

Hubungan Tingkat Kepatuhan Diet terhadap Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi di Desa Nambangan

Kristiana Puji Purwandari^{1*}, Yohanes Wahyu Nugroho²

^{1,2}Akademi Keperawatan Giri Satria Husada Wonogiri
kristiana_pp@yahoo.com

Abstrak

Keywords:

Tingkat kepatuhan diet, tekanan darah, hipertensi

Hipertensi merupakan penyakit kronik dengan berbagai macam komplikasi yang dapat menyerang organ tubuh. Hipertensi adalah penyakit yang dapat dikontrol dengan berbagai intervensi, salah satunya adalah pengontrolan terhadap asupan makanan. Tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis hubungan antara tingkat kepatuhan diet dengan tekanan darah pada pasien hipertensi. Desain penelitian ini adalah deskriptif kuantitatif dengan pendekatan cross sectional. Populasi dalam penelitian ini adalah pasien hipertensi di Kelurahan Nambangan sebanyak 110 orang. Teknik sampling yang digunakan adalah purposive random sampling sehingga jumlah sampel sebanyak 60 orang. Data dalam penelitian ini menggunakan kuesioner dan lembar observasi yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya, data ini dianalisis menggunakan uji Chi-square. Hasil penelitian menunjukkan bahwa hasil uji Chi Square didapatkan 17,033 dengan p-value sebesar 0,000 sehingga dinyatakan terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat kepatuhan diet dengan tekanan darah pada pasien hipertensi di Kelurahan Nambangan. Kesimpulan dari penelitian ini adalah adanya hubungan antara tingkat kepatuhan diet dengan tekanan darah pada pasien hipertensi.

1. PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan penyakit tekanan darah dimana tekanan darah individu di atas nilai normal, keadaan dimana pembuluh darah secara persisten tekanannya naik. Darah diangkut dari jantung menuju seluruh organ tubuh melalui pembuluh darah. Setiap waktu jantung berdenyut adalah untuk memompa darah menuju pembuluh darah. Tekanan darah dibentuk oleh tekanan dari tekanan darah yang mendorong melawan dinding arteri yang dipompa oleh jantung. Semakin tinggi tekanan semakin keras jantung harus dipompa (WHO, 2018).

Sekitar 75 juta orang Amerika dewasa (29%) memiliki hipertensi, ini berarti 1 dari setiap 3 orang dewasa memiliki hipertensi. Berdasarkan data di atas hanya setengah (54%) dari masyarakat dengan hipertensi telah dapat mengontrol kondisi hipertensinya. Dana nasional untuk hipertensi adalah 46 miliar USD, total dana ini meliputi pembiayaan dari pelayanan kesehatan, pengobatan dan hari kerja yang ditinggalkan (CDC, 2017). Di Indonesia, berdasarkan hasil riset kesehatan dasar tahun 2013 terjadi peningkatan prevalensi hipertensi dari 7.6 % di tahun 2007 menjadi 9.5 % di tahun 2013 (Kesehatan, 2013). Di Jawa Tengah prevalensi kasus baru untuk hipertensi mengalami penurunan dari tahun 2013 sebanyak 427.220 dan pada tahun 2016 sebanyak 96.968. Meskipun kasus hipertensi mengalami penurunan akan tetapi hipertensi masih menduduki peringkat pertama penyakit tidak menular dari seluruh penyakit di Jawa Tengah (Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah, 2017). Angka kesakitan hipertensi di Kabupaten Wonogiri menempati posisi kesembilan di Jawa Tengah yaitu sebanyak 32.66% (Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah, 2015).

Berdasarkan hasil Survey Masyarakat Desa tahun 2016 di Desa Nambangan, penyakit hipertensi berada pada urutan teratas penyakit masyarakat yaitu sebesar 42%.

Penyakit hipertensi merupakan penyakit pola hidup. Hipertensi dapat dikontrol dengan pembatasan makanan (diet). Diet ini meliputi pembatasan asupan garam. Penderita hipertensi harus menjalankan diet secara patuh setiap hari baik saat hipertensi ataupun dalam keadaan normal. Kepatuhan diet ini bertujuan untuk mengontrol tekanan darah agar selalu stabil dan mencegah terjadinya komplikasi yang disebabkan oleh hipertensi. Penelitian yang telah dilakukan oleh Agrina dkk yang menyatakan bahwa sebanyak 56.7 % lansia tidak patuh melakukan diet, hanya sebanyak 43.3% lansia yang patuh melaksanakan diet hipertensi (Agrina, Rini and Hairitama, 2011). Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian dari Ohta et al menyatakan bahwa beberapa pasien yang asupan garamnya berlebih yaitu sebanyak ≥ 10 g/hari, sebanyak 75.2% menjawab mereka berusaha mengurangi asupan garamnya. Jumlah makanan dan konsumsi makanan olahan mempunyai hubungan terhadap perkiraan asupan garam. Tingkat pencapaian pembatasan garam pada pasien hipertensi yang dirawat di rumah sakit masih rendah, sehingga penting untuk menyediakan data asupan garam dan memimbing pembatasan garam dalam pengelolaan pasien hipertensi (Ohta *et al.*, 2017).

Berdasarkan beberapa penelitian di atas, bahwa kepatuhan diet merupakan salah satu implementasi dalam mengontrol tekanan darah pada pasien hipertensi maka penulis ingin meneliti hubungan tingkat kepatuhan diet terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi di Desa Nambangan.

2. METODE

Penelitian ini menggunakan desain deskriptif dengan pendekatan cross sectional. Populasi dalam penelitian ini sebanyak 110 orang. Teknik sampling yang digunakan adalah purposive random sampling, jumlah sampel pada penelitian ini sebanyak 60 orang. Kriteria sampel meliputi usia di atas 40 tahun dan merupakan penderita hipertensi primer di Desa Nambangan. Penelitian ini dilakukan pada bulan Agustus – Desember 2017. Data diambil menggunakan kuesioner dan lembar observasi yang sudah dilakukan uji validitas dan reliabilitas. Isian Kuesioner berupa karakteristik responden (usia, jenis kelamin, pekerjaan dan pendidikan), kuesioner tingkat kepatuhan diet menggunakan skala likert (sangat sering, sering, jarang dan tidak pernah). Data kemudian didikotomikan menjadi responden yang patuh diet dan tidak patuh, tekanan darah tinggi dan normal. Data dianalisis menggunakan uji statistik Chi-square.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Dari data yang telah dikumpulkan didapatkan hasil sebagai berikut:

3.1. Karakteristik Responden

Karakteristik responden meliputi: umur, jenis kelamin, pendidikan dan pekerjaan.

Karakteristik responden dijelaskan pada tabel 1 di bawah ini:

Tabel 1 Karakteristik Responden

	Variabel	f	%
Umur	40-50 tahun	25	41,67
	51-65 tahun	35	58,33
Jenis Kelamin	Laki-laki	27	45
	Perempuan	33	55
Pendidikan	SD	18	30
	SLTP	27	45
	SLTA	12	20
	PT	3	5
Pekerjaan	Tidak Bekerja	4	6,67
	Pensiunan	6	10

PNS	3	5
Petani	15	25
Swasta	8	13,33
Wirasawasta	9	15
IRT	15	25

Sumber: Data Primer, 2017

Pada tabel 1 menyatakan umur responden terbanyak adalah pada rentang usia 51-65 tahun sebanyak 35 tahun (58.33%). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sugiharto yang menyatakan bahwa pada rentang usia 56-65 tahun memiliki Odds Ratio terbesar yaitu 4.76; 95% CI : 2.01-11.50. Hal ini menunjukkan bahwa hipertensi berbanding lurus dengan penambahan usia, karena penambahan usia akan menyebabkan elastisitas pembuluh darah menjadi berkurang (Sugiharto, 2007). Berdasarkan penelitian dari Yong QG et al menyatakan bahwa pasien lanjut usia dengan hipertensi berisiko terjadinya *Multi Organ Dysfunction Syndrome Elderly* (MODSE) (QG et al., 2012).

Berdasarkan jenis kelamin perempuan memiliki hipertensi lebih banyak yaitu sebesar 33 responden (55%) daripada laki-laki. Hal ini sejalan dengan penelitian dari Hanus et al yang menyatakan bahwa wanita dengan resistant hypertension (RHT) memiliki risiko lebih tinggi untuk berisiko terjadinya Cardiovascular Risk dibandingkan dengan laki-laki (Hanus et al., 2017).

Berdasarkan tingkat pendidikan, sebagian besar responden masih lulusan SLTP sebanyak 27 responden (45%). Hal ini sejalan dengan penelitian dari Sugiharto yang menyatakan bahwa tingkat pengetahuan individu dalam menjaga pola hidupnya dipengaruhi oleh tingkat pendidikannya. Semakin rendah tingkat pendidikan akan berdampak pada semakin rendahnya pola hidup sehatnya (Sugiharto, 2007).

3.2. Analisis Bivariat

Data yang telah terkumpul didikotomikan (dikelompokkan menjadi dua kategori) untuk tingkat kepatuhan dibagi menjadi responden dengan patuh dan tidak patuh. Sedangkan untuk tekanan darah dibagi menjadi tekanan darah tinggi dengan tekanan darah normal.

Tabel 2. Crosstabs tingkat kepatuhan diet dengan tekanan darah

		Tekanan darah		
		tinggi	normal	Total
Ting kat kepat uhan	Count	7	24	31
	Expected Count	15.0	16.0	31.0
	% within tingkatkepatuhan	22.6%	77.4%	100.0%
	% of Total	11.7%	40.0%	51.7%
tidak patuh	Count	22	7	29
	Expected Count	14.0	15.0	29.0
	% within tingkatkepatuhan	75.9%	24.1%	100.0%
	% of Total	36.7%	11.7%	48.3%
Total	Count	29	31	60
	Expected Count	29.0	31.0	60.0
	% within tingkatkepatuhan	48.3%	51.7%	100.0%

		Tekanan darah		
		tinggi	normal	Total
Ting kat kepat uhan	Count	7	24	31
	Expected Count	15.0	16.0	31.0
	% within tingkatkepatuhan	22.6%	77.4%	100.0%
	% of Total	11.7%	40.0%	51.7%
tidak patuh	Count	22	7	29
	Expected Count	14.0	15.0	29.0
	% within tingkatkepatuhan	75.9%	24.1%	100.0%
	% of Total	36.7%	11.7%	48.3%
Total	Count	29	31	60
	Expected Count	29.0	31.0	60.0
	% within tingkatkepatuhan	48.3%	51.7%	100.0%
	% of Total	48.3%	51.7%	100.0%

Sumber: Data Primer, 2017

Berdasarkan tabel 2 menyatakan bahwa responden yang patuh terhadap dietnya memiliki tekanan darah normal sebanyak 24 responden (40%), sedangkan responden yang tidak patuh terhadap diet dan memiliki tekanan darah tinggi sebanyak 22 responden (36.7%).

Tabel 3 Hasil Uji statistik Chi Square

	Value	df	Asymp. Sig. (2- sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1- sided)
Pearson Chi-Square	17.033 ^a	1	.000		
Continuity Correction ^b	14.967	1	.000		
Likelihood Ratio	17.939	1	.000		
Fisher's Exact Test				.000	.000
Linear-by-Linear Association	16.750	1	.000		
N of Valid Cases	60				

a. 0 cells (.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 14,02.

b. Computed only for a 2x2 table

Sumber: Data Primer, 2017

Hasil Uji Chi Square didapatkan hasil yaitu nilai Pearson Chi Square sebesar 17.033 dengan nilai p-value sebesar 0.000 (<0.005), hal ini bermakna bahwa tingkat kepatuhan diet memiliki makna yang signifikan dan positif terhadap tekanan darah responden pada pasien hipertensi. Hasil ini sejalan dengan penelitian dari Abbas et al yang menyatakan bahwa pasien yang patuh terhadap program terapi dan pola hidupnya sebanyak 89.2% (Abbas *et al.*, 2017). Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian dari herwati dan sartika yang menyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan

antara pola diet dengan terkontrolnya tekanan darah pada penderita hipertensi ($p < 0.05$) (Herwati and Sartika, 2013).

4. KESIMPULAN

Dari analisis data di atas dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan dan positif antara tingkat kepatuhan diet dengan tekanan darah pada pasien hipertensi di Desa Nambangan.

UCAPAN TERIMAKASIH

Terima kasih Kami ucapkan kepada civitas akademika Akademi Keperawatan Giri Satria Husada Wonogiri, serta kepada ibu Putri Halimu Husna atas tersusunnya artikel ini.

REFERENSI

- Abbas, H. *et al.* (2017) 'Adherence to treatment and evaluation of disease and therapy knowledge in Lebanese hypertensive patients', *Patient Preference and Adherence*, Volume 11, pp. 1949–1956. doi: 10.2147/PPA.S142453.
- Agrina, Rini, S. S. and Hairitama, R. (2011) 'Kepatuhan Lansia Penderita Hipertensi dalam Pemenuhan Diet Hipertensi', *journal universitas riau*, 6(1), pp. 46–53.
- CDC (2017) *High Blood Pressure Facts in United States*, Center For Disease Control and Prevention. Available at: <https://www.cdc.gov/bloodpressure/index.htm>.
- Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah (2015) *Profil Kesehatan Provinsi Jawa Tengah Tahun 2015*, Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah. Semarang.
- Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah (2017) *Buku Saku Kesehatan Tahun 2016*, Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah. Semarang. Available at: www.dinkesjatengprov.go.id.
- Hanus, K. M. *et al.* (2017) 'Relationship between gender and clinical characteristics, associated factors, and hypertension treatment in patients with resistant hypertension', *Kardiologia Polska*, 75(5), pp. 421–431. doi: 10.5603/KP.a2017.0020.
- Herwati and Sartika, W. (2013) 'Terkontrolnya Tekanan Darah Penderita Hipertensi Berdasarkan Pola Diet dan Kebiasaan Olah Raga Di Padang Tahun 2011', *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 8(1), pp. 8–14.
- Kesehatan, B. P. dan P. K. (2013) *Riset Kesehatan Dasar*. Jakarta.
- Ohta, Y. *et al.* (2017) 'Blood pressure control status and relationship between salt intake and lifestyle including diet in hypertensive outpatients treated at a general hospital', *Clinical and Experimental Hypertension*, 39(1), pp. 29–33. doi: 10.1080/10641963.2016.1200605.
- QG, Y. *et al.* (2012) '[The correlation of age with the risk of multiple organ dysfunction syndrome in the elderly patients with congestive heart failure and hypertension].', *Zhongguo Ying Yong Sheng Li Xue Za Zhi*, 28(3), pp. 245–248. Available at: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/22860426>.
- Sugiharto, A. (2007) *Faktor-Faktor Risiko Hipertensi Grade II Pada Masyarakat (Studi Kasus di Kabupaten Karanganyar)*. Universitas Diponegoro.
- WHO (2018) *Health topics: Hypertension*, World Health Organization. Available at: <http://www.who.int/topics/hypertension/en/>.