

**KEPATUHAN DALAM MENJALANKAN DIET HIPERTENSI
DI POLI RSUD PALAGIMATA KOTA BAUBAU
PROVINSI SULAWESI TENGGARA**

Anna Maria Daud,
Institut Teknologi dan Kesehatan Tri Tunas Nasional
**Alamat korespondensi : Email : Annamaria0892@gmail.com*

(Received 8 Agustus 2023; Accepted 26 Agustus 2023)

ABSTRAK

Hipertensi merupakan masalah kesehatan yang serius di dunia karena angka prevalensi dan tingkat keganasan yang tinggi yaitu berupa kecacatan maupun kematian. Penelitian ini bertujuan untuk Mengetahui hubungan antara tingkat pengetahuan klien tentang hipertensi dengan kepatuhan dalam menjalankan diet hipertensi di Poli RSUD Palagimata Kota Baubau. Desain penelitian yang digunakan adalah deskriptif dengan pendekatan *cross-sectional study*. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 68 orang. Pengambilan sampel dilakukan secara purposif sampling. Variabel independen adalah Pengetahuan, Pengertian, tanda, gejala, etiologi, komplikasi, diet, latihan fisik, pengobatan. Variabel dependen adalah Kepatuhan Klien Menjalankan Diet Hipertensi. Berdasarkan hasil uji statistik Chi square dengan taraf signifikansi dengan nilai signifikansi $p = 0,02$ dengan nilai $X^2 = 5,376$ dan $\alpha : 0,05$ maka $0,02 < 0,05$ berdasarkan hasil tersebut didapatkan adanya hubungan yang signifikan antara tingkat Pengetahuan Klien hipertensi dengan Kepatuhan Menjalankan Diet Hipertensi.

Kata Kunci : Diet Hipertensi, Kepatuhan, dan Pengetahuan

Kepustakaan : 15 (2014-2019)

PENDAHULUAN

Penyakit hipertensi banyak diderita oleh orang dari berbagai sub-sub kelompok, hal ini membuktikan bahwa penderita hipertensi sangat heterogen. Hipertensi dipengaruhi oleh faktor ganda, baik yang bersifat endogen seperti: neuro transmitter, hormon dan genetik dan bersifat eksogen seperti : diet, rokok dan stressor. Hipertensi merupakan masalah kesehatan yang serius di dunia karena angka prevalensi dan tingkat keganasan yang tinggi yaitu berupa kecacatan maupun kematian.

Lebih dari separoh penduduk dunia usia 65 tahun keatas menderita penyakit hipertensi.ada suatu penelitian pada 300.000 populasi berusia 65–115 tahun yang dirawat di rumah sakit didapatkan prevalensi 32 % tanpa komplikasi,yang dengan komplikasi 26% penyakit jantung koroner, 22% penyakit jantung kongestif, 20% penyakit serebrovaskuler

Di Indonesia jumlah penderita hipertensi secara pasti belum dapat di ketahui karena luasnya wilayah Indonesi yang terdiri dari beribu – ribu pulau dan suku - suku, Menurut penelitian yang dilakukan oleh Prof.Boedi Darmojo (1990) bahwa kejadian hipertensi di Indonesia berkisar

antara 1,8 % - 28,6 % penduduk Indonesia,

Pengobatan hipertensi bisa dilakukan dengan menggunakan obat yaitu , minum obat secara teratur atau tanpa menggunakan obat yaitu kepatuhan dalam menjalankan diit, menurunkan kegemukan, rajin olah raga, mengurangi konsumsi garam, diit rendah lemak, rendah kolesterol, tidak merokok, tidak konsumsi alkohol, kurangi makanan yang mengandung kalium tinggi, Batasi kafein, hindari stres., kontrol tekanan darah secara teratur

Dalam penatalaksanaan diet hipertensi pasien mempunyai peranan penting, karena hipertensi merupakan penyakit yang perlu penanganan secara mandiri. Pasien disini harus memiliki pengetahuan ketrampilan dan kepatuhan untuk dapat menyesuaikan penatalaksanaan hipertensi dalam kehidupan sehari-hari.

Tips sehat bagi penderita hipertensi

1. Lakukan diit rendah lemak, hindari konsumsi, goreng – gorengan daging berlemak, telur dan susu full cream
2. Lakukan diit rendah garam, hindari konsumsi, makanan yang diasinkan seperti ikan asin, telur asin dll

3. hindari makanan yang memicu meningkatkan tekanan darah tinggi seperti durian, daging kambing, jeroan.
4. hindari konsumsi makan yang diawetkan, makanan yang mengandung , natrium, soda, mono sodium glutamat.
5. konsumsi buah – buahan dan sayuran segar yang banyak mengandung kalium seperti bayam, brokoli, kacang panjang, apree karena kalium mentralisir unsure natrium dalam tubuh
6. menurunkan berat badan bagi penderita hipertensi yang mengalami kelebihan berat badan dengan olah raga
7. menerapkan pola makan yang sehat, biasakan pola hidup sehat, agar terhindar dari stress dan ketegangan jiwa.
8. terapkan prinsip walaupun diit, tetap dinikmati pola hidup tetap bahagia

METODE PENELITIAN

Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah desain kolerasi dengan yang melibatkan tindakan pengumpulan data guna menentukan, apakah ada hubungan antara dua variabel atau lebih Pada penelitian ini peneliti ingin mencari faktor yang berhubungan tingkat pengetahuan klien tentang hipertensi dengan kepatuhan dalam menjalankan diet hipertensi di poli RSUD Palagimata Kota Baubau.

Penelitian ini dilaksanakan di Rumah Sakit Umum Daerah Palagimata Kota Baubau, Juni-Juli 2023.

Dalam penelitian ini yang menjadi populasi terjangkau adalah semua penderita hipertensi periksa dipoli RSUD Palagimata Kota Baubau. Populasi yang didapatkan pada bulan Juni sampai Juli 2023. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah *non probality sampling* yaitu total *sampling* atau *sampling* penuh. Total *sampling* atau *sampling* Penuh instrument yang digunakan dalam penelitian ini berbentuk kuesioner, yaitu terdiri dari 14 item pertanyaan untuk pengetahuan responden tentang hipertensi dengan bentuk soal Ya–Tidak, dan 10 item pertanyaan untuk reaksi dan pendapat yang ditunjukkan responden terhadap diet paska rawat inap. bentuk soal Dengan menggunakan skala Kategorikal.

HASIL PENELITIAN

Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Hipertensi Dengan Kepatuhan Dalam Menjalankan Diet Hipertensi di Poli RSUD Palagimata Kota Baubau.

		Kepatuhan		
		Patuh	Tidak Patuh	Jumlah
Tingkat	Baik	31	10	41
Pengetahuan	%	45,6 %	14,7 %	60,3 %
	Kurang	13	14	27
	%	19,1 %	20,6 %	39,7 %
Total		44	24	68
		64,7 %	35,3 %	100 %

$\chi^2 = 5,376$

P value = 0,02

Dari analisa hasil penelitian pada tabel 4.7 yaitu 51,9 % dengan pengetahuan baik dan patuh, 20,6 % dengan pengetahuan kurang dan tidak patuh, 19,1 % dengan pengetahuan kurang dan patuh

dan 14,7 % dengan pengetahuan baik tetapi tidak patuh.

Untuk Hubungan tingkat Pengetahuan Klien hipertensi dengan Kepatuhan Menjalankan Diet Hipertensi dengan menggunakan uji statistik Chi square dengan kriteria nilai p Value yang merupakan harga estimasi dari koefisien korelasi (signifikansi atau kemaknaan hubungan) dan mengambil taraf nyata (α) kurang dari 0,05, jika signifikansi $p < \alpha$ maka dianggap adanya hubungan yang signifikan, tetapi jika nilai signifikansi $p > \alpha$ maka dianggap tidak adanya hubungan yang bermakna.

Sehingga berdasar data diatas didapatkan dari hasil penelitian dengan nilai signifikansi $p = 0,02$ dengan nilai $X^2 = 5,376$ dan $\alpha : 0,05$ maka $0,02 < 0,05$ berdasarkan hasil tersebut didapatkan adanya hubungan yang signifikan antara tingkat Pengetahuan Klien hipertensi dengan Kepatuhan Menjalankan Diet Hipertensi.

Dengan demikian pengetahuan sangatlah penting untuk terjadinya perilaku yang patuh oleh karena itu salah satu cara peningkatan pengetahuan yaitu dengan cara memberi informasi baru (pendidikan kesehatan). Karena kepatuhan merupakan perilaku klien, sedang perilaku kesehatan menurut skinner adalah respon seseorang terhadap stimulus atau obyek yang berkaitan dengan sehat sakit, penyakit, dan factor-faktor yang mempengaruhi kesehatan seperti lingkungan,

makan, minum dan pelayanan kesehatan.

Untuk dapat mengubah atau membentuk perilaku patuh dapat dilakukan dengan berbagai teknik pendekatan, salah satunya yaitu dengan adopsi dan diferensiasi yaitu dengan berkembangnya intelegensia, bertambahnya pengalaman, bertambahnya umur serta kejadian dan peristiwa yang berulang dan terus menerus lama kelamaan akan terserap kedalam individu dan mempengaruhi perilaku.

KESIMPULAN

Pengetahuan tentang hipertensi memberikan dampak yang positif dalam kepatuhan menjalankan diet hipertensi. Semakin baik tingkat pengetahuan pasien akan baik pula tingkat pemahamannya tentang pentingnya diet hipertensi yang akhirnya akan berpengaruh pada kepatuhan menjalankan diet.

DAFTAR PUSTAKA

1. ----- . Agustus, 2006 . Media Sehat, Edisi 03
2. Darmojo Boedi, Hadi Martono, 1998, Buku Ajar Geriatri, Penerbit FK UI
3. Terney.M, Lowrence, Mc Phee, et al, 2002, Diagnosis dan terapi Kedokteran, Alih Bahasa , ghofir Abdul, dkk, Edisi 1, Jakarta, Penerbit Salemba Medika
4. L.Gunawan . 2001, Hipertensi, Yogyakarta, Penerbit Kanisius
5. ----- . 2006. CM RSUD TUGU REJO. tidak dipublikasikan

6. Suharto, Iman, 2000. Penyakit Jantung Koroner, Pencegahan Dan Penyembuhan, Jakarta, PT Gramedia Pustaka Utama.
7. Mansjoer Arif. 2001. Kapita Selekta Kedokteran. Jakarta. Media Aesculapius, FK UI
8. Nursalam, 2001, Pendekatan Praktis Metodologi Riset keperawatan. Jakarta, CV Info Media