

Hubungan Tingkat Pengetahuan dan Pola Makan dengan Kejadian Hipertensi Di Rw 06 Desa Tobat

Mohamad Sohibul Latif¹ Siti Robeatul Adawiyah² Rina Puspita Sari³

¹Mahasiswa keperawatan Universitas Yatsi Madani, , Jl. Aria Santika No.40A, RT.001/RW.003, Margasari, Kec. Karawaci, Kota Tangerang, Banten 15114

²⁻³ Dosen Keperawatan Universitas Yatsi Madani, , Jl. Aria Santika No.40A, RT.001/RW.003, Margasari, Kec. Karawaci, Kota Tangerang, Banten 15114
Email: sohibullatif32@gmail.com

Abstrak

Hipertensi juga sering disebut sebagai *silent killer* karena tidak bergejala. Tanda-tanda yang jelas dari tekanan darah tinggi dapat dikenali dengan mengukur tekanan darah secara teratur salah satunya pola makan tentang hipertensi. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui suatu hubungan tingkat pengetahuan dan pola makan dengan kejadian hipertensi di Rw.06 Desa Tobat. Jenis penelitian ini adalah teknik analitik, dengan pendekatan *cross-sectional*, semple berjumlah 93 responden. Hasil uji korelasi *chi-square* di dapatkan hasil nilai $p\text{-value } 0,000 < 0,05$, yang artinya terdapat hubungan tingkat pengetahuan, pola makan nilai $p\text{-value } 0,002 < 0,05$ yang artinya terdapat hubungan pola makan dengan kejadian hipertensi di Rw.06 Desa Tobat. Kesimpulan terdapat hubungan yang signifikan antara hubungan tingkat pengetahuan dan pola makan dengan kejadian hipertensi di Rw.06 Desa Tobat. Tingkat pengetahuan baik (73,1%), pola makan baik (45,0%), kejadian hipertensi tahap 1 (42,4%). Diharapkan dapat meningkatkan pola makan sehat hipertensi dengan meningkatkan pengetahuan hipertensi baik melalui media massa maupun dengan mengikuti kegiatan penyuluhan kesehatan yang diadakan oleh Dinas Kesehatan.

Kata Kunci: Tingkat Pengetahuan, pola makan, hipertensi.

Relationship Between Knowledge Level And Diet Patterns With Hypertension Incidents In Rw 06 Tobat Village

Abstract

Hypertension is also often referred to as a *silent killer* because it is asymptomatic. Clear signs of high blood pressure can be recognized by measuring blood pressure regularly, one of which is a diet about hypertension. The purpose of this study was to determine the relationship between the level of knowledge and diet with the incidence of hypertension in RW.06 Tobat Village. This type of research is an analytical technique, with a cross-sectional approach, a sample of 93 respondents. The results of the *chi-square* correlation test obtained a $p\text{-value of } 0.000 < 0.05$, which means that there is a relationship between the level of knowledge, diet, $p\text{-value } 0.002 < 0.05$, which means that there is a relationship between diet and the incidence of hypertension in RW.06 Tobat Village. The conclusion is that there is a significant relationship between the relationship between the level of knowledge and diet with the incidence of hypertension in RW.06 Tobat Village. The level of knowledge is good (73.1%), good diet (45.0%), the incidence of stage 1 hypertension (42.4%). It is expected to improve healthy diets for hypertension by increasing knowledge of hypertension both through mass media and by participating in health education activities held by the Health Office.

Keywords: Level of Knowledge, diet, hypertension.

PENDAHULUAN

Hipertensi adalah penyakit degeneratif. Secara umum, hipertensi meningkat perlahan seiring bertambahnya usia. Pada usia lanjut (usia ≥ 60 tahun), prevalensi hipertensi adalah 65,4% juga sering disebut sebagai *silent killer* karena tidak bergejala. Tanda-tanda yang jelas dari

tekanan darah tinggi dapat dikenali dengan mengukur tekanan darah secara teratur. Keluhan pada pasien sekunder yang diketahui pasien adalah sakit kepala, rasa berat di leher, dan emosi yang terus-menerus (Dafriani et al., 2023).

Komplikasi hipertensi menyebabkan sekitar 9,4 kematian di seluruh dunia setiap

tahunnya. Hipertensi menyebabkan setidaknya 45% kematian karena penyakit jantung dan 51% kematian karena penyakit stroke. Kematian yang disebabkan oleh penyakit jantung koroner dan stroke diperkirakan akan terus meningkat mencapai 23,3 juta kematian (Infodatin Jantung, 2019).

Berdasarkan dari data WHO sebanyak 1,28miliar manusia usia 30 - 79 tahun seluruh dunia menengah 25,9%. Sedangkan negara maju dengan prevalensi hipertensi terendah pada tahun 2019 yaitu Swiss dengan angka 17% pada Wanita 26% pada pria dan Kanada 20% pada Wanita. Di samping itu komplikasi hipertensi bertanggung jawab atas 9,4 juta kematian di seluruh dunia pada setiap tahunnya (*World Health Organization*, 2019).

Data kasus penderita hipertensi di Asia Tenggara berada di posisi ke tiga tertinggi dengan prevalensi kejadian hipertensi menyentuh angka sebesar 37% dengan kontribusi diantaranya adalah Thailand 34%, Singapura 34,6%, Malaysia 38% dan Brunei Darussalam sebesar 34,4%. Hipertensi telah mengakibatkan kematian sekitar 8 juta orang setiap tahunnya dimana 1,5 juta kematian terjadi di Asia Tenggara yang satu pertiga populasinya menderita hipertensi sehingga dapat menyebabkan peningkatan beban biaya Kesehatan. (Masitah Dan Sulistya, 2021).

Menurut data dari Kementerian Kesehatan Indonesia (Kemenkes) angka prevalensi hipertensi di Indonesia mencapai 34,11% dari populasi. Dari presentase ini membuat Indonesia masuk ke peringkat 5 dengan kasus hipertensi terbanyak di dunia. Angka kasus hipertensi di Indonesia sebesar 63.399.620 orang, sedangkan kematian di Indonesia akibat hipertensi sebesar 427.218 kematian (Kemenkes, 2019).

Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar prevalensi hipertensi pada penduduk umur 18 tahun ke atas di Indonesia sebesar 25,8%. Angka hipertensi terting di di Indonesia adalah provinsi Bangka Belitung 30,9%, dan angka terendah di provinsi Papua

16,8%. Provinsi Kalimantan Selatan, Kalimantan Timur, dan Jawa Barat merupakan provinsi yang mempunyai prevalensi hipertensi lebih tinggi dari angka nasional. Menurut data Sample Registration System (SRS) Indonesia tahun 2014 hipertensi dengan komplikasi sebesar 5,3% merupakan penyebab kematian nomor 5 pada semua umur (Kemeskes 2019).

Di Indonesia prevalensi hipertensi lebih banyak terjadi pada kelompok umur $\geq$ 75 tahun dengan prevalensi 69,5%. Hal ini karena semakin tinggi umur seseorang, maka semakin tinggi pula risiko terkena hipertensi. keadaan tersebut disebabkan adanya penurunan fungsi organ dalam tubuh (Riskiah et al., 2023).

Berdasarkan data menurut Riskesdas 2018, prevalensi penyakit hipertensi diprovinsi Banten adalah sebesar 29,47% (Balitbangkes RI, 2019) dikutip dalam jurnal (Ismarina, 2022). Dari data yang di terbitkan oleh Dinas Kesehatan Provinsi banten pada tahun 2019. Di Indonesia penyakit hipertensi dan komplikasinya merupakan urutan kelima dari sepuluh besar penyebab kematian tertinggi terhitung dari 41.590 kematian dari Januari sampai Desember 2018. peningkatan prevalensi ini terkait dengan pola asu, pola gerak dan pola makan seperti tinggi kalori, rendah serat, tinggi garam, tinggi gula dan tinggi lemak diikuti dengan gaya hidup sedentary lifestyle, memilih makan junk food atau siap saji, ditambah dengan kurangnya aktivitas fisik, stres, dan kurangnya istirahat memicu timbulnya penyakit hipertensi (pebriyanti Dkk, 2024).

Berdasarkan data Kabupaten Tangerang menjadi salah satu kota dengan jumlah kasus hipertensi tertinggi pada tahun 2019 dengan jumlah kasus 622.060 kasus. (Dinkes Banten, 2019) Puskesmas Sindang Jaya merupakan salah satu wilayah kabupaten Tangerang yang mengalami peningkatan kasus hipertensi (Dinkes Banten, 2021). Kasus hipertensi di Puskesmas Sindang Jaya menduduki peringkat ke dua dari daftar sepuluh

penyakit terbanyak. Pada tahun 2020 jumlah kasus hipertensi sebanyak 1.506 kasus, pada bulan Januari hingga Oktober 2021 kasus hipertensi di Puskesmas Sindang Jaya mengalami peningkatan mencapai 1.724 kasus (Laurensia et al, 2022).

Hipertensi merupakan masalah kesehatan yang sering terjadi di masyarakat dan berkontribusi terhadap penyakit jantung, stroke dan bahkan kematian. Salah satu faktor penyebab terjadinya hipertensi adalah pola makan yang kurang baik yang memegang peran penting meningkatkan tekanan darah (Harun 2019).

Kurangnya pengetahuan tentang penyakit hipertensi menjadikan perubahan pola konsumsi makanan pada masyarakat menjadi berubah dalam porsi, frekuensi, karakteristik dan mulai meninggalkan kebiasaan makan makanan yang dibuat di rumah karena masyarakat mulai mengikuti perkembangan industri, tetapi tidak hanya meninggalkan makanan yang dibuat di rumah bahkan masakan yang dibuat di rumah juga bisa mengakibatkan timbulnya penyakit, bahkan aktivitas fisik pun merupakan faktor risiko untuk penyakit kronis (Ratnasari, Dkk 2018).

Ada hubungan yang bermakna antara pengetahuan dengan kejadian hipertensi pada usia (15-64 tahun). Sehingga pencegahan hipertensi dapat dilakukan dengan meningkatkan pengetahuan pada masyarakat (Riskiah et al., 2023).

Tingkat pengetahuan pasien dan tekanan darah berhubungan signifikan dengan kepatuhan hipertensi. Kurangnya tekanan darah tinggi pasien adalah salah satu penyebab tekanan darah pasien yang tidak terkontrol. Studi lain menunjukkan bahwa pengetahuan tentang sasaran tekanan darah, terjadinya efek samping obat, pemantauan tekanan darah secara teratur, dan pengetahuan tentang risiko tekanan darah (Suaib et al., 2019).

Perubahan gaya hidup yang tidak sehat, seperti perubahan pola makan yang mengarah ke makanan cepat saji tinggi lemak, protein dan garam tetapi rendah serat

memiliki konsekuensi sebagai salah satu faktor berkembangnya hipertensi (Kurniawan, 2021).

Usia memicu timbulnya risiko yang berkaitan dengan usia, faktor yang perlu diperhatikan dalam hipertensi yaitu menerapkan gaya hidup sehat dengan mengatur tekanan darah secara teratur dan meminimalkan faktor penyebab, seperti: pola makan dan gaya hidup yang baik. Hanya 30% penderita hipertensi yang melakukan perubahan gaya hidup untuk mengontrol tekanan darahnya. Pasien hipertensi yang tidak mematuhi pola makan dan gaya hidup sehat tidak beresiko kambuh hipertensi, tetapi ada beberapa faktor yang mempengaruhi kekambuhan hipertensi pada lanjut usia baik internal maupun eksternal (Fratidina et al., 2022).

Penelitian yang dilakukan (Zhou et al., 2020) yang berjudul "Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Tekanan Darah Pada 40 Penderita Hipertensi Diruang Rawat Inap RSUD Sultan Imanuddin Pangkalabun". Berdasarkan hasil penelitian didapatkan hasil bahwa hampir setengahnya responden memiliki pengetahuan baik, yaitu sebanyak 11 responden (35,5%), responden dengan pengetahuan cukup sebanyak 10 responden (32,3%) dan responden dengan pengetahuan kurang sebanyak 10 responden (32,3%). Hasil penelitian dengan korelasi Spearman Rank (ρ) dengan menggunakan aplikasi SPSS 26,0 for windows, didapatkan hasil koefisien korelasi antara pengetahuan dengan tekanan darah terhadap penderita hipertensi sebesar 1,000. Dengan hasil p value = 0,000, berarti p value.

Penelitian yang dilakukan (Atik Nastiti, Dini Qurrata Ayuni, Weddy Martin, 2023) yang berjudul "Hubungan Pola Makan Terhadap Kejadian Hipertensi Di Posyandu Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Koto Lolo". Berdasarkan hasil penelitian ini didapatkan lebih dari separoh responden yaitu sebanyak 69 orang (62,2 %) mempunyai pola makan dengan kategori buruk, lebih dari separoh responden yaitu sebanyak 63 Orang (56,8 %) mengalami

hipertensi dan terdapat dengan uji statistic (Chi square) diperoleh nilai $p = 0.021$ ($p < 0,05$), OR di peroleh responden dengan pola makan buruk berpeluang 1,522 kali lebih besar untuk mengalami hipertensi dibandingkan dengan responden dengan pola makan baik. Kesimpulan hubungan yang bermakna antara pola makan dengan kejadian hipertensi.

Penelitian yang di lakukan (Abdi Iswahyudi Yasril, Widya Rahmadani, 2019) yang berjudul “Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Kebun Sikolos Kota Padang Panjang Tahun 2019”. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh orang dewasa (26 - 45 tahun) di Puskesmas Kebun Sikolos. Dengan cara purposive random sampling, sampel dipilih sebanyak 110 responden. Data yang diperoleh diolah dengan komputerisasi menggunakan uji Chi-square dan Mantel Haenszel. Hasil uji Chi-square menunjukkan bahwa ada hubungan antara konsumsi garam ($p = 0,004$ dan $RR = 1,521$), lemak ($p = 0,008$ dan $RR = 1,464$), serat ($p = 0,014$ dan $RR = 2,047$) dan kafein ($p = 0,012$ dan $RR = 1.438$) terhadap hipertensi.

Dari hasil studi pendahuluan di dapatkan bahwa masyarakat Rw.06 yang memiliki tingkat pengetahuan yang kurang baik terkait penyakit hipertensi. Dari hasil wawancara di setiap Rt saya datangi masih banyak masyarakat yang sudah terkena hipertensi tanpa dia sadari bahwa dia sudah terkena hipertensi, di karnakan tidak bisa menjaga gaya hidupnya dengan baik, salah satunya dengan pengetahuan tentang pola makan, tidak berolahraga, dan masih belum rutin mengontrol atau melakukan pengecekan tekanan darah, Oleh sebab itu, berdasar uraian masalah di atas maka peneliti tertarik untuk meneliti tentang “Hubungan tingkat pengetahuan dan pola makan dengan kejadian hipertensi di Rw. 06 Desa Tobat”

METODELOGI

Penelitian ini merupakan penelitian

yang menggunakan metode kuantitatif dengan design penelitian deskriptif korelasional dengan pendekatan pengambilan data Cross sectional. Lokasi penelitian ini dilakukan di Rw 06 Desa Tobat. Populasi penelitian ini seluruh masyarakat di Rw.06 Desa Tobat. Pengambilan sampel ini dilakukan dengan purposive sampling yang dimana respondennya penderita hipertensi. Analisa data digunakan untuk mengetahui gambaran distribusi frekuensi karakteristik responden dan variabel tingkat pengetahuan dan pola makan dengan kejadian hipertensi. Analisa bivariat dilakukan terhadap dua variabel yang diduga berhubungan atau berkorelasi. Untuk melihat hubungan antara variabel tingkat pengetahuan dengan kejadian hipertensi (Ordinal) dan pola makan dengan kejadian hipertensi (Ordinal) dan di uji statistic Chi-square. Surat keterangan Lolos Uji Etik/ Ethical Approval Komite Etik Penelitian Universitas Yatsi Madani dalam upaya melindungi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

Pengumpulan data pada penelitian ini berlangsung selama 2 hari yaitu tanggal 5-6 Juli 2024. Responden masyarakat Rw 06 Desa Tobat yang didiagnosis hipertensi memenuhi kriteria inklusi dengan total penelitian yang diselesaikan sebanyak 93 responden. Hasil penelitian meliputi analisis univariat penyajian data khusus. Data khusus untuk mengetahui distribusi frekuensi pengetahuan dan pola makan dengan kejadian hipertensi. Sedangkan analisis dua variabel analisis ini digunakan untuk mengetahui hubungan antara tingkat pengetahuan dan pola makan dengan kejadian hipertensi di Rw.06 Desa Tobat.

1. Analisa Univariat

Tabel 1
Distribusi Frekuensi Tingkat Pengetahuan

Tingkat Pengetahuan	F	%
Baik	68	73,1
Tidak Baik	25	26,9
Total	93	100

Berdasarkan tabel 1 diatas diketahui dari 93 responden yaitu sebanyak 68 (73,1%) responden dengan tingkat pengetahuan yang baik. Sedangkan 25 (26,9%) responden tingkat pengetahuan yang tidak baik.

Tabel 2
Distribusi Frekuensi Pola Makan

Pola Makan	F	%
Baik	42	45,0
Cukup	20	21,6
Kurang	31	33,4
Total	93	100

Berdasarkan tabel 2 diatas diketahui dari 93 responden yaitu sebanyak 42 (45,0%) baik, 20 (21,6%) cukup, 31 (33,4%) kurang.

Tabel 3
Distribusi Frekuensi Kejadian Hipertensi

Tingkat Pengetahuan	F	%
Hipertensi Tahap 1	70	42,4
Hipertensi Tahap 2	23	13,9
Total	93	100

Berdasarkan tabel 3 diatas diketahui dari 93 responden yaitu sebanyak 70 (42,4%) responden dengan kejadian hipertensi tahap 1. Sedangkan 23 (13,9%) responden dengan kejadian hipertensi tahap 2.

2. Analisa Bivariat

Tabel 4
Hubungan Tingkat Pengetahuan dengan Kejadian Hipertensi Pada Masyarakat Rw.06 Desa Tobat.

Tingkat Pengetahuan	Kejadian Hipertensi				Total		P Value
	Tahap 1		Tahap 2		N	%	
	N	%	N	%			
Baik	44	47,3	24	25,8	68	73,1	0,002
Tidak Baik	7	7,5	18	19,4	25	26,9	
Total	51	54,8	42	45,2	93	100	

Berdasarkan tabel. 4 dapat disimpulkan bahwa tingkat pengetahuan berkategori baik dengan kejadian hipertensi tahap 1 sebanyak 44 responden (47,3%) dan hipertensi baik tahap 2 sebanyak 24 (25,8%) yang berkategori tidak baik hipertensi tahap 1 sebanyak 7 (7,5%) dan hipertensi tidak baik tahap 2 sebanyak 18 (19,4%). Berdasarkan analisa bivariat dengan menggunakan uji chi-square bahwa $p\text{-value } 0,002 < 0,05$ maka dapat disimpulkan bahwa H_a diterima yang artinya terdapat Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Kejadian Hipertensi.

Tabel 5
Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Masyarakat Rw.06 Desa Tobat.

Pola Makan	Kejadian Hipertensi				Total		P Value
	Tahap 1		Tahap 2				
	N	%	N	%	N	%	
Baik	35	37,6	7	7,5	42	45,1	0,000
Cukup	10	10,8	10	10,8	20	21,6	
Kurang	6	6,5	25	26,9	31	33,4	
Total	51	54,9	42	45,2	93	100	

Berdasarkan tabel 5 dapat disimpulkan bahwa pola makan berkategori baik dengan kejadian hipertensi tahap 1 sebanyak 35 responden (37,6%) dan hipertensi baik tahap 2 sebanyak 7 (7,5%) yang berkategori cukup hipertensi tahap 1 sebanyak 10 (10,8%) dan hipertensi cukup tahap 2 sebanyak 10 (10,8%) yang berkategori kurang hipertensi tahap 1 sebanyak 6 (6,5%) dan hipertensi kurang tahap 2 sebanyak 25 (26,9%). Berdasarkan analisa bivariat dengan menggunakan uji chi-square bahwa $p\text{-value } 0,000 < 0,05$ maka dapat disimpulkan bahwa H_a diterima yang artinya terdapat Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Hipertensi.

B. Pembahasan

1. Analisa Univariat

a. Distribusi Frekuensi Tingkat Pengetahuan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dengan menggunakan kuesiner kepada 93 responden dengan judul hubungan tingkat pengetahuan dengan kejadian hipertensi di Rw.06 Desa Tobat pada tabel diatas diketahui dari 93 responden yaitu sebanyak 68 (73,1%) responden dengan tingkat pengetahuan yang baik. Sedangkan 25 (26,9%) responden tingkat pengetahuan yang tidak baik.

Hal ini sejalan dengan penelitian (Zhou et al., 2020) dengan judul penelitian “Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Diruang Rawap Inap RSUD Sultan Imanuddin Pangkalabun”. Berdasarkan hasil penelitian didapatkan hasil bahwa hampir setengahnya responden memiliki pengetahuan baik, yaitu sebanyak 11 responden (35,5%), responden dengan pengetahuan cukup sebanyak 10 responden (32,3%) dan responden dengan pengetahuan kurang sebanyak 10 responden (32,3%).

Pengetahuan dalam penelitian ini mencakup beberapa hal yang berkaitan tentang pengetahuan penyakit hipertensi seperti pengetahuan hipertensi, tanda dan gejala hipertensi, komplikasi hipertensi, cara pengobatan hipertensi, penentuan pemahaman terjadinya hipertensi.

Pengetahuan adalah hasil atau peroduk dari informasi yang ketika informasi dianalisa, di proses dan di tempatkan sesuai tempatnya (Sunarti and Patimah, 2019). Pengetahuan dan kognisi

merupakan aspek yang sangat penting dalam membentuk tindakan (perilaku terbuka) (Wati dalam Putri fauziah 2023).

b. Distribusi Frekuensi Pola Makan

Berdasarkan tabel diatas diketahui dari 93 responden yaitu sebanyak 70 (42,4%) responden dengan kejadian hipertensi tahap 1. Sedangkan 23 (13,9%) responden dengan kejadian hipertensi tahap 2.

Hal ini sejalan dengan penelitian (Atik Nastiti, Dini Qurrata Ayuni, Weddy Martin, 2023) dengan judul “Hubungan Pola Makan Terhadap Kejadian Hipertensi Di Posyandu Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Koto Lolo” Berdasarkan Hasil penelitian ini didapatkan lebih dari separoh responden yaitu sebanyak 69 orang (62,2 %) mempunyai pola makan dengan kategori buruk, lebih dari separoh responden yaitu sebanyak 63 Orang (56,8 %) mengalami hipertensi.

Pola makan dalam penelitian ini mencakup beberapa hal yang berkaitan tentang pola makan seperti takaran makanan dan minuman sehari-hari, makanan yang boleh dan tidak boleh di berikan, takaran dalam pemberian penyedap rasa seperti garam.

Pola makan adalah menu yang dimakan setiap hari. Pola makan yang dapat menyebabkan hipertensi yaitu makanan yang kurang sehat seperti kebiasaan jajan, kebiasaan makan cemilan, makanan instan dan makanan fast food atau makanan yang mengandung kalium. Makanan yang memiliki lemak berlebihan dapat menimbulkan risiko hipertensi karena akan menimbulkan kadar kolesterol dalam darah Kolesterol tersebut

akan melekat pada dinding pembuluh darah yang lama-kelamaan pembuluh darah akan tersumbat di akibatkan adanya virus yang terbentuk akan mengakibatkan aliran darah menyempit sehingga volume darah dan tekanan darah akan bertambah (Sukri, 2019).

Mengonsumsi makanan yang asin bisa dapat mengakibatkan hipertensi karena natrium (Na) sifatnya mengikat banyak air. Semakin tinggi garam membuat volume mengkonsumsi sumber makanan yang mengandung kalium (K) atau kurang serat akan mengakibatkan jumlah natrium menumpuk dan akan meningkatkan risiko hipertensi (Sukri, 2019).

c. Distribusi Frekuensi Kejadian hipertensi

Hasil penelitian di ketahui 93 responden yang hipertensi tahap 1 sebanyak 70 responden (75,3%) dan yang hipertensi tahap 2 sebanyak 23 responden (24,7%).

Pengetahuan dalam penelitian ini mencakup beberapa hal yang berkaitan tentang pengetahuan penyakit hipertensi seperti seperti pengertian hipertensi, tanda dan gejala hipertensi, komplikasi hipertensi, cara pengobatan hipertensi, penentuan pemahaman keterjadinya hipertensi.

Tingkat pengetahuan tentang hipertensi yang baik dalam penelitian ini di karenakan pendidikan responden yang sebagian besar berpendidikan menengah dasar (SD dan SMP) tingkat pendidikan turut pula menentukan mudah tidaknya seseorang menyerap dan memahami pengetahuan yang di peroleh, pada umumnya semakin tinggi pendidikan seseorang

2. Analisa Bivariat

a. Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Kejadian Hipertensi

Berdasarkan analisa bivariat dengan menggunakan uji *chi-square* bahwa $p\text{-value } 0,002 < 0,05$ maka dapat disimpulkan bahwa H_a diterima yang artinya terdapat Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Kejadian Hipertensi. Berdasarkan tabel 4.5 dapat disimpulkan bahwa tingkat pengetahuan berkategori baik dengan kejadian hipertensi tahap 1 sebanyak 44 responden (47,3%) dan tingkat pengetahuan tentang hipertensi baik dengan kejadian hipertensi tahap 2 sebanyak 24 (25,8%) yang berkategori tingkat pengetahuan tidak baik dengan kejadian hipertensi tahap 1 sebanyak 7 (7,5%) dan tingkat pengetahuan hipertensi tidak baik dengan kejadian hipertensi tahap 2 sebanyak 18 (19,4%). Ini menyimpulkan bahwa ada hubungan tingkat pengetahuan dengan kejadian hipertensi pada masyarakat di Rw.06 Desa Tobat.

Hal ini menunjukan bahwa mayoritas masyarakat di Rw.06 Desa tobat tingkat pengetahuan yang baik dengan kejadian hipertensi tahap 1 sebanyak 44 responden (47,3%) dan tingkat pengetahuan dengan kejadian hipertensi 2 sebanyak 24 responden (25,8%).

Pengetahuan dalam penelitian ini mencakup beberapa hal yang berkaitan tentang pengetahuan penyakit hipertensi seperti pengetahuan hipertensi, tanda dan gejala hipertensi, komplikasi hipertensi, cara pengobatan hipertensi, penentuan pemahaman terjadinya hipertensi.

Pengetahuan adalah hasil atau peroduk dari informasi yang ketika informasi dianalisa, di proses dan di tempatkan sesuai tempatnya (Sunarti and Patimah, 2019). Pengetahuan dan kognisi merupakan aspek yang sangat penting dalam membentuk tindakan (perilaku terbuka) (Wati dalam Putri fauziah 2023).

Penelitian ini sejalan dengan teori yang dikemukakan oleh (Wati dalam Putri fauziah 2023) Informasi yang baik tentang tekanan darah dapat memotivasi pasien untuk berpartisipasi dalam perubahan gaya hidup yang lebih sehat. Jadi dapat disimpulkan semakin besar informasi yang diperoleh masyarakat tentang tekanan darah semakin baik juga gaya hidup yang dilakukan oleh masyarakat tersebut.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan (Zhou et al., 2020) yang berjudul “Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Tekanan Darah Pada 40 Penderita Hipertensi Diruang Rawap Inap RSUD Sultan Imanuddin Pangkalabun”. Berdasarkan hasil penelitian didapatkan hasil bahwa hampir setengahnya responden memiliki pengetahuan baik, yaitu sebanyak 11 responden (35,5%), responden dengan pengetahuan cukup sebanyak 10 responden (32,3%) dan responden dengan pengetahuan kurang sebanyak 10 responden (32,3%). Hasil penelitian dengan korelasi Spearman Rank (ρ) dengan menggunakan aplikasi SPSS 26,0 for windows, didapatkan hasil koefisien korelasi antara pengetahuan dengan tekanan darah terhadap penderita hipertensi sebesar 1,000. Dengan hasil p value = 0,000, berarti p value. Hal ini menunjukkan ada hubungan tingkat

pengetahuan dengan tekanan darah pada penderita hipertensi di ruangan rawat inap RSUD Sultan Imanudin Pangkalan Bun.

Hal ini juga sejalan dengan penelitian yang di lakukan (Isnaini, Hermawati) yang berjudul “Hubungan Tingkat Pengetahuan Hipertensi Dengan Upaya Pengendalian Hipertensi Di Pukesmas Ngemplak Boyolali”. Berdasarkan hasil dengan uji statistik spinman rank, hasil penelitian ini di dapatkan p value sebesar 0,001 atau p value $<0,05$ yang menunjukan bahwa H_a di terima H_0 ditolak. Sehingga dapat di simpulkan bahwa terdapat hubungan antara tingkat pengetahuan hipertensi dengan upaya pengendalian hipertensi di pukesmas ngemplak boyolali.

Hal ini juga sejalan dengan penelitian yang di lakukan (Karmitasari Yanra Katimenta, Dwi Agustian Faruk Ibrahim, Maria Lestari Herawaty) yang berjudul “Hubungan Tingkat Pengetahuan Dan Sikap Dengan Kepatuhan Minum Obat Penderita Hipertensi Di Poliklinik Pemerintah Kota Palangka Raya”. Berdasarkan hasil uji spearman rank menunjukan bahwa di dapatkan p value=0,008 atau tingkat signifikan $p<0,05$ sehingga ada hubungan pengetahuan dengan kepatuhan minum obat penderita hipertensi di poli klinik pemerintah kota palangka raya.

Menurut asumsi peneliti, tingkat pengetahuan dengan kejadian hipertensi menunjukan keberhasilan. Hal ini di dukung dengan pengetahuan dan pemahaman yang baik pada masyarakat tentang penyakit hipertensi yang di deritanya, semakin masyarakat memahami

penyakitnya maka masyarakat akan semakin peduli dalam menjaga kesehatan demi kebaikan pada dirinya, maka jika masyarakat sudah memahami pengetahuan tentang penyakit hipertensi maka kesehatan pada dirinya akan membaik, tekanan darahpun akan terkontrol dengan baik, sehingga dapat di jauhkan dengan resiko-resiko terjadinya kerusakan pada organ-organ yang lain seperti jantung, ginjal, dan otak.

Berdasarkan uraian di atas maka dapat disimpulkan bahwa tingkat pengetahuan dengan kejadian hipertensi menunjukan bahwa ada hubungan tingkat pengetahuan dengan kejadian hipertensi di Rw 06 Desa Tobat.

b. Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Hipertensi

Berdasarkan analisa bivariat dengan menggunakan uji *chi-square* bahwa $p\text{-value } 0,000 < 0,05$ maka dapat disimpulkan bahwa H_0 diterima yang artinya terdapat Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Hipertensi. Berdasarkan tabel 4.6 dapat disimpulkan bahwa pola makan berkategori baik dengan kejadian hipertensi tahap 1 sebanyak 35 responden (37,6%) dan pola makan baik dengan kejadian hipertensi tahap 2 sebanyak 7 (7,5%) sedangkan pola makan yang berkategori cukup dengan kejadian hipertensi tahap 1 sebanyak 10 (10,8%) dan pola makan yang berkategori cukup dengan kejadian hipertensi tahap 2 sebanyak 10 (10,8%) sedangkan yang berkategori pola makan kurang dengan kejadian hipertensi tahap 1 sebanyak 6 (6,5%) dan pola makan berkategori kurang dengan kejadian hipertensi tahap 2 sebanyak 25 (26,9%). %). Ini

menyimpulkan bahwa ada hubungan pola makan dengan kejadian hipertensi pada masyarakat di Rw.06 Desa Tobat.

Hal ini menunjukan bahwa mayoritas masyarakat di Rw.06 Desa Tobat pola makan yang baik dengan kejadian hipertensi tahap 1 sebanyak 35 responden (37,6%) dan pola makan yang baik dengan kejadian hipertensi 2 sebanyak 7 responden (7,5%).

Pola makan dalam penelitian ini mencakup beberapa hal yang berkaitan tentang pola makan seperti takaran makanan dan minuman sehari-hari, makanan yang boleh dan tidak boleh diberikan, takaran dalam pemberian penyedap rasa seperti garam.

Pola makan adalah menu yang dimakan setiap hari. Pola makan yang dapat menyebabkan hipertensi yaitu makanan yang kurang sehat seperti kebiasaan jajan, kebiasaan makan cemilan, makanan instan dan makanan fast food atau makanan yang mengandung kalium. Makanan yang memiliki lemak berlebihan dapat menimbulkan risiko hipertensi karena akan menimbulkan kadar kolesterol dalam darah Kolesterol tersebut akan melekat pada dinding pembuluh darah yang lama-kelamaan pembuluh darah akan tersumbat di akibatkan adanya virus yang terbentuk akan mengakibatkan aliran darah menyempit sehingga volume darah dan tekanan darah akan bertambah (Sukri, 2019).

Mengonsumsi makanan yang asin bisa dapat mengakibatkan hipertensi karena natrium (Na) sifatnya mengikat banyak air. Semakin tinggi garam membuat volume mengkonsumsi sumber makanan yang mengandung kalium

(K) atau kurang serat akan mengakibatkan jumlah natrium menumpuk dan akan meningkatkan risiko hipertensi (Sukri, 2019).

Hal ini sejalan dengan penelitian yang di lakukan (Atik Nastiti, Dini Qurrata Ayuni, Weddy Martin, 2023) dengan judul “Hubungan Pola Makan Terhadap Kejadian Hipertensi Di Posyandu Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Koto Lolo” Hasil penelitian ini didapatkan lebih dari separoh responden yaitu sebanyak 69 orang (62,2 %) mempunyai pola makan dengan kategori buruk, lebih dari separoh responden yaitu sebanyak 63 Orang (56,8 %) mengalami hipertensi dan terdapat dengan uji statistic (Chi square) diperoleh nilai $p = 0.021$ ($p < 0,05$). Sehingga ada hubungan pola makan dengan kejadian hipertensi di posyandu lansia di wilayah kerja oukesmas koto lolo.

Hal ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan (Abdi Iswahyudi Yasril, Widya Rahmadani, 2019) dengan judul “Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Kebun Sikolos Kota Padang Panjang Tahun 2019” Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh orang dewasa (26 - 45 tahun) di Puskesmas Kebun Sikolos. Dengan cara purposive random sampling, sampel dipilih sebanyak 110 responden. Data yang diperoleh diolah dengan komputerisasi menggunakan uji Chi-square dan Mantel Haenszel. Hasil uji Chi-square menunjukkan bahwa ada hubungan antara konsumsi garam ($p = 0,004$ dan $RR = 1,521$), lemak ($p = 0,008$ dan $RR = 1,464$), serat ($p = 0,014$ dan $RR = 2,047$) dan kafein ($p = 0,012$ dan $RR = 1.438$) terhadap hipertensi.

Sehingga ada hubungan pola makan dengan kejadian hipertensi di wilayah kerja pukesmas kebun sikolos kota padang panjang.

Hal ini juga sejalan dengan penelitian yang di lakukan (Fausiyah Annisa, Irmawati, 2023) dengan judul “Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia Di Desa Karampang Pa’ja Kecamatan Tamalatea Kabupaten Jeneponto Tahun 2023” Hasil penelitian

menunjukkan bahwa ada hubungan pola makan dengan kejadian hipertensi di Desa Karampang Pa’ja Kecamatan Tamalatea Kabupaten Jeneponto ($p = 0,002$). Kesimpulan ada hubungan pola makan dengan kejadian hipertensi di Desa Karampang Pa’ja Kecamatan Tamalatea Kabupaten Jeneponto tahun 2023.

Menurut asumsi peneliti, pola makan dengan kejadian hipertensi menunjukan keberhasilan. Hal ini juga harus di dukung dengan pengetahuan dan pemahaman tentang pola makan yang baik pada masyarakat terkait penyakit hipertensi yang di deritanya, semakin masyarakat memahami penyakitnya maka masyarakat akan semakin peduli dalam menjaga pola makannya demi kebaikan pada dirinya, maka jika masyarakat sudah memahami makan-makanan yang sehat dengan baik, tekanan darahpun akan terkontrol dengan baik, sehingga dapat di jauhkan dengan resiko-resiko terjadinya kerusakan pada organ-organ yang lain seperti jantung, ginjal, dan otak.

Berdasarkan uraian di atas maka dapat disimpulkan bahwa pola makan dengan kejadian hipertensi menunjukan bahwa ada hubungan pola makan dengan

kejadian hipertensi di Rw 06 Desa Tobat.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan tingkat pengetahuan dan pola makan dengan kejadian hipertensi di Rw 06 Desa Tobat.

DAFTAR PUSTAKA

- Annisa, F. (2024). Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia Di Desa Karampang Pa'ja Kecamatan Tamalatea Kabupaten Jeneponto Tahun 2023. *Public Health And Medicine Journal*, 2(1), 80-85.
- Kurniawan, R. (2021). Hubungan Gaya Hidup Dengan Kejadian Hipertensi di Poli Penyakit Dalam RSUD Sekayu Kabupaten Misi Banyuasin Tahun 2021. *Jurnal Keperawatan*, 5p.
- Liawati, N., & Sidik, T. L. M. (2021). Hubungan Gaya Hidup dengan

Kejadian Hipertensi pada Usia Dewasa di Kelurahan Subangjaya Wilayah Kerja Puskesmas Sukabumi Kota Sukabumi. *Lentera : Jurnal Ilmiah Kesehatan Dan Keperawatan*, 4(2), 72–79.
<https://doi.org/10.37150/jl.v4i2.1442>

- Pudji Hastutik, k. (2020). Hubungan tingkat pengetahuan dengan tekanan darah pada penderita hipertensi di ruang rawat inap rsud sultan imanuddin pangkalan bun. Hubungan tingkat pengetahuan dengan tekanan darah pada penderita hipertensi di ruang rawat inap rsud sultan imanuddin pangkalan bun.
- V.A.R.Barao, R.C.Coata, J.A.Shibli, M.Bertolini, & J.G.S.Souza. (2022). hubungan kepatuhan pencegahan komplikasi dengan tekanan darah pada penderita hipertensi. *braz dent j.*, 33(1), 1–12.