

		Kepatuhan Diet Hipertensi				Total		P value
No	Pengetahuan	Tidak patuh		Patuh				
		f	%	f	%	f	%	
1	Rendah	25	75.8	6	33.3	31	60.8	0,04
2	Tinggi	8	24.2	12	66.7	20	39.2	
Total		33	100	18	100	51	100	

Pembahasan

Gambaran Karakteristik Responden Pasien Hipertensi di Klinik Pratama Millenium

Gambaran tingkat pengetahuan pasien hipertensi berdasarkan tabel 2, mayoritas memiliki tingkat pengetahuan rendah sebanyak 31 responden (60,8%), dan tingkat pengetahuan tinggi 20 responden (39,2%). Tingkat Pengetahuan merupakan sesuatu yang diketahui setelah pengindraan terhadap suatu objek tertentu dilakukan oleh seseorang. Pengetahuan dapat diperoleh dari “usaha seseorang mencari tahu terlebih dahulu terhadap rangsangan berupa objek dari luar melalui proses sensori dari interaksi antara dirinya dengan lingkungan sehingga memperoleh pengetahuan baru tentang suatu objek”(22). Tingkat Pengetahuan merupakan “suatu hasil dari rasa keingintahuan melalui proses sensori, terutama pada bagian mata dan telinga terhadap objek tertentu”. Pendidikan sangat erat hubungannya dengan pengetahuan dan mempengaruhi pengetahuan, dalam hal ini pendidikan yang tinggi akan memperluas pengetahuan seseorang, pengetahuan sendiri mengandung aspek positif dan negatif. Jika semakin banyak aspek positif seseorang, maka sikap positif akan objek tertentu akan muncul/timbul.

Menurut penelitian Agus (2015), menyatakan bahwa “Pengetahuan adalah kesan didalam pikiran manusia sebagai hasil penggunaan pancainderanya, segala apa yang diketahui berdasarkan pengalamannya yang didapatkan oleh setiap manusia”. Pengetahuan juga adalah “mengingat suatu hal, termasuk mengingat kembali kejadian yang pernah dialami baik secara sengaja maupun tidak disengaja dan ini terjadi setelah orang melakukan kontak atau pengamatan terhadap suatu objek tertentu (Wahit)”. Pengetahuan bisa diprediksi bahwa IQ seseorang akan mengalami penurunan sejalan dengan bertambahnya usia, khususnya pada beberapa kemampuan yang lain, seperti kosa kata dan pengetahuan umum(23).

Berdasarkan penelitian Martini Ns, Maria I, Mawaddah Ns, yang berjudul “Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Kepatuhan Diet Hipertensi Di Puskesmas Astambul. J pembahasan yang telah dilakukan peneliti bisa diambil kesimpulan bahwa mayoritas responden yang menggunakan fasilitas Puskesmas Astambul memiliki tingkat pengetahuan baik 75.5% sedangkan seluruh responden yang menggunakan fasilitas Puskesmas Astambul memiliki kepatuhan yang patuh terhadap diet hipertensi 100%. Selanjutnya, “ada hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan dengan kepatuhan diet Hipertensi pada masyarakat di Puskesmas Astambul tahun 2019, ditunjukkan dengan nilai $p = 0,000$ ($p = 0,000 < 0,05$)”(10).

Hasil penelitian ini didukung hasil penelitian Busari, et al. (2010) di Nigeria menyimpulkan bahwa pengetahuan dan sikap pasien hipertensi mempengaruhi kepatuhan pengontrolan tekanan darah, dan angka morbiditas serta mortalitas penyakit hipertensi. Pasien yang mempunyai tingkat pengetahuan baik tentang hipertensi bisa meningkatkan kepatuhannya dalam pelaksanaan program terapi. Demikian juga dalam hasil penelitian Runtukahu (2015), Puspita (2011) dan Ginting (2008) menyimpulkan bahwa “terdapat pengaruh sikap terhadap kepatuhan diet hipertensi dengan tekanan darah pada penderita hipertensi”. Teori Green dalam Notoatmodjo (2007) menjelaskan bahwa faktor predisposisi yang mempengaruhi pembentukan perilaku seseorang adalah sikap (24).

Berdasarkan penelitian Risanti Astika Putri yang berjudul “Hubungan Antara Tingkat Pengetahuan Tentang Diet Hipertensi Dengan Kejadian Kekambuhan Hipertensi Lansia Di Desa Mancasan Wilayah Kerja Puskesmas I Baki Sukoharjo”. Berdasarkan hasil analisis statistik dengan pengujian *Chi Square* diperoleh nilai $\chi^2 = 12,861$ $p\text{-value} = 0,01$ ($p < 0,05$), sehingga terdapat “hubungan tingkat pengetahuan lansia tentang diet hipertensi dengan kejadian kekambuhan di Desa Mancasan wilayah kerja Puskesmas I Baki Sukoharjo”(25). Sesuai dengan Wawan & Dewi, yang berjudul “Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Kepatuhan Diet Hipertensi Di Puskesmas Astambul”, terdapat hubungan yang signifikan antara Tingkat Pengetahuan dengan Kepatuhan Diet Hipertensi dengan nilai $p\text{-value} < 0,05$ ”(10).

Berdasarkan hasil penelitian, pengetahuan pasien mayoritas rendah karena masih sedikitnya promosi kesehatan tentang diet hipertensi yang dapat diakses oleh pasien yang berkunjung di klinik pratama Millenium. Promosi kesehatan dapat meningkatkan pengetahuan seseorang. Hal ini sesuai dengan penelitian dari Kurniati dan Widiati (2016), dengan penelitiannya Pengaruh pendidikan kesehatan terhadap kepatuhan diet dianalisis dengan uji statistik *Wilcoxon* didapatkan hasil $p = 0,000$ dari $p \leq 0,05$ yang berarti ada pengaruh yang signifikan dari pendidikan kesehatan terhadap kepatuhan diet pada penderita Hipertensi. Penelitian lain yang mendukung Pranoto (2014), dengan hasil

bahwa Ada pengaruh program edukasi hipertensi terhadap penatalaksanaan diet rendah natrium dan kolesterol pada penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Kasihan 1 Bantul dibuktikan dengan nilai signifikan 0,015.

Menurut Notoatmodjo, metode pendidikan kesehatan pada hakikatnya adalah suatu kegiatan atau usaha untuk menyampaikan pesan kesehatan kepada masyarakat, kelompok atau individu. Dengan harapan bahwa dengan adanya pesan tersebut masyarakat, kelompok atau individu dapat memperoleh pengetahuan tentang kesehatan yang lebih baik. Dengan kata lain, dengan adanya pendidikan tersebut diharapkan dapat membawa akibat terhadap perubahan sikap sasaran. Didalam suatu proses pendidikan kesehatan yang menuju tercapainya tujuan pendidikan yakni perubahan sikap dipengaruhi oleh banyak faktor seperti, faktor yang mempengaruhi suatu proses pendidikan disamping masukannya sendiri juga metode materi atau pesannya, pendidik atau petugas yang melakukannya, dan alat-alat bantu atau alat peraga pendidikan. Agar dicapai suatu hasil yang optimal, maka faktor-faktor tersebut harus bekerjasama secara harmonis.

Gambaran Tingkat Kepatuhan Pasien Hipertensi di Klinik Pratama Millenium

Berdasarkan tabel 3 dapat diketahui bahwa dari jumlah 51 responden yang memiliki kepatuhan diet yang tidak patuh 33 responden (64,7%), sedangkan yang memiliki kepatuhan diet patuh 18 responden (35,3%). Berdasarkan hasil statistik uji *chi-square* pada kepatuhan diet pada pasien hipertensi di Klinik Pratama Millenium Medan nilai *p value* <0,05, diperoleh *p value* = 0,04 maka *p value* (0,04) < α (0,05) artinya ada hubungan antara kepatuhan diet pada pasien hipertensi di Klinik Pratama Millenium Medan. Kepatuhan adalah “derajat dimana pasien mengikuti anjuran klinis dari dokter yang mengobatinya”.

Kepatuhan merupakan suatu tingkat seseorang dalam melaksanakan suatu aturan dalam dan perilaku yang disarankan”. Pengertian dari kepatuhan yaitu tindakan menuruti suatu perintah atau suatu aturan. Dengan kata lain, kepatuhan merupakan “tingkat seseorang dalam melaksanakan perawatan, pengobatan dan perilaku yang disarankan oleh perawat, dokter atau tenaga kesehatan lainnya”. Kepatuhan (*compliance* atau *adherence*) yaitu “mengambarkan sejauh mana pasien berperilaku untuk melaksanakan aturan dalam pengobatan dan perilaku yang disarankan oleh tenaga kesehatan”(27).

Makanan yang dimakan yang mempengaruhi kestabilan tekanan darah baik secara langsung atau tidak langsung, seperti makanan dengan kandungan zat gizi seperti lemak dan sodium mempunyai kaitan yang erat dengan timbulnya hipertensi. Hipertensi dapat normal/stabil dengan adanya pelaksanaan diet yang teratur, yaitu dengan pengurangan makanan dengan tinggi garam, dan berlemak, mengonsumsi makanan yang tinggi serat serta melakukan aktivitas olahraga. *American Dietetic Association* (ADA) menyatakan bahwa “diet dapat menurunkan tekanan darah dan juga menurunkan risiko terkena penyakit jantung dan stroke”. Dalam melakukan diet rendah garam, dianjurkan untuk mengikuti diet dengan prinsip DASH (26). DASH (*Dietary Approach To Stop Hypertension*), yaitu “suatu diet yang digunakan untuk mengentikan tekanan darah tinggi, dengan prinsip tinggi bahan makanan yang berasal dari buah dan sayuran, dengan menggunakan produk susu rendah lemak, serta mengonsumsi ikan secukupnya, kacang dan unggas yang bersumber dari *saturated fatty acid* (SAFA)”.

Berdasarkan penelitian Rifinda Finny Runtukahu yang berjudul “Analisis Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kepatuhan Melaksanakan Diet Pada Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Wolaang Kecamatan Langowan Timur”, dengan hasil menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara pengetahuan dengan kepatuhan diet hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Wolaang Kecamatan Langowan Timur. Berdasarkan hal itu menunjukkan bahwa pengetahuan kurang akan berpeluang 4,92 kali tidak patuh dibandingkan pengetahuan baik dengan nilai *odds ratio* 4,92, (28).

Kepatuhan dipengaruhi oleh beberapa hal dalam melaksanakan program diet diantaranya pemahaman tentang instruksi, kualitas interaksi, dukungan sosial keluarga, serta keyakinan, sikap dan kepribadian pasien. Berdasarkan 4 hal tersebut, faktor yang paling tidak bisa diboikan adalah dukungan sosial keluarga. Hal ini disebabkan oleh karena dukungan sosial keluarga merupakan faktor penguat yang memiliki kontribusi yang cukup berarti yang mempengaruhi kepatuhan pasien(29).

Beberapa faktor dapat mempengaruhi hal tersebut misalnya adanya dukungan keluarga yang selalu membantu responden dalam menjaga makanan-makanan yang dikonsumsi setiap hari. Selain itu sebuah kepercayaan atau budaya dalam lingkungan responden juga dapat menyebabkan responden menjadi patuh. Responden mengikuti aturan-aturan dan mempercayai budaya dimana responden tersebut tinggal yang padahal merupakan tindakan yang baik dalam menjaga tekanan darah dalam rentang yang normal.

Analisa Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Kepatuhan Diet Pada Pasien Hipertensi

Berdasarkan tabel 4 dapat diketahui bahwa dari jumlah 51 responden yang memiliki tingkat pengetahuan rendah sebanyak 31 responden (60,8%) sedangkan yang memiliki tingkat pengetahuan tinggi sebanyak 20 responden (39,2%). Berdasarkan hasil statistik *chi-square* pada tingkat pengetahuan pada pasien hipertensi di Klinik Pratama Millennium Medan nilai *p value* <0,05, diperoleh *p value* = 0,04 maka *p value* (0,04) < α (0,05) artinya ada hubungan antara tingkat pengetahuan dan kepatuhan diet pada pasien hipertensi mellitus di Klinik Pratama Millennium Medan.

Penderita Penyakit Hipertensi harus memiliki pengetahuan dan kepatuhan diet tentang Hipertensi, pengetahuan adalah suatu kemampuan untuk membentuk model mental yang menggambarkan obyek dengan tepat dan merepresentasikannya dalam aksi yang dilakukan terhadap suatu obyek, sedangkan “sejauh mana perilaku pasien sesuai dengan ketentuan yang diberikan oleh professional disebut dengan kepatuhan”.(10).

Diet hipertensi adalah diet dengan mengurangi konsumsi garam natrium seperti garam dapur (NaCl), soda kue (NaHCO₃), baking powder, *natrium benzoate*, dan vetsin (*mono sodium glutamate*) dikurangi sampai dengan enam gram NaCl atau garam dapur per hari (Sinaga). Makanan mengandung natrium yang dikonsumsi sehari-hari dapat terjadi peningkatan tekanan darah apabila tidak dikendalikan. Berlebihnya asupan natrium yang melebihi batas, terutama dalam bentuk natrium klorida, dapat menyebabkan gangguan keseimbangan cairan tubuh, akibatnya dapat terjadi edema atau asites dan atau hipertensi. Sehingga perlunya pembatasan asupan garam natrium(30).

Berdasarkan penelitian Iceu Amira da yang berjudul “Hubungan Pengetahuan Dengan Kepatuhan Diet Hipertensi Pada Lansia Di Kampung Honje Luhur Kelurahan Sukagalih Wilayah Kerja PKM Pembangunan Kecamatan Tarogong Kidul Kabupaten Garut Tahun 2017”. Hasil penelitian menunjukkan “ada hubungan positif antara pengetahuan dengan kepatuhan diet hipertensi pada lansia yang mengalami hipertensi, semakin tinggi pengetahuan semakin tinggi tingkat kepatuhan terhadap diet hipertensi”. Begitu pula dengan pendapat Poerwanto (2006), bahwa “yang mempengaruhi kepatuhan salah satunya adalah faktor pengetahuan”(31).

Menurut Martini (2018), dalam penelitiannya dengan nilai *p value* <0,05, yaitu “ada hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan dan kepatuhan diet hipertensi”. Penelitian ini didukung oleh Wawan & Dewi (2011) bahwa “kepatuhan dipengaruhi oleh faktor-faktor, salah satunya adalah pengetahuan”. Pengetahuan adalah hasil “tahu” dan dapat terjadi setelah proses penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Pengetahuan manusia sebagian besar diperoleh dari mata dan telinga. Domain penting yang menentukan tindakan seseorang adalah pengetahuan, hal ini disebabkan oleh pengalaman dan penelitian yang membuktikan bahwa perilaku didasari oleh pengetahuan (10).

Pengetahuan yang baik akan mendorong seseorang untuk berperilaku yang tepat khususnya dalam mengatur gaya hidup untuk mencegah semakin parahnya hipertensi dengan diet. Pernyataan ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menyatakan ada hubungan antara tingkat pengetahuan dengan kepatuhan diet hipertensi pada lansia di Panti Wredha Dharma Bakti Kasih Surakarta. Penelitian lain juga sependapat bahwa terdapat hubungan antara pengetahuan dengan kepatuhan diet hipertensi. Semakin tinggi tingkat pengetahuan maka akan memungkinkan seseorang membentuk perilaku untuk patuh dalam menjalankan diet.

Tindakan merupakan aplikasi dari sikap seseorang individu yang juga tidak terlepas dari pengetahuan individu itu sendiri. Namun, semakin tinggi pengetahuan tidak mutlak akan membentuk seseorang berperilaku patuh. Hasil penelitian menemukan masih ada individu yang memiliki pengetahuan baik, akan tetapi berperilaku tidak patuh terhadap diet. Terkait dengan hal tersebut, ketidakpatuhan pasien terhadap dietnya dapat disebabkan oleh beberapa faktor, misalnya seperti motivasi responden yang kurang ataupun lingkungan tempat tinggal responden yang mayoritas tidak mendukung sehingga menyebabkan kurangnya kepatuhan responden terhadap dietnya. Selain itu dukungan dari petugas kesehatan atau orang terdekat seperti keluarga yang umumnya tidak peduli terhadap responden juga dapat menyebabkan responden menjadi tidak patuh terhadap dietnya. Selanjutnya pekerjaan responden yang pada umumnya memiliki penghasilan yang kurang atau cukup sehingga responden merasa tidak mampu untuk memenuhi kebutuhan nutrisi yang baik.

Berdasarkan hasil penelitian, didapatkan bahwa dengan pengetahuan yang rendah, dengan tingkat kepatuhan dietnya tidak patuh. Beberapa faktor dapat mempengaruhi hal tersebut misalnya adanya dukungan keluarga yang selalu membantu responden dalam menjaga makanan-makanan yang dikonsumsi setiap hari. Selain itu sebuah kepercayaan atau budaya dalam lingkungan responden juga dapat menyebabkan responden menjadi patuh. Responden mengikuti aturan-aturan dan mempercayai budaya

dimana responden tersebut tinggal yang padahal merupakan tindakan yang baik dalam menjaga tekanan darah dalam rentang yang normal.

Kesimpulan

Kesimpulan penelitian ini diketahui bahwa mayoritas responden yang memiliki tingkat pengetahuan rendah pada pasien hipertensi dan memiliki kepatuhan diet yang tidak patuh pada pasien hipertensi. Berdasarkan hasil statistik *chi-square* pada tingkat pengetahuan pada pasien hipertensi di Klinik Pratama Millennium Medan nilai *p value* $< 0,05$, diperoleh *p value* = 0,04 maka *p value* (0,04) $< \alpha$ (0,05) artinya ada hubungan antara tingkat pengetahuan dan kepatuhan diet pada pasien hipertensi mellitus di Klinik Pratama Millennium Medan .

Referensi

1. Tim Bumi Medika. Berdamai Dengan Hipertensi. Yunita Nur Indha Sari, Editor. Jakarta; 2017.
2. Hariawan H, Tatisina Cm. Pelaksanaan Pemberdayaan Keluarga Dan Senam Hipertensi Sebagai Upaya Manajemen Diri Penderita Hipertensi. J Pengabd Masy Sasambo. 2020;1(2):75.
3. Berhubungan Fy, Kepatuhan D, Pada D, Rosita M, Tinggi S, Kesehatan I, Et Al. Volume 8 , Juni 2018 Pasien Hipertensi Di Puskesmas Pakjo Palembang Tahun 2018 Volume 8 , Juni 2018 Pendahuluan Data Who (World Health Terwujud , Melalui Terciptanya Masyarakat , Bangsa Dan Negara Indonesia Yang Ditandai Oleh Penduduknya Yang Hidup Denga. 2018;8:76–89.
4. Susanti N, Siregar Pa, Falefi R. Determinan Kejadian Hipertensi Masyarakat Pesisir Berdasarkan Kondisi Sosio Demografi Dan Konsumsi Makan. J Ilm Kesehat. 2020;2(1):43–52.
5. Da Ia, Hendrawati. Hubungan Pengetahuan Dengan Kepatuhan Diet Hipertensi Wilayah Kerja Pkm Pembangunan Kecamatan Tarogong Kidul Kabupaten Garut Tahun 2017. Kesehat Bakti Tunas Husada. 2018;18(1):105–12.
6. Diit K, Hipertensi P. Jurnal Kesehatan Masyarakat. 2013;9(16):100–5.
7. Manullang Kf. Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Hipertensi Dengan Sikap Dalam Pencegahan Komplikasi Hipertensi Di Ruang Poli Penyakit Dalam Rsup H Adam Malik Medan Tahun 2019. Skripsi. 2018;1–76.
8. Fitri T, Sihombing H, Artini Iga. Tingkat Pengetahuan Mengenai Hipertensi. E-Jurnal Med. 2017;6(12):164–9.
9. Susriwenti F, Tinggi S, Kesehatan I. Dalam Rsud Sultan Thaha Saifuddin Kabupaten Tebo Tahun 2018. 2018.
10. Martini, Nur Sukmawaty,, Maria Insana, Mawaddah Ns. Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Kepatuhan Diet Hipertensi Di Puskemas Astambul. 2019;4.
11. Saputro Htri. Hubungan Tingkat Pengetahuan Pasien Tentang Hipertensi Dengan Sikap Kepatuhan Dalam Menjalankan Diet Hipertensi Di Wilayah Puskesmas Andong Kabupaten Boyolali. 2009;8.
12. Legowo Ia. No Titlehubungan Pengetahuan Pasien Dan Dukungan Keluarga Dengan Motivasi Pelaksanaan Diet Rendah Garam Pada Pasien Hipertensi Di Rsud Dr. Soehadi Prijonegoro Srage. 2014;
13. Anih Kurnia M.Kep, Ns Mk. Self-Manajemen Hipertensi. Pertama. Dhiky Wandana, Editor. Surabaya; 2020. 3–5 P.
14. Rita Suhadi D. Seluk Beluk Hipertensi. Pertama. Yogyakarta; 2016. 20 P.

15. Apriyani Puji Hastuti M.Kep. Hipertensi. Pertama. Made Ratih R M P., Editor. Jakarta; 2020. 12,13,14 Dan 78,79.
16. Utari M. Dukungan Keluarga Tentang Kepatuhan Diet Hipertensi Pada Lansia Di Puskesmas Pembantu Kelurahan Persiakan Tebing Tinggi Skripsi. 2017;
17. Ilmu J, Masyarakat K. Kepatuhan Diet Pasien Hipertensi (Studi Pada Pasien Rawat Jalan Di Rumah Sakit Islam Sultan Agung Semarang Tahun 2013) Arista Novian. 2013;
18. Masriadi. Epidemiologi Penyakit Tidak Menular. Ismail, Editor. Jakarta; 2016.
19. Wiwi A. Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Sikap Masyarakat Tentang Skistosomiasis Di Kecamatan Lindu Kabupaten Sigi Sulawesi Tengah Tahun 2015. Ilmu Kedokt. 2015;53(9):1689–99.
20. Muswati Ij. Perilaku Pencegahan Komplikasi Stroke Pada Penderita Hipertensi. 2016;15.
21. Muhammad I. Panduan Penyusunan Karya Tulis Ilmiah Bidang Kesehatan Menggunakan Metode Penelitian Ilmiah. Rb Suroyo, Editor. 2016.
22. Utomo P., Muhlisin Hm., Haryatun N. Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Hipertensi Dengan Upaya Pencegahan Kekambuhan Hipertensi Pada Lansia Di Desa Blulukan Kecamatan Colomadu Kabupaten Karanganyar. Naskah Publ Progr Stud S1 Keperawatan Fak Ilmu Kesehat Univ Muhammadiyah Surakarta. 2013;
23. Gujarati D, Porter D. Hubungan Tingkat Pengetahuan Dan Sikap Pada Pasien Hipertensi Di Klinik Mojokerto. 2010;8–42.
24. Tarigan Ar, Lubis Z, Syarifah S. Pengaruh Pengetahuan, Sikap Dan Dukungan Keluarga Terhadap Diet Hipertensi Di Desa Hulu Kecamatan Pancur Batu Tahun 2016. J Kesehat. 2018;11(1):9–17.
25. Publikasi N, Putri Ra. Tentang Diet Hipertensi Dengan Kejadian. 2014;
26. Hery Tribowo. Hubungan Kepatuhan Diet Hipertensi Dengan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Poli Penyakit Dalam Rsud Prof . Dr . Soekandar Mojokerto * Heri Triwibowo , ** Heni Frilasari , *** Indah Rachma Dewi Akper Bina Sehat Ppni Mojokerto.
27. Abdilah Er. Hubungan Tingkat Pengetahuan Diet Rendah Garam Dengan Pelaksanaan Diet Rendah Garam Serta Di Poli Jantung Rsaa Malang. Fak Kedokt Univ Brawijaya. 2012;5–20.
28. Runtukahu R, Rompas S, Pondaag L. Analisis Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kepatuhan Melaksanakan Diet Pada Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Wolaang Kecamatan Langowan Timur. J Keperawatan Unsrat. 2015;3(2):108615.
29. Bolango Kb. Hubungan Dukungan Sosial Keluarga Dengan Kepatuhan Diet Pasien Hipertensi Di Rsud Toto Kabila Kabupaten Bone Bolango. 2013;
30. V. M. Buyanov. Faktor Tingkat Pengetahuan Dengan Diet Hipertensi Di Rs Bayangkara. Angew Chemie Int Ed 6(11), 951–952. 1967;9–34.
31. Da Ia. Hubungan Pengetahuan Dengan Kepatuhan Diet Hipertensi Pada Lansia Di Kampung Honje Luhur Kelurahan Sukagalih Wilayah Kerja Pkm Pembangunan Kecamatan Tarogong Kidul Kabupaten Garut Tahun 2017. J Kesehat Bakti Tunas Husada J Ilmu-Ilmu Keperawatan, Anal Kesehat Dan Farm. 2018;18(1):105.