

**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

**ABSTRACT**

*Hypertension patient compliance still pretty low. Improved compliance can reduce cardiovascular disease mortality caused one method that can be used to improve compliance with measuring blood pressure is. This study aimed to analyze the existence of hypertension diet compliance relationship with blood pressure in patients hipertensi.metode this study is cross-sectional design. Sampling technique in this research is the consecutive sampling samples are partly taken from the whole object under study and are considered representative of the population. Based on the test results using a chi-square statistic. Based on the tabulated results can be expressed ho rejected because the results of the calculation of significance ( $\alpha$ ) = 0.000. Assuming if  $p < 0.05$  then ho is rejected so there correlation compliancewith blood pressure diet hypertension hypertension in patients at poly space medicine hospital prof. Dr. Soekandar mojokerto. Compliance diet hypertension hypertension patients are mostly (compliance). It is influenced by personal characteristics, experience and enough knowledge about things to do to maintaintheir health.*

**Keywords:** *compliance diet, blood pressure, hypertension.*

## Pendahuluan

Hipertensi atau tekanan darah tinggi adalah suatu peningkatan abnormal tekanan darah dalam pembuluh darah arteri secara terus-menerus lebih dari suatu periode. Hal ini terjadi bila arteriole konstiksi yang dapat membuat darah sulit mengalir dan meningkatkan tekanan melawan dinding arteri. Hipertensi menambah beban kerja jantung dan arteri yang bila berlanjut dapat menimbulkan kerusakan jantung dan pembuluh darah (Udjianti, 2010). Kepatuhan Adalah Tingkat Perilaku Pasien Yang Tertuju Terhadap Instruksi Atau Petunjuk Yang Diberikan Dalam Bentuk Terapi Apapun Yang Ditentukan, Baik Diet, Latihan, Pengobatan Atau Menepati Janji Pertemuan Dengan Dokter (Stanley, 2007)

Tekanan darah tinggi adalah suatu peningkatan abnormal tekanan darah dalam pembuluh darah arteri secara terus-menerus lebih dari suatu periode. Menurut *World Health Organizations* (WHO) batasan normal tekanan darah adalah 140/90 mmHg, sedangkan seseorang dinyatakan mengidap hipertensi bila tekanan darahnya >160/95 mmHg. Tekanan darah di antara normotensi dan hipertensi disebut *borderline hypertension* (Garis Batas Hipertensi). Batasan WHO tersebut tidak membedakan usia dan jenis kelamin (Udjiyanti, 2010 ; 107). Peningkatan tekanan darah juga dipengaruhi oleh beberapa faktor risiko antara lain meliputi umur, jenis kelamin, riwayat keluarga, obesitas, kadar garam tinggi, dan kebiasaan hidup seperti merokok dan minuman beralkohol. Bagi yang memiliki faktor resiko ini seharusnya lebih waspada dan lebih dini dalam melakukan upaya-upaya preventif, contohnya yang paling sederhana adalah rutin 3 kontrol tekanan darah lebih dari satu kali, serta berusaha menghindari faktor-faktor pencetus hipertensi (Baradiro, 2008 : 50).

Hipertensi adalah suatu kondisi peningkatan tekanan darah arterial abnormal yang berlangsung persisten. *American Heart Association* (AHA) mendefinisikan seseorang dikategorikan mengalami hipertensi apabila mempunyai tekanan darah sistolik  $\geq 140$  mmHg dan/atau tekanan diastolik  $\geq 90$  mmHg. *World Health Organization* (WHO) dan *International Society of Hypertension* (ISH) menyatakan bahwa saat ini terdapat sekitar 600 juta penderita hipertensi diseluruh

dunia, dan 3 juta diantaranya meninggal setiap tahunnya.

Hipertensi merupakan penyakit yang sudah menjadi masalah dunia dengan total penderita 690 juta jiwa. Di Amerika Serikat  $\pm 50$  juta orang (1 dari 4 orang dewasa) memiliki tekanan darah sistolik >140 mmHg atau diastolik >90 mmHg (Lewis, Hetkemper, & Dirksen, 2004). Jumlah penderita hipertensi di India pada tahun 2000 sekitar 60,4 juta pada laki-laki dan 57,8 juta pada wanita. Penderita ini diperkirakan akan meningkat menjadi 107,3 juta penderita pada tahun 2025 (Chaturvedi, Saurabh, & Rajeev, 2009). Pada beberapa negara lain di Asia, pada tahun 2000 tercatat 38,4 juta orang penderita hipertensi dan pada tahun 2025 diperkirakan akan meningkat menjadi 67,4 juta orang (Wahyuni, 2008).

Makanan yang dimakan secara langsung atau tidak langsung berpengaruh terhadap kestabilan tekanan darah. Kandungan zat gizi seperti lemak dan sodium memiliki kaitan yang erat dengan munculnya hipertensi. Pelaksanaan diet yang teratur dapat menormalkan hipertensi, yaitu dengan mengurangi makanan dengan tinggi garam, makanan yang berlemak, mengonsumsi makanan yang tinggi serat dan melakukan aktivitas olahraga (Julianti, 2005).

*American Dietetic Association* (ADA) menyatakan bahwa diet dapat menurunkan tekanan darah dan juga menurunkan risiko terkena penyakit jantung dan stroke. Diet rendah garam yang dianjurkan oleh dokter mengikuti prinsip diet DASH.

*Dietary Approches to Stop Hypertension* (DASH) merupakan terapi diet yang dianjurkan oleh *American Heart Association* (AHA). Hasil penelitian di Amerika Serikat yang dilakukan oleh Scott L. Hummel dan kawan-kawan tahun 2012 menunjukkan bahwa tekanan darah sebelum terapi diet 155/79 mmHg menurun hingga 138/72 mmHg setelah dilakukan terapi diet.

Banyak faktor yang dapat menyebabkan terjadinya hipertensi. Departemen kesehatan (Depkes) tahun 2009 menunjukkan kejadian hipertensi dan penyakit kardiovaskular cenderung meningkat seiring dengan gaya hidup yang jauh dari perilaku hidup bersih dan sehat, mahalnya biaya pengobatan hipertensi, serta kurangnya sarana dan prasarana dalam penanggulangan hipertensi. Tingginya angka hipertensi juga dipengaruhi oleh kebiasaan merokok,

kurangnya aktivitas, pola makan yang tidak sehat, obesitas dan stres (Risksedas, 2007).

Hasil Riset Kesehatan Dasar (Risksedas) Tahun 2007 menunjukkan peningkatan yang tinggi. Hal ini terlihat dari hasil Pengukuran Tekanan darah pada usia 18 Tahun ke atas di temukan prevalensi Hipertensi di Indonesia sebesar 31,7% di mana hanya 7,2% penduduk yang sudah mengetahui memiliki hipertensi dan hanya 0,4% yang minum obat hipertensi. Di Jawa Timur Penderita Hipertensi Mencapai 37,4% sedang berdasar diagnosa petugas kesehatan 7,3% dan berdasar diagnosa dan minum obat hipertensi sebesar 7,5%

Menurut profil kesehatan Provinsi Jawa Timur pada tahun 2010, data jumlah penderita hipertensi yang diperoleh dari dinas kesehatan Provinsi Jawa Timur terdapat 275.000 jiwa penderita hipertensi. Dari hasil survei tentang penyakit terbanyak di rumah sakit di Provinsi Jawa Timur, jumlah penderita hipertensi sebesar 4,89% pada hipertensi essensial dan 1,08% pada hipertensi sekunder.

Saat ini banyak usaha yang diupayakan untuk mengatasi masalah hipertensi, Departemen Kesehatan telah menyusun kebijakan dan strategi nasional pencegahan dan penanggulangan penyakit hipertensi yang meliputi 3 komponen utama yaitu promosi, Preventif, dan Rehabilitasi penyakit hipertensi serta manajemen pelayanan penyakit hipertensi. Hal tersebut bertujuan untuk pencegahan dan penanggulangan penyakit hipertensi, dan merujuk pada angka prevalensi hipertensi yang terus meningkat setiap tahunnya. Maka dari hal tersebut diperlukan suatu strategi yang dapat membantu petugas maupun masyarakat untuk dapat mengetahui sedini mungkin kecenderungan penyakit hipertensi (Depkes RI, 2006).

Berdasarkan latar belakang tersebut, penulis tertarik untuk melakukan penelitian mengenai "Hubungan Kepatuhan Diet Hipertensi dengan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi di Ruang Poli Penyakit Dalam RSUD Prof. Dr. Soekandar Kabupaten Mojokerto."

### Metode

Penelitian ini merupakan penelitian observasional studi Analitik Jenis penelitian ini adalah penelitian penjelasan (*explanation research*) dimana peneliti menjelaskan hubungan kausal antara variabel-variabel

melalui pengujian hipotesa. Dengan menggunakan desain *cross-sectional*, dimana peneliti melakukan observasi atau pengukuran variabel yang bertujuan untuk menjelaskan hubungan kepatuhan diet hipertensi dengan tekanan darah pada pasien hipertensi (Studi Pada Pasien hipertensi di Ruang Poli Penyakit Dalam RSUD Prof. Dr. Soekandar . Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pasien hipertensi di Ruang Poli Penyakit Dalam RSUD Prof. Dr. Soekandar Kabupaten Mojokerto. Tehnik pengambilan sampel pada penelitian ini adalah *consecutive sampling*. Metode analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji Chi Square Dengan taraf signifikan 95% dengan nilai kemaknaan 5%.

Hasil Karakteristik Responden Berdasarkan Kepatuhan Diet Hipertensi

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kepatuhan Diet Hipertensi di Ruang Poli Penyakit Dalam RSUD Prof. Dr. Soekandar Kabupaten Mojokerto 2016.

No	Kepatuhan	F	%
1	Positif	24	66,7
2	Negatif	12	33,3
Total		36	100

Karakteristik Responden Berdasarkan Tekanan Darah

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Tekanan Darah di Ruang Poli Penyakit Dalam RSUD Prof. Dr. Soekandar Kabupaten Mojokerto 2016.

No	Tekanan Darah	F	%
1	< 130	9	25
2	130-139	12	33,3
3	140-159	7	19,4
4	160-179	5	13,9
5	180-209	3	8,3
6	>210	-	-
Total		36	100

## Hubungan Kepatuhan Diet Hipertensi dengan Tekanan Darah

Ruang Poli Penyakit Dalam Tabel 3 Tabulasi silang antara Kepatuhan Diet Hipertensi dengan Tekanan Darah di RSUD Prof. Dr. Soekandar Kabupaten Mojokerto 2016.

Kepatuhan Diet Hipertensi	Tekanan Darah					Total
	<130	130-140	140-160	160-180	180	
Patuh	9	12	-	-	-	21
Tidak Patuh	-	-	7	5	3	51
Total						36

### Pembahasan

#### 1. Kepatuhan Diet Hipertensi

Hasil penelitian yang dilakukan di Ruang Poli Penyakit Dalam RSUD Prof. Dr. Soekandar Kabupaten Mojokerto tentang Kepatuhan Diet Hipertensi Berdasarkan tabel 1 diketahui bahwa Kepatuhan Diet Hipertensi Pada Pasien Hipertensi sebagian besar adalah positif ditunjukkan dengan jumlah 24 responden dengan prosentase (66,7%), negatif ditunjukkan dengan jumlah 12 responden dengan prosentase (33,3%). Kepatuhan adalah merupakan suatu perubahan perilaku dari perilaku yang tidak mentaati peraturan ke perilaku yang mentaati peraturan (Lawrence Green dalam Notoatmodjo, 2007). Selain itu kepatuhan adalah tingkat perilaku pasien yang tertuju terhadap instruksi atau petunjuk yang diberikan dalam bentuk terapi apapun yang ditentukan, baik diet, latihan, pengobatan atau menepati janji pertemuan dengan dokter (Stanley, 2007). Menurut Notoatmodjo (2005) menyatakan ada beberapa aspek sosial yang mempengaruhi status kesehatan seseorang, antara lain adalah: umur, jenis kelamin, pekerjaan dan sosial ekonomi. Artinya keempat aspek sosial tersebut dapat

mempengaruhi status kesehatan responden salah satunya adalah kepatuhan diet hipertensi. Palmer, A & Williams, B. Simple Guide., 2007 tingginya risiko terkena hipertensi pada pendidikan yang rendah, kemungkinan disebabkan karena kurangnya pengetahuan pada pasien yang berpendidikan rendah terhadap kesehatan dan sulit atau lambat menerima informasi penyuluhan yang diberikan oleh petugas, sehingga berdampak pada pola hidup sehat. (dalam Palmer, A & Williams, B. Simple Guide) menyatakan bahwa hubungan ini tidak semata-mata diakibatkan perbedaan tingkat pendidikan, tetapi tingkat pendidikan berpengaruh terhadap gaya hidup sehat dengan tidak merokok, tidak minum alkohol, dan lebih sering berolahraga.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa Kepatuhan Diet Hipertensi Pada Pasien Hipertensi sebagian besar adalah (patuh). Hal ini dikarenakan Responden pada penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian dari mereka memiliki kepatuhan yang positif yang dipengaruhi oleh karakteristik pendidikan, gaya hidup sehat, pengalaman, dan pengetahuan yang cukup tentang hal yang harus dilakukan untuk menjaga kesehatannya.

Berpendidikan rendah terhadap kesehatan dan sulit atau lambat menerima informasi penyuluhan yang diberikan oleh petugas, sehingga berdampak pada pola hidup sehat tetapi tingkat pendidikan, pengalaman, dan pengetahuan berpengaruh terhadap gaya hidup sehat dengan tidak merokok, tidak minum alkohol, dan lebih sering berolahraga.

#### 2. Tekanan Darah

Hasil penelitian yang dilakukan di di Ruang Poli Penyakit Dalam RSUD Prof. Dr. Soekandar Kabupaten Mojokerto tentang Hubungan Kepatuhan Diet Hipertensi dengan Tekanan Darah berdasarkan tabel 2 diketahui dari 36 responden yang diteliti menunjukkan bahwa Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi sebagian besar adalah Normal tinggi ditunjukkan dengan jumlah 12 responden dengan prosentase (33,3%). Responden tekanan darah Normal ditunjukkan dengan jumlah 9 responden dengan prosentase (25%), responden tekanan darah hipertensi ringan ditunjukkan dengan jumlah 7 responden dengan prosentase (19,4%), responden tekanan darah hipertensi sedang ditunjukkan dengan jumlah 5 responden dengan prosentase (13,9%), responden tekanan darah hipertensi

berat ditunjukkan dengan jumlah 3 responden dengan prosentase (8,3%).

Tekanan darah adalah desakan darah terhadap dinding-dinding arteri ketika darah tersebut dipompa dari jantung ke jaringan. Tekanan darah merupakan gaya yang diberikan darah pada dinding pembuluh darah. Tekanan ini bervariasi sesuai pembuluh darah terkait dan denyut jantung. Tekanan darah pada arteri besar bervariasi menurut denyutan jantung. Tekanan ini paling tinggi ventrikel berkontraksi (tekanan sistolik) dan paling rendah ketika ventrikel berelaksasi (tekanan diastolik) (Depkes,2008).

Berdasarkan hasil penelitian sebagian besar Tekanan darah adalah Normal tinggi ditunjukkan dengan jumlah 12 responden dengan prosentase (33,3%) hal ini disebabkan oleh beberapa faktor yaitu faktor kepatuhan, sesudah patuh maka Tekanan darah akan Normal kembali.

### 3. Hubungan Kepatuhan Diet Hipertensi dengan Tekanan Darah

Dari tabel 3 diatas diperoleh data dari 36 responden yang Patuh 21 responden terjadi tekanan darah normal tinggi dan tidak patuh terdapat 15 respondent terjadi tekanan darah. Hasil analisis keseluruhan menunjukkan bahwa dari 36 responden yang memiliki kepatuhan positif sebanyak 24 responden dan 12 responden yang memiliki kepatuhan negatif. Berdasarkan hasil tabulasi tersebut dapat dinyatakan  $H_0$  ditolak karena hasil perhitungan kemaknaan ( $\alpha$ ) = 0,000. Dengan asumsi jika  $\rho < 0,05$  maka  $H_0$  ditolak jadi ada Hubungan Kepatuhan Diet Hipertensi dengan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi di Ruang Poli Penyakit Dalam RSUD Prof. Dr. Soekandar Kabupaten Mojokerto.

Kepatuhan adalah merupakan suatu perubahan perilaku dari perilaku yang tidak mentaati peraturan ke perilaku yang mentaati peraturan (lawrence green dalam notoatmodjo, 2007).

Menurut Purwanto (2006) ada beberapa variabel yang mempengaruhi tingkat kepatuhan seseorang yaitu demografi meliputi usia, jenis kelamin, suku bangsa, status sosio-ekonomi dan pendidikan. Umur merupakan faktor yang penting dimana anak-anak terkadang tingkat kepatuhannya jauh lebih tinggi daripada remaja. Tekanan darah pria umumnya lebih tinggi dibandingkan dengan wanita.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa Kepatuhan Diet Hipertensi dengan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi sebagian besar adalah (positif). Hal ini dikarenakan sebagian dari mereka dipengaruhi oleh Faktor kognitif serta pendidikan seseorang dapat juga meningkatkan kepatuhan terhadap aturan perawatan hipertensi (Purwanto, *Pengantar Perilaku Manusia untuk Perawat*, 2006).

### Simpulan

Hasil analisis menunjukkan ada hubungan kepatuhan diet hipertensi dengan tekanan darah dengan menggunakan uji chi-square ditunjukkan dari 36 responden sebagian memiliki kepatuhan positif sebanyak 24 (66,7%) responden dengan Tekanan darah sebanyak 21(58,3%).Kepatuhan Diet Hipertensi seseorang yang positif dapat di pengaruhi oleh karakteristik pribadi dikarenakan mereka sudah memiliki pengetahuan yang cukup tentang hal yang harus dilakukan untuk menjaga kesehatannya.

### Saran

1. Bagi Responden  
Diharapkan penelitian ini dapat menjadi tambahan informasi dan pengetahuan bagi responden tentang kepatuhan diet.

2. Bagi Institusi Pelayanan Kesehatan  
Bagi Pelayanan Kesehatan tempat penelitian Hasil Penelitian Dapat Digunakan Sebagai bahan masukan bagi Rumah Sakit Umum Daerah Prof. Dr. Soekandar dalam upaya meningkatkan pelayanan rumah sakit terhadap pasien. Penyuluhan dapat dilakukan melalui penyebaran leaflet, pada saat pemeriksaan dengan menjelaskan bahasa yang mudah dipahami tentang dampak dan bahaya jika kita tidak meningkatkan derajat kesehatan dan mengurangi angka kesakitan.

### 2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya diharapkan penelitian ini masih perlu dikembangkan lagi, diharapkan bagi peneliti selanjutnya menambah variabel lain serta analisis penelitian lebih baik.

## Daftar Pustaka

- Arikunto.2006. 'Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek'. Jakarta : PT. Rineka Cipta.
- Baradiro, Mary, 2008, *Klien Gangguan Kardiovaskuler: Seri Asuhan Keperawatan*, Jakarta ; EGC.
- DEPKES RI. 2006. *Pedoman Teknik Penemuan Dan Tatalaksana Penyakit Hipertensi*. Direktorat Pengendalian Penyakit Tidak Menular. Jakarta : Ditjen PP dan PL.
- Depkes RI. *Laporan hasil Riset kesehatan dasar (Riskesdas) provinsi Jawa barat tahun 2007*. Jakarta: CV Metronusa prima, 2008.
- Erlina, dkk, 2012, faktor-faktor risiko hipertensi primer di puskesmas tlogosari kulon kota semarang, jurnal ilmu kesehatan masyarakat, volume 1, nomor 2, UNDIP.
- Hidayat, Alimul Aziz 2009, "Metode Penelitian Kebidanan Teknik Analitik Data". Jakarta : Salemba Medika.
- \_\_\_\_\_. 2007, *Metode Penelitian Keperawatan dan Teknik Analisis data*, Salemba Medika, Jakarta
- Julianti, D, dkk., 2005, *Bebas Hipertensi Dengan Terapi Jus*, Puspa Swara, Jakarta.
- Lany Gunawan. *Hipertensi : Tekanan Darah Tinggi*. Yogyakarta : Kanisius. 2004.
- Lanny Sutarini. 2004. *Hipertensi*. Jakarta : Gramedia Pustaka Utama.
- Notoatmodjo, 2005 *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Edisi Revisi, Jakarta : Rineka Cipta.
- \_\_\_\_\_. 2007 "Metodelogi Penelitian Kesehatan". Jakarta : PT Rineka Cipta
- Nursalam.2008. "Konsep Dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan". Jakarta : Salemba Medika
- Palmer, A & Williams, B. Simple Guide., 2007, *Tekanan Darah Tinggi*. (Yasmine, Penerjemah), Erlangga: Jakarta
- Purnomo, H., 2009, *Pencegahan dan Pengobatan Penyakit Yang Paling Mematikan*, Buana Pustaka, Yogyakarta
- Purwanto, H. *Pengantar Perilaku Manusia untuk Perawat*. Jakarta : EGC.2006.
- RSI. Sultan Agung Semarang. 2012 . *Pedoman Pelayanan Gizi Rumah Sakit*. Semarang
- Sani, Aulia. *Hypertension Current Perspective*, Jakarta; Medya Crea, 2008.
- Setiadi.2013. *Konsep dan Praktik Penulisan Riset Keperawatan*. Yogyakarta; Graha Ilmu
- Smet, Bart. *Psikologi Kesehatan*. Jakarta : Gramedia Widia Sarana. 2004
- Udjiyanti, W. J. *Keperawatan Kardiovaskuler*, Jakarta : Salemba Medika. 2010.
- Wahdah, nurul 2011, *menaklukan hipertensi, multi solusindo*, Yogyakarta