

Hubungan Kepatuhan Diit Hipertensi Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi Diwilayah Kerja Puskesmas Pundong Kabupaten Bantul

Tati Oktoviani¹, Mahfud², Retno Koeswandari³
Tatioktoviani@gmail.com

INTISARI

Latar Belakang: Perubahan yang terjadi pada lansia seperti perubahan fisik, perubahan kardiovaskuler yang mana perubahan ini akan mengakibatkan tekanan darah meningkat (hipertensi) pada lansia. Hipertensi merupakan peningkatan tekanan darah yang melebihi 140 mmHg untuk tekanan sistolik dan 90 mmHg untuk tekanan diastolik. Hipertensi dapat dikontrol dengan kepatuhan diitnya, dimana penderita hipertensi harus menjalankan diit secara patuh setiap hari baik saat hipertensi ataupun dalam keadaan normal.

Tujuan Penelitian: Mengetahui hubungan antara kepatuhan diit hipertensi terhadap tekanan darah pada lansia hipertensi.

Metode Penelitian: Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan rancangan penelitian *Cross Sectional*. Metode pengambilan sampel dengan *nonprobability sampling* dengan menggunakan teknik *Purposive Sampling*. Populasi penelitian sebanyak 423 lansia diwilayah kerja Puskesmas Pundong Kabupaten Bantul. Jumlah sampel sebanyak 206 lansia. Pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan kuesioner kepatuhan diit hipertensi selain itu juga menggunakan alat *sphygmomanometer* dan stetoskop untuk mengumpulkan data tekanan darah lansia hipertensi. Analisis data dalam penelitian ini menggunakan uji *chi square*.

Hasil Penelitian: Responden dengan kepatuhan diit kategori patuh sebanyak 95 orang (46,1%), responden dengan kepatuhan diit kategori tidak patuh sebanyak 111 orang (53,9%). Responden yang memiliki tekanan darah normal sebanyak 88 orang (42,7%), dan yang memiliki tekanan darah hipertensi sebanyak 118 orang (57,3%). Hasil dari uji *Chi Square* menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara kepatuhan diit hipertensi terhadap tekanan darah $p = 0,017$.

Kesimpulan: Terdapat hubungan antara kepatuhan diit hipertensi terhadap tekanan darah pada lansia hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Pundong Kabupaten Bantul.

Kata Kunci: Kepatuhan diit, Tekanan darah, Lansia Hipertensi

¹Mahasiswa Prodi Ilmu Keperawatan Universitas Alma Ata Yogyakarta

²Dosen Prodi Ilmu Keperawatan Universitas Alma Ata Yogyakarta

Relationship between Compliance of Hypertension Circles Against Blood Pressure in Hypertensive Elderly in Pundong Bantul Health Center Work Area

Tati Oktoviani¹, Mahfud², Retno Koeswandari³
Tatioktoviani@gmail.com

ABSTRAK

Background: Changes that occur in the elderly such as physical changes, cardiovascular changes in which these changes will result in increased blood pressure (hypertension) in the elderly. Hypertension is an increase in blood pressure that exceeds 140 mmHg for systolic pressure and 90 mmHg for diastolic pressure. Hypertension can be controlled by adherence to the diit, where hypertensive patients must run the diit obediently every day both during hypertension and normal conditions.

Objective: To find out the relationship between hypertension diit adherence to blood pressure in elderly hypertension.

Research Methods: This research is a quantitative research with Cross Sectional research design. The sampling method with nonprobability sampling using Purposive Sampling techniques. The study population was 423 elderly in the working area of Pundong Health Center, Bantul Regency. The total sample is 206 elderly. Collecting data in this study using a hypertension diit compliance questionnaire also used a sphygmomanometer and stethoscope to collect blood pressure data for elderly hypertension. Data analysis in this study used the chi square test.

Research Results: Respondents with adherence to the compliance category were as many as 95 people (46.1%), respondents with adherence to the non-compliant category were 111 people (53.9%). For respondents who have normal blood pressure as many as 88 people (42.7%), and those who have hypertension blood pressure as many as 118 people (57.3%). The results of the Chi Square test showed that there was a relationship between hypertension dietary compliance with blood pressure $p = 0.017$.

Conclusion: There is a relationship between hypertension compliance with blood pressure in elderly hypertension in the Work Area of Pundong Health Center, Bantul Regency.

Keywords: Compliance of diit, blood pressure, elderly hypertension

¹Student of Nursing Science Study Program at Alma Ata University, Yogyakarta

²Lecturers of Nursing Science Study Program, University of Alma Ata Yogyakarta

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Penuaan merupakan proses yang terjadi secara alamiah, tahap dewasa merupakan tahap tubuh mencapai titik maksimal, kemudian tubuh akan mulai menyusut dikarenakan berkurangnya jumlah sel-sel dalam tubuh. Akibatnya tubuh akan mengalami penurunan fungsi secara perlahan yang disebut penuaan (1). *World Health Organization (WHO)* yang dikutip oleh Rhajeng (2) memperkirakan akan terjadi peningkatan proporsi lansia di dunia dari 7% pada tahun 2020 sampai 23% pada tahun 2025. Meningkatnya usia harapan hidup akan berdampak terhadap penyakit *degenerative* seperti Hipertensi. Hal ini dapat dilihat dari perubahan yang terjadi pada diri lansia yang meliputi perubahan fisik, perubahan kardiovaskuler, perubahan ini akan mengakibatkan tekanan darah meningkat pada lansia (1).

Kejadian prevalensi hipertensi di Indonesia sebesar 26,5 persen dari total penduduk dewasa. Hipertensi menjadi penyakit penyebab kematian nomor tiga setelah stroke dan tuberkolosis di Indonesia (3). Di Kabupaten Bantul data kunjungan pasien rawat jalan di Puskesmas tahun 2017 Hipertensi diperingkat kedua dengan jumlah terbanyak yaitu sebanyak 38.641 orang (4).

Hipertensi adalah peningkatan tekanan darah yang melebihi 140 mmHg untuk tekanan sistolik dan 90 mmHg untuk tekanan diastolik.

Hipertensi terjadi disebabkan oleh beberapa faktor seperti obesitas, genetik, tidak pernah olahraga, mengkonsumsi tinggi natrium, mengkonsumsi alkohol dan faktor usia. Penyakit *degeneratif* yang dapat mengakibatkan masalah seperti kelelahan berlebih, sakit kepala, depresi, pola tidur yang tidak teratur, dan jantung berdebar-debar (5). Jika penderita hipertensi tidak mencegah dan mengobati penyakit hipertensinya secara maksimal, maka penderita akan beresiko mengalami komplikasi (6).

Penyakit hipertensi merupakan penyakit pola hidup, hipertensi dapat dikontrol dengan kepatuhan diitnya. Diit ini meliputi pembatasan asupan garam, penderita hipertensi harus menjalankan diit secara patuh setiap hari baik saat hipertensi ataupun dalam keadaan normal (7). Kepatuhan diit ini bertujuan untuk mengontrol tekanan darah agar selalu stabil dan mencegah terjadinya komplikasi yang disebabkan oleh hipertensi, selain itu diit hipertensi juga bertujuan untuk menurunkan faktor-faktor resiko hipertensi lainnya seperti obesitas, tingginya kadar lemak atau kolestrol dan asam urat dalam darah (7). Berdasarkan hasil penelitian sebelumnya Kristiana Puji Wurwandari terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat kepatuhan diit dengan tekanan darah pada pasien hipertensi di Kelurahan Nambangan (8).

Menurut data dari Dinas Kesehatan Bantul tahun 2018 bahwa data lansia dengan hipertensi di Puskesmas Pundong berjumlah 2.884 orang (9). Puskesmas Pundong menaungi 3 desa yaitu desa Srihardono terdiri

dari 7 dusun, desa Panjangrejo terdiri dari 5 dusun dan desa Seloharjo terdiri dari 6 dusun. Puskesmas Pundong tercatat di Dinas Kesehatan Bantul sebagai Puskesmas rawat inap dengan 10 tempat tidur. Bangunan rawat inap selesai di bangun pada bulan April 2006 akan tetapi pada bulan Februari 2009 Puskesmas Pundong memulai pelayanan rawat inap dengan pelayanan 24 jam (10).

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan peneliti di Puskesmas Pundong pada tanggal 13 Oktober 2018 melalui wawancara terhadap petugas puskesmas Pundong didapatkan data jumlah lansia pada tahun 2018 sebanyak 2.371 jiwa dan terdapat 423 lansia usia > 60 tahun di diagnosa hipertensi. Peneliti juga melakukan observasi langsung di Puskesmas Pundong pada tanggal 17 November 2018 untuk melakukan wawancara dan pengukuran tekanan darah terhadap 5 lansia, saat dilakukan wawancara 2 dari 5 lansia tersebut sudah menerapkan diit hipertensi dengan menghindari makanan pemicu hipertensi, dan sebagian lansia lainnya tidak patuh terhadap diit hipertensi salah satunya masih sering mengkonsumsi garam dapur lebih dari satu sendok makan perhari. Saat dilakukan pengukuran tekanan darah dari ke lima lansia tersebut mengalami Hipertensi yang rata-rata tekanan darah 160/100 mmHg. Berdasarkan dari permasalahan yang peneliti dapatkan, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian hubungan kepatuhan diit Hipertensi terhadap tekanan darah pada lansia hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Pundong Bantul.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas dapat diambil rumusan masalah yaitu Apakah ada hubungan kepatuhan diit hipertensi terhadap tekanan darah pada lansia hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Pundong Kabupaten Bantul?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan kepatuhan diit hipertensi terhadap tekanan darah pada lansia hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Pundong Kabupaten Bantul.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui karakteristik responden berdasarkan umur, jenis kelamin, pendidikan, pekerjaan dan riwayat hipertensi pada keluarga.
- b. Mengetahui kepatuhan diit hipertensi lansia di wilayah kerja Puskesmas Pundong Kabupaten Bantul.
- c. Mengetahui tekanan darah lansia hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Pundong Kabupaten Bantul.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah ilmu pengetahuan dan informasi bagi ilmu keperawatan khususnya tentang kepatuhan diit pada pasien hipertensi.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Universitas Alma Ata

Penelitian ini dapat bermanfaat bagi media kepustakaan mahasiswa Alma Ata dan sebagai tambahan bahan kajian dalam pengajaran serta referensi maupun penelitian yang berkaitan dengan kepatuhan diit hipertensi terhadap tekanan darah pada lansia hipertensi.

b. Bagi Puskesmas Pundong

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi tentang kepatuhan diit hipertensi terhadap tekanan darah pada lansia hipertensi dan dapat digunakan sebagai bahan penilaian tenaga kesehatan Puskesmas Pundong untuk melihat adanya hubungan kepatuhan diit hipertensi terhadap tekanan darah pada lansia hipertensi.

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini dapat dijadikan data dasar bagi penelitian lain yang akan mengembangkan ilmu, khususnya yang berkaitan dengan tekanan darah lansia yang menderita hipertensi.

d. Keluarga Lansia

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi kepada keluarga betapa pentingnya lansia hipertensi untuk mengatur pola hidup sehat dengan mempertahankan status gizi yang baik untuk mencegah timbulnya gejala komplikasi hipertensi.

e. Ahli Gizi

Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai bahan pertimbangan dalam membuat kebijakan bagi tenaga kesehatan khususnya pada ahli gizi tentang kepatuhan diet pasien hipertensi mengenai komposisi zat gizi khususnya zat gizi kalori, protein, lemak, karbohidrat dan natrium untuk lansia hipertensi.

DAFTAR PUSTAKA

1. Maryam, R. Siti dkk. *Mengenal usia lanjut dan perawatannya*. Jakarta: Salemba Medika; 2008
2. Rahajeng. *Prevalensi Hipertensi dan Determinan di Indonesia*. Jakarta: Gaya Baru; 2017
3. Syamsudin. *Buku Ajaran Farmakologi Kardiovaskuler dan Renal*. Jakarta: Salemba Medika; 2012
4. Dinas Kesehatan. *Profil Kesehatan Kabupaten Bantul Tahun 2017*
5. Smeltzer and Bare. *Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah*, Edisi 8, Volume 2, Jakarta: EGC; 2014
6. Fridman, M.M, Bowden, V.R, & Jones, E.G. *Family nursing: Research, theory and practice*. Fifth Edition. New Jersey: Prentice Hall; 2006
7. Almatsier, S. *Penuntun Diet Edisi Baru*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Umum; 2008
8. Puji Purwandari Kristiana. *Hubungan Tingkat Kepatuhan Diet terhadap Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi di Desa Nambangan*. Surakarta: STIKES PKU Muhammadiyah Surakarta; 2018
9. Dinkes Bantul. *Profil Kesehatan tahun 2018*. Yogyakarta: Dinkes Bantul; 2017
10. Puskesmas Pundong. *Profil Puskesmas Pundong Kabupaten Bantul Tahun 2018*
11. Sumedi. *Konsep dan Teori Penuaan*. Yogyakarta: Andi Offset; 2016
12. Nugroho, Wahyudi. *Keperawatan Gerontik dan Geriatrik Edisi 3*. Jakarta: EGC; 2008
13. Ambardini. *Aktifitas Fisik pada Lansia*. Yogyakarta: Staff Pengajar UNY; 2014
14. Triyanto, Endang. *Pelayanan keperawatan bagi Penderita Hipertensi Secara Terpadu*. Yogyakarta: Graha Ilmu; 2014
15. Basuki, N. *FT Geriatri & Women Health*. Surakarta: Politeknik Kesehatan Surakarta; 2010
16. Padella. *Keperawatan Gerontik*. Yogyakarta: Nuha Medika; 2011
17. Stanley, M dan Beare, P.G. *Buku Ajar keperawatan gerontik*. Jakarta: EGC; 2011
18. Darmojo B, Martono H. *Geriatri (Ilmu Kesehatan Usia Lanjut) Edisi III*. Jakarta: Balai Penerbit FKUS; 2009
19. Komnas Lansia. *Program Umum Komisi nasional Lanjut Usia*. Jakarta: Komnas Lansia; 2011
20. Widiyanti dkk. *Senam Kesehatan*. Yogyakarta: Nuha Medika; 2010
21. Mujahidullah, K. *Keperawatan Geriatrik*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar; 2012
22. Triyanto, Endang. *Pelayanan Keperawatan bagi Penderita Hipertensi Secara Terpadu*. Yogyakarta: Graha Ilmu; 2014
23. Nurmalina. *Pencegahan dan Manajemen Obesitas*. Bandung: Gramedia; 2011

24. Potter, P. A & Perry, A. G. Buku ajar fundamental keperawatan: konsep, proses, dan praktik. Edisi 4 Jakarta: EGC; 2009
25. Muttaqin, Arif. *Asuhan Keperawatan Klien dengan Gangguan Sistem Kardiovaskuler*. Jakarta: Salemba Medika; 2010
26. Suyono. *Buku Ajar Ilmu Penyakit Dalam*. Jakarta: Balai Penerbi FKUI; 2013
27. Udjianti, Wajan. *Keperawatan Kardiovaskuler*. Jakarta: Salemba Medika; 2011
28. Adib, M. *Cara Mudah Memahami dan Menghindari Hipertensi Jantung dan Stroke*. Yogyakarta: Dianloka; 2012
29. Widdharto. *Bahaya Hipertensi*. Jakarta: PT Sunda Pustaka; 2011
30. Marliani, L & Tantan. *100 Question & Answer Hipertensi*. Jakarta: Elex Media Komputindo; 2010
31. Bustan, M.N. *Epidemologi Penyakit Tidak Menular*. Jakarta: Rineka Cipta; 2013
32. Soeryoko, A. *20 Tanaman Obat Terpopuler Penurunan Hipertensi*. Yogyakarta: Andi Offset; 2010
33. Susilo, Y & Wulandari, A. *Cara Jitu Mengatasi Hipertensi*. Yogyakarta: Andi Offset; 2011
34. Muhammadun, A.S. *Hidup Bersama Hipertensi*. Yogyakarta: In-Books; 2010
35. Hartono, Djoko pekik. *Terapi Gizi dan Diet Rumah Sakit*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Umum; 2012
36. Santoso, Fredy. *Diet Pencegah Hipertensi*. Bandung: EGC; 2014
37. Agrina, Sunarti. *Kepatuhan Lansia Penderita Hipertensi dalam Pemenuhan Diet Hipertensi*. *Jurnal Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Riau*, Vol. 6, No, 1, April 2011
38. Arista, N. *Faktor yang Berhubungan dengan Kepatuhan Diit Pasien Hipertensi*. *Jurnal Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat Universitas Negeri Semarang*; 2014
39. Machfoedz, Irham. *Metodologi Penelitian*. Yogyakarta: Fitramaya; 2014
40. Nursalam. *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika; 2011
41. Sugiyono. *Metodologi Penelitian Administrasi*. Jakarta: Balai Pustaka; 2011
42. Arikunto,S. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Edisi revisi. Jakarta: PT Asdi Mahasatya; 2010
43. Perdana, Muhammad Algisa. *Hubungan Dukungan Keluarga dengan Tingkat Kepatuhan Diit Hipertensi pada Lansia di Dusun Depok Ambarketawang Gamping Sleman Yogyakarta*. Yogyakarta : Universitas Aisyiyah; 2017
44. Hidayat, A. *Riset Keperawatan dan Teknik Penelitian*. Edisi Revisi. Jakarta: Salemba Medika; 2010
45. Notoadmojo,S. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta; 2010
46. Putri Riasanti, A. *Hubungan antara tingkat pengetahuan tentang diit hipertensi dengan kejadian kekambuhan hipertensi lansia didesa mancanan wilayah kerja baki sukoharjo*. Surakarta: Universitas Muhamadiyah Surakarta; 2014
47. Ardyansah, M. *Medikal Bedah untuk Mahasiswa*. Yogyakarta: Diva press;2012

48. Novitaningtyas, T. Hubungan Karakteristik (Umur, Jenis Kelamin, Tingkat Pendidikan) dan Aktivitas Fisik dengan Tekanan Darah pada Lansia di Kelurahan Makamhaji Kecamatan Kartasura Kabupaten Sukoharjo. Surakarta: Program Studi Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta; 2014
49. Jiyanto, Irwan, Mahfud, Nindita K. Hubungan Dukungan Sosial Dengan Perilaku Kesehatan Pada Lansia Hipertensi Di BPSTW Abiyoso dan Budi Luhur Yogyakarta. Universitas Alma Ata. 2019.
50. Siringoringo. Analisis Faktor Resiko Hipertensi. Jurnal Keperawatan; 2010
51. Zhong, X. Awareness and Practice of Perilaku Kesehatan and Influnce factor among individuals with type 2 diabetes in urban community setting in anhui Disease Control and Provention; 2011
52. Manurung. Hubungan pengetahuan pasien hipertensi dengan kepatuhan pasien dalam pelaksanaan program terapi hipertensi dipoliklinik rawat jalan RSUP medan. Universitas Sumatera Utara; 2011
53. Puspitasari Sundari, Mahfud, Brune Indah Yulitasari. Hubungan dukungan keluarga dan diit hipertensi dengan frekuensi kekambuhan hipertensi pada lansia diwilayah kerja puskesmas pandak II bantul yogyakarta. Yogyakarta : Universitas Alma Ata; 2017
54. Susani, Eni. Imram R.R.P. Hubungan Perokok Berat Dengan Kejadian Hipertensi Di RSUD Kharisma Paramedika Wates. Universitas Alma Ata; 2016.
55. Mannan H. Faktor resiko kejadian hipertensi diwilayah kerja puskesmas bangkala kabupaten jeneponto tahun 2012: 1-13
56. Azhari. Hubungan Kepatuhan Diit dengan Kejadian Hipertensi pada Lansia di Klinik Rawat jalan RS Daerah Kota Tidore: Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi Manado; 2013
57. Haviza. Hubungan antara Konsumsi Makan Dengan kejadian hipertensi pada Lansia. Jurnal Keperawatan. Universitas Jember; 2013
58. Hairitama Riyan. Kepatuhan lansia Penderita Hipertensi dalam Pemenuhan Diit Hipertensi. Riau: Universitas Riau; 2011.