

NASKAH PUBLIKASI (*MANUSCRIPT*)

**HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN DIET GARAM DENGAN
HIPERTENSI PADA LANSIA DI PUSKESMAS SIDOMULYO KOTA
SAMARINDA**

***ASSOCIATION OF SALT DIET KNOWLEDGE LEVEL AND
HYPERTENSION AMONG OLDER ADULTS AT SIDOMULYO HEALTH
CENTER SAMARINDA CITY***

Ade Dwi Karmila¹, Lisa Wahidatul Oktaviani²



**DIAJUKAN OLEH
ADE DWI KARMILA
1911102413191**

**PROGRAM STUDI S1 KESEHATAN MASYARAKAT
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH
KALIMANTAN TIMUR**

2023

Naskah Publikasi (*Manuscript*)

**Hubungan Tingkat Pengetahuan Diet Garam dengan Hipertensi pada Lansia
di Puskesmas Sidomulyo Kota Samarinda**

*Association of Salt Diet Knowledge Level and Hypertension among Older
Adults at Sidomulyo Health Center Samarinda City*

Ade Dwi Karmila¹, Lisa Wahidatul Oktaviani²



DIAJUKAN OLEH

Ade Dwi Karmila

1911102413191

PROGRAM STUDI S1 KESEHATAN MASYARAKAT

FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH

KALIMANTAN TIMUR

2023

PERSETUJUAN PUBLIKASI

Kami dengan ini mengajukan surat persetujuan untuk publikasi penelitian dengan judul :

Hubungan Tingkat Pengetahuan Diet Garam Dengan Hipertensi Pada Lansia Di Puskesmas Sidomulyo Kota Samarinda

Bersamaan dengan surat persetujuan ini kami lampirkan naskah publikasi

Pembimbing



Lisa Wahidatul Oktaviani, Ph.D
NIDN.1108108701

Peneliti



Ade Dwi Karmila
NIM.1911102413191

Mengetahui,

Koordinator Mata Ajar Skripsi



Lisa Wahidatul Oktaviani, Ph.D
NIDN.1108108701

LEMBAR PENGESAHAN
HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN DIET GARAM DENGAN
HIPERTENSI PADA LANSIA DI PUSKESMAS SIDOMULYO KOTA
SAMARINDA

NASKAH PUBLIKASI

DISUSUN OLEH:
ADE DWI KARMILA
1911102413191

Diseminarkan dan Diujikan
Pada tanggal, 11 Juli 2023

Penguji I



Nida Amalia, M.PH
NIDN.1101119301

Penguji II



Lisa Wahidatul Oktaviani, Ph.D
NIDN.1108108701

Mengetahui,
Ketua
Program Studi S1 Kesehatan Masyarakat



Nida Amalia, M.PH
NIDN.1101119301

Hubungan Tingkat Pengetahuan Diet Garam dengan Hipertensi pada Lansia di Puskesmas Sidomulyo Kota Samarinda

Association of Salt Diet Knowledge Level and Hypertension among Older Adults at Sidomulyo Health Center Samarinda City

Ade Dwi Karmila^{1*}, Lisa Wahidatul Oktaviani, Ph.D²,

^{1,2}Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur, Samarinda, Indonesia

*Kontak Email: dwikarmila2505@gmail.com, lwo827@umkt.ac.id

Intisari

Tujuan Studi: Untuk mengetahui hubungan tingkat pengetahuan diet garam dengan hipertensi pada lansia di Puskesmas Sidomulyo Kota Samarinda.

Metodologi: Penelitian ini menggunakan desain deskriptif korelasional dengan pendekatan *cross-sectional*. Jumlah sampel penelitian ini sebanyak 109 responden lansia, dengan teknik pengambilan sampel menggunakan *stratified random sampling*. Uji statistik dilakukan dengan menggunakan uji *Spearman Rank* untuk menganalisis hubungan antara variabel.

Hasil: Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan tentang diet garam tertinggi berada pada kategori cukup sebanyak 55 responden. Tekanan darah sebagian besar tergolong hipertensi sedang (140-179 mmHg sistolik/90-109 mmHg diastolik) sebanyak 53 responden. Hasil uji *Spearman Rank* diperoleh nilai *p-value* = 0,001 <0,05. Hasil ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan diet garam dengan hipertensi pada lansia.

Manfaat: Hasil dari studi ini diharapkan dapat menjadi bahan evaluasi dan pertimbangan pihak Puskesmas terkait pemberian pendidikan kesehatan atau penyuluhan secara rutin diharapkan mampu mengubah pola perilaku yang baik mengenai diet garam.

Kata Kunci: Tingkat Pengetahuan, Diet Garam, Hipertensi

Abstract

Purpose of Study: To determine the relationship between the level of knowledge of dietary salt with hypertension in the elderly at Sidomulyo Health Center, Samarinda City.

Methodology: This study used a descriptive correlational design with a cross-sectional approach. The number of samples in this study were 109 elderly respondents, with the sampling technique using stratified random sampling. Statistical tests were performed using the Spearman Rank test to analyze the relationship between variables.

Results: The results showed that the highest level of knowledge about dietary salt was in the moderate category as many as 55 respondents. Blood pressure is mostly classified as moderate hypertension (140-179 mmHg systolic/90-109 mmHg diastolic) as many as 53 respondents. Spearman Rank test results obtained *p-value* = 0.001 <0.05. These results indicate that there is a significant relationship between the level of knowledge of dietary salt and hypertension in the elderly.

Applications: The results of this study are expected to be an evaluation and consideration for the Puskesmas related to the provision of health education or counseling on a regular basis is expected to be able to change good behavior patterns regarding the salt diet.

Keyword: Knowledge Level, Dietary Salt, Hypertension

1. PENDAHULUAN

Hipertensi adalah masalah yang umum terjadi menimbulkan ancaman penyakit kardiovaskular dan stroke, tetapi paling banyak terjadi pada orang tua. Karena tekanan darah tinggi mungkin berbahaya dan sering berkembang tanpa gejala yang terlihat, penyakit ini mendapat julukan "pembunuh senyap", dan tetap menjadi masalah kesehatan di seluruh dunia. Salah satu alasan meningkatnya jumlah penderita hipertensi adalah kurangnya pengetahuan lansia tentang perlunya mengikuti diet hipertensi dan minum obat secara konsisten. Jika tekanan darah sistolik seseorang ≥ 140 mmHg dan diastoliknya ≥ 90 mmHg, maka didiagnosis menderita tekanan darah tinggi. Ginjal, jantung, dan otak semuanya menderita ketika tekanan darah tidak dikelola dengan baik, yang dapat menyebabkan komplikasi (Widiyawati & Sari, 2020).

Pada tahun 2021, World Health Organization (WHO) memperkirakan bahwa antara 20-45% populasi dunia menderita hipertensi. Hipertensi mempengaruhi kira-kira 1,28 miliar lanjut usia secara keseluruhan. Mayoritas kasus berawal pada kalangan ekonomi rakyat biasa. Dengan prevalensi 25% dari total populasi, Asia Tenggara berada di peringkat ketiga (WHO, 2021). "Prevalensi hipertensi di Indonesia sebanyak 8,31% semenjak 5 tahun, bertambah 25,8% dari populasi usia 18 tahun pada tahun 2013 dan terus meningkat hingga 2018 menjadi 34,1%," menurut Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas). Di Indonesia, diperkirakan 63.309.620 juta orang menderita hipertensi, dan 427.218 orang di antaranya telah meninggal dunia. Hipertensi menyerang tiga kelompok usia: 31-44 tahun (31,6%), 45-54 tahun (45,3%), dan 55-64 tahun (55,2%), wilayah Kalimantan yang memiliki proporsi tertinggi: Kalimantan Selatan (44,1%), Kalimantan Barat (39,99%), dan Kalimantan Timur (39,5%).

Dari hasil data Badan Pusat Statistik Kota Samarinda terdapat penyakit hipertensi berada di urutan pertama dari 10 penyakit di Samarinda dengan jumlah kasus 43.838 pada tahun 2022 (BPS, 2023). Berdasarkan informasi dari Dinas Kesehatan Kota Samarinda, total penderita hipertensi sebanyak 207.726 orang dari segala usia, dengan prevalensi 8,5% dari seluruh data 26 Puskesmas di Kota Samarinda. Berdasarkan data yang diperoleh dari studi pendahuluan dari Puskesmas Sidomulyo, terdapat 6.288 pasien lansia yang berkunjung pada tahun 2022 dan terdapat jumlah pasien lansia penderita hipertensi sebanyak 2.474 orang tahun 2022. Puskesmas Sidomulyo menempati urutan pertama dalam penyakit hipertensi tertinggi dari 26 Puskesmas yang ada di Kota Samarinda dengan total 17.921 orang berusia ≥ 15 tahun, baik laki-laki ataupun perempuan (DKK, 2021).

Istilah "lansia" menggambarkan fase paling akhir dari penuaan. Setiap orang pada akhirnya akan mengalami proses penuaan. Ketika seseorang mencapai usia tua, dia mulai mengalami penurunan kesehatan, dan fungsi sosial hingga pada titik di mana mereka tidak dapat merawat diri mereka sendiri (Haron et al., 2021). Wawasan terhadap penyakit seseorang dan keinginan untuk melakukan perubahan yang baik pada kesehatan seseorang adalah hasil dari pengetahuan yang begitu mendalam. Dengan mengetahui bahaya hipertensi bagi kesehatan, seseorang dapat memilih untuk makan-makanan yang sehat dan secara teratur memeriksa kesehatannya untuk mengetahui tanda-tanda hipertensi (Iswatun & Susanto, 2021).

Alasan peneliti memilih wilayah Puskesmas Sidomulyo untuk penyakit hipertensi adalah dengan alasan bahwa wilayah ini menempati urutan pertama dalam beberapa waktu terakhir pada data Penyakit Tidak Menular (PTM) di Puskesmas Sidomulyo. Berdasarkan data hasil di wilayah kerja Puskesmas Sidomulyo dengan menggunakan data dari 7 hasil Posyandu Lansia diantaranya, Posyandu Teratai, Posyandu Sejahtera, Posyandu Sedap Malam, Posyandu Al Qadar, Posyandu Kasih Ibu, Posyandu Anyelir, Posyandu Segar Bugar. Seluruh jumlah data terakhir pengunjung tahun 2022 dari 7 Posyandu Lansia sebanyak 1.137 lansia dengan jenis kelamin perempuan dan laki-laki. Partisipan penelitian ini adalah lansia yang berdomisili di wilayah Puskesmas Sidomulyo yang memiliki tekanan darah normal maupun hipertensi.

2. METODOLOGI

Tujuan desain penelitian cross-sectional ialah untuk menyelidiki masalah penelitian dengan memantau dan mengevaluasi secara bersamaan hubungan antara faktor risiko/paparan dengan penyakit. Penelitian ini akan menggunakan metodologi kuantitatif yang bersifat deskriptif dan analitik (Darwin et al., 2021). Populasi yang digunakan dalam penelitian ini

adalah seluruh lansia berusia 60 tahun ke atas yang secara efektif mengunjungi Posyandu Lansia di wilayah kerja Puskesmas Sidomulyo dengan populasi sebanyak 151 orang dengan jumlah sampel sebanyak 109 responden lansia. Pengumpulan informasi dalam penelitian ini dilakukan oleh peneliti dengan menggunakan kuesioner yang diambil dari (Rery et al., 2017) untuk mengukur tingkat pengetahuan diet garam, kemudian pengukuran tekanan darah menggunakan *Sphygmomanometer*. Analisis hasil penelitian ini menggunakan program komputer IBM SPSS Statistics versi 25 dengan uji statistik Spearman Rank untuk mengetahui hubungan tingkat pengetahuan diet garam dengan hipertensi pada lansia di Puskesmas Sidomulyo Kota Samarinda.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

3.1 Analisis Univariat

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Usia

Usia	Frekuensi (N)	Presentase (%)
60-74 tahun	83	76,1
75-90 tahun	19	17,4
>91 tahun	7	6,4
Total	109	100,0

Berdasarkan tabel 3.1 memperlihatkan pengelompokan usia pengisi kuisisioner pada presentase usia tertinggi di kelompok usia 60-74 tahun dengan 83 (76,1%) responden, berbeda halnya dengan presentase usia responden terendah terdapat di kelompok berumur >91 tahun dengan 7 (6,4%) responden.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Frekuensi (N)	Presentase (%)
Laki-Laki	27	24,8
Perempuan	82	75,2
Total	109	100,0

Dari tabel 3.2 memperlihatkan jika hampir keseluruhan jenis kelamin wanita 82 (75,2%) responden, sedangkan sebagian responden laki-laki 27 (24,8%) responden.

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pendidikan

Pendidikan	Frekuensi (N)	Presentase (%)
Rendah (Tidak Sekolah-SD)	59	54,1
Menengah (SMP_SMA)	34	31,2
Tinggi (D3-S1)	16	14,7
Total	109	100,0

Dari tabel 3.3 memperlihatkan jika hampir keseluruhan responden mempunyai pendidikan yang Rendah (Tidak Sekolah-SD) sebanyak 59 (54,1%) responden, sedangkan sebagian kecil mempunyai pendidikan yang Tinggi (D3-S1) 16 (14,7%) responden.

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pekerjaan

Pekerjaan	Frekuensi (N)	Presentase (%)
Bekerja	33	30,3
Tidak Bekerja	76	69,7
Total	109	100,0

Dari tabel 3.4 memperlihatkan jika hampir keseluruhan responden tidak mempunyai pekerjaan dengan total 76 (69,7%) responden, berbeda halnya dengan sebagian kecil responden mempunyai pekerjaan berjumlah 33 (30,3%) responden. Ini disebabkan oleh mayoritas responden ialah ibu rumah tangga yang tidak mempunyai pekerjaan tetap, dan faktor usia mempengaruhi kegiatan mereka. Mayoritas orang yang menjadi responden juga tidak bekerja.

Tabel 5. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Posyandu Lansia

Posyandu Lansia	Frekuensi (N)	Presentase (%)
Teratai	22	20,2
Kasih Ibu	19	17,4
Segar Bugar	17	15,6
Sedap Malam	13	11,9
Sejahtera	8	7,3
Anyelir	13	11,9
AL-Qadar	17	15,6
Total	109	100,0

Tabel 3.5 diatas dapat diketahui bahwa dari 109 lansia di 7 Posyandu Lansia wilayah kerja Puskesmas Sidomulyo, terdapat jumlah lansia di setiap Posyandu yakni, Posyandu Teratai sebanyak 22 (20,2%) responden, Posyandu Kasih Ibu sebanyak 19 (17,4%) responden, Posyandu Segar Bugar sebanyak 17 (15,6%) responden, Posyandu Sedap Malam sebanyak 13 (11,9%) responden, Posyandu Sejahtera sebanyak 8 (7,3%) responden, Posyandu Anyelir sebanyak 13 (11,9%), dan Posyandu Al-Qadar sebanyak 17 (15,6%) responden.

Tabel 6. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Tingkat Pengetahuan Diet Garam

Tingkat Pengetahuan Diet Garam	Frekuensi (N)	Presentase (%)
Baik	36	33,0
Cukup	55	50,5
Kurang	18	16,5
Total	109	100,0

Pada tabel 3.6 bisa tampak jika dari 109 lansia di 7 Posyandu Lansia wilayah kerja Puskesmas Sidomulyo, sebanyak 36 (33,0%) responden mempunyai tingkat pengetahuan yang baik tentang diet garam (dengan skor 76%-100%), berjumlah 55 (50,5%) responden mempunyai tingkat pengetahuan yang cukup tentang diet garam (dengan skor 56%-75%), maupun berjumlah 18 (16,5%) responden mempunyai tingkat pengetahuan yang kurang tentang diet garam (dengan skor <55%). Ini mengindikasikan bahwa orang tua di Posyandu Lansia di wilayah Puskesmas Sidomulyo pada umumnya mempunyai cukup pengetahuan tentang diet rendah garam.

Tabel 7. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Tekanan Darah

Tekanan Darah	Frekuensi (N)	Presentase (%)
Normal	47	43,1
Hipertensi Sedang	53	48,6
Hipertensi Tinggi	9	8,3
Total	109	100,0

Dari tabel 3.7 tersebut bisa dilihat jika dari total 109 lansia di 7 Posyandu Lansia wilayah kerja Puskesmas Sidomulyo, berjumlah 47 (43,1%) responden tergolong tekanan darah normal (120-139 mmHg sistolik /80-89 mmHg diastolik), sebanyak 53 (48,6%)

responden tergolong tekanan darah hipertensi sedang (140-179 mmHg sistolik/90-109 mmHg diastolik), dan sebanyak 9 (8,3%) responden tergolong tekanan darah hipertensi tinggi (>180 mmHg sistolik/>110 mmHg diastolik). Hal tersebut memperlihatkan jika lansia di Posyandu Lansia wilayah kerja Puskesmas Sidomulyo, mayoritas responden lansia mempunyai tekanan darah golongan hipertensi sedang (140-179 mmHg sistolik/90-109 mmHg diastolik).

3.2 Analisis Bivariat

Tabel 8. Tabulasi Silang Hubungan Tingkat Pengetahuan Diet Garam Dengan Hipertensi Pada Lansia

Tingkat Pengetahuan Diet Garam	Tekanan Darah			Total	<i>p-value</i>	<i>Correlation Coefficient</i>
	Normal	Hipertensi Sedang	Hipertensi Tinggi			
Baik	21 (58,3%)	15 (41,7%)	0 (0,0%)	36 (100,0%)	0,001	0,307
Cukup	23 (41,8%)	26 (47,3%)	6 (10,9%)	55 (100,0%)		
Kurang	3 (16,7%)	12 (66,7%)	3 (16,7%)	18 (100,0%)		
Total	47 (43,1%)	53 (48,6%)	9 (8,3%)	109 (100%,0)		

Dari uraian pada tabel 3.8 diatas bisa dijelaskan jika mayoritas responden dengan tingkat pengetahuan diet garam kategori baik tekanan darah yang normal yaitu 21 (58,3%) responden, responden dengan tingkat pengetahuan diet garam kategori cukup dengan tekanan darah yang sedang sebagian besar yaitu 26 (47,3%) responden, dan responden dengan tingkat pengetahuan diet garam kategori kurang dengan tekanan darah hipertensi sedang sebanyak 12 (66,7%) responden. Hasil dari uji Rank Spearman didapatkan nilai *p-value* sebesar 0,001 yang berada di bawah 0,05 ($p < 0,05$), maka pada saat itu juga H_0 ditolak dan H_1 diterima yang berarti ada hubungan yang bermakna antara tingkat pengetahuan diet garam dengan hipertensi pada lansia di Puskesmas Sidomulyo Kota Samarinda. Hasil uji Rank Spearman mendapatkan nilai coefisien corelation sejumlah 0,307 yang berarti terdapat keterkaitan yang cukup kuat diantara variabel tingkat pengetahuan diet garam dengan hipertensi memiliki arah keterkaitan yang positif dengan arti mempunyai pengetahuan yang cukup bagi responden terkait tingkat pengetahuan diet garam nantinya tekanan darah akan makin baik.

3.3 Pembahasan

Pada tabel 3.8 hasil penelitian ini memperlihatkan jika dari 36 responden dengan tingkat pengetahuan diet garam kategori baik didapatkan 21 (58,3%) responden dengan tekanan darah normal, 15 (41,7%) responden dengan tekanan darah hipertensi sedang dan tidak ada responden dengan tekanan darah hipertensi tinggi dalam kategori baik. Dan 55 responden yang memiliki tingkat pengetahuan diet garam kategori cukup didapatkan 23 (41,8%) responden dengan tekanan darah normal, 26 (47,3%) responden dengan tekanan darah hipertensi sedang, dan 6 (10,9%) responden dengan tekanan darah hipertensi tinggi. Berbeda halnya dengan dari 18 responden dengan tingkat pengetahuan diet garam kategori kurang didapatkan 3 (16,7%) responden dengan tekanan darah normal, 12 (66,7%) responden tekanan darah hipertensi sedang, dan 3 (16,7%) responden dengan tekanan darah hipertensi tinggi.

Hasil uji Rank Spearman diperoleh hasil *p-value* sebesar 0,001 yang berada di bawah 0,05 ($p < 0,05$), maka H_0 ditolak dan H_1 diterima, dengan arti terdapat hubungan tingkat pengetahuan diet garam dengan hipertensi pada lansia di Puskesmas Sidomulyo Kota Samarinda. Hasil uji Rank Spearman mendapatkan nilai coefisien corelation

berjumlah 0,307 bisa disimpulkan jika terdapat keterkaitan cukup kuat diantara variabel tingkat pengetahuan diet garam dengan hipertensi memiliki arah hubungan yang positif.

Hipertensi ialah suatu kondisi tekanan darah seseorang melebihi batas normal (140/90 mmHg) (WHO, 2023). Sebagian besar lansia dengan tekanan darah hipertensi sedang (140-179 mmHg sistolik/90-109 mmHg diastolik) berjenis kelamin perempuan sebanyak 38 (46,3%) responden, berbeda halnya minoritas responden laki-laki sebanyak 15 (53,7) responden dengan tekanan darah hipertensi sedang, yang sejalan dengan penelitian dari (Choi et al., 2017), perempuan lebih cenderung mengalami tekanan darah tinggi daripada laki-laki Setelah masa menopause, atau ketika mencapai usia 45 tahun ke atas, wanita lebih rentan terhadap hipertensi.

Pendidikan membuat seseorang lebih mudah untuk mengenali, memahami, dan mencegah hipertensi, sebagian besar responden dengan pendidikan rendah (Tidak Sekolah-SD) sebanyak 29 (49,2%) responden dengan tekanan darah hipertensi sedang. Dan sebagian kecil 6 (37,5%) responden berpendidikan tinggi (D3-S1) dengan tekanan darah normal (120-139 mmHg sistolik /80-89 mmHg diastolik). Penelitian yang dilakukan (Godala et al., 2022) diperkirakan bahwa tingkat pendidikan secara tidak langsung mempengaruhi tekanan darah pada seseorang karena hal tersebut dapat mempengaruhi cara hidup seseorang, seperti kecenderungan merokok, minum-minuman keras, asupan garam, dan aktivitas fisik. Oleh karena itu, tingkat pendidikan yang rendah berdampak kurangnya kesadaran untuk menjalani gaya hidup yang sehat. Sangat krusial untuk diingat bahwa tergantung pada jenis pekerjaan, sebagian besar usia lanjut tinggal di rumah atau tidak bekerja 37 (48,7%) dari mereka memiliki tekanan darah tinggi, sedangkan hanya 21 (63,6%) responden bekerja dengan tekanan darah normal. Hal ini akan memberikan mereka wawasan dan pengalaman untuk mengambil keputusan. Penelitian sebelumnya (Putri & Supartayana, 2020) tekanan darah tinggi lebih umum di kalangan pengangguran daripada di kalangan pekerja. Ketidakaktifan ibu rumah tangga mungkin menjadi penyebabnya, berbeda dengan individu yang bekerja lebih banyak. Orang yang tidak terlalu aktif dalam pekerjaan mereka memiliki risiko tekanan darah tinggi antara 30 hingga 50% lebih tinggi dibandingkan dengan individu yang aktif bekerja.

Tingkat pengetahuan akan mempengaruhi seseorang dalam pemahaman terkait penyakit mereka dan akan mendorong mereka untuk perbaikan yang pasti terhadap penyakit mereka. Diet garam adalah salah satu metode untuk mengurangi tekanan darah dan menjaganya tetap dalam batas normal. Diet ini juga mengurangi risiko faktor lain, seperti tingginya kadar lemak kolesterol dan asam urat dalam darah. Hal ini didukung oleh penemuan (Filippou et al., 2021) yang menemukan bahwa kurangnya pengetahuan tentang pola makan yang baik untuk hipertensi dapat mempengaruhi gaya hidup, seperti mengonsumsi makanan yang seharusnya tidak dikonsumsi atau mengurangi porsi makanan untuk menjaga kesehatan tetap stabil. Salah satu elemen yang mempengaruhi tekanan darah, pemahaman mengenai pola makan, dan kesadaran untuk menjaga kesehatan seiring dengan bertambahnya usia (Pradiningsih et al., 2021). Sebagian besar responden usia (60-74 tahun) dengan tingkat pengetahuan diet garam kategori cukup sebanyak 41 (49,4%) responden, dan sebagian kecil 3 (42,9%) responden berusia (> 91 tahun) dengan tingkat pengetahuan diet garam kategori kurang. Pendidikan dan wawasan mengenai pola makan rendah garam pada orang tua di wilayah kerja Puskesmas Sidomulyo, yang diasumsikan bahwa tingkat pengetahuan mengenai pola makan rendah garam pada orang tua di wilayah kerja Puskesmas Sidomulyo. Dan terdapat sebagian besar 36 (61,0%) responden berpendidikan rendah (Tidak Sekolah-SD) dengan tingkat pengetahuan diet garam kategori cukup, sedangkan sebagian kecil 8 (50,0%) responden berpendidikan tinggi (D3-S1) dengan tingkat pengetahuan diet garam kategori baik. Penelitian ini sejalan dengan penelitian (Putra et al., 2022) penelitian ini menemukan bahwa tingkat pendidikan yang rendah memiliki risiko yang tinggi untuk mengalami hipertensi. Penelitian ini menemukan bahwa faktor-faktor ini termasuk kurangnya pengetahuan individu dengan tingkat pendidikan rendah mengenai kesehatan serta kesulitan atau keterlambatan dalam menerima informasi (edukasi) yang diberikan oleh

petugas kesehatan, yang berdampak pada perilaku dan gaya hidup sehat mereka. Dibandingkan dengan pekerjaan yang tidak terlibat interaksi dengan orang lain, lingkungan kerja individu bisa memberikan pengalaman dan pengetahuan secara langsung maupun tidak langsung. Dan hasil yang didapatkan sebagian besar 39 (51,3%) responden tidak bekerja dengan tingkat pengetahuan diet garam kategori cukup, sedangkan sebagian kecil 16 (48,5%) responden bekerja dengan tingkat pengetahuan diet garam kategori baik. Penelitian ini serupa dengan (Sastri et al., 2019) yang menyatakan bahwa kesempatan berkembang di tempat kerja akan memberikan kemampuan untuk mengambil keputusan, yang dapat diartikan untuk mengetahui jenis makanan yang disarankan dan jenis makanan yang tidak disarankan untuk penderita hipertensi.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Guntoro & Purwati, 2019) yang menunjukkan bahwa ada hubungan yang sangat besar antara tingkat pengetahuan mengenai diet hipertensi terhadap kejadian hipertensi pada lansia dengan nilai $p = 0,009$. Jadi H_0 ditolak dan H_a diterima, dengan demikian dapat diduga bahwa ada hubungan yang bermakna antara tingkat pengetahuan mengenai diet hipertensi terhadap kejadian hipertensi pada lansia di Puskesmas Baloi Permai Batam. Didukung oleh penelitian (Fachry, 2020) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara tingkat pengetahuan diet hipertensi dengan derajat hipertensi pada lansia penderita hipertensi ($p = 0,000$) dengan probabilitas $<$ level of significance ($\alpha = 0,05$), sehingga dapat diduga dengan baik bahwa kurangnya informasi tentang diet hipertensi dapat menyebabkan kurangnya perhatian dalam pemberian dan penanggulangan perluasan derajat hipertensi pada lansia.

Berdasarkan pendapat para peneliti, sebagian besar orang dewasa yang telah mencoba mengikuti diet rendah garam masih menganggapnya sebagai sesuatu yang sulit dan tidak menyenangkan. Tabel 3.7 mencerminkan bahwa 53 (48,6%) responden yang menjawab survei menemukan bahwa banyak makanan favorit mereka masuk dalam daftar terlarang, seperti bumbu penyedap, makanan laut, keju, dan makanan yang digoreng, yang semuanya sulit untuk dihindari karena makanan seperti ini sangat populer di kalangan banyak orang. Dan lansia sendiri sebagai kelompok yang telah mencapai usia lanjut dan mengalami penurunan kemampuan mengingat, sehingga terkadang mereka tidak dapat menjalani pola makan rendah garam karena hanya ingin makan apa yang mereka kehendaki.

4. KESIMPULAN

Dari hasil penelitian yang dilaksanakan pada 7 Posyandu Lansia di wilayah kerja Puskesmas Sidomulyo, maka disimpulkan dari hasil identifikasi terdapat perbedaan tingkat pengetahuan diet garam dilihat dari sebanyak 36 responden lansia memiliki tingkat pengetahuan kategori baik, 55 responden lansia dengan tingkat pengetahuan kategori cukup, sedangkan 18 responden lansia lainnya memiliki tingkat pengetahuan yang kurang. Hasil identifikasi hipertensi pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Sidomulyo yaitu terdapat 47 responden lansia memiliki tekanan darah normal, 53 responden lansia memiliki tekanan darah hipertensi sedang, sedangkan 9 responden lansia lainnya memiliki tekanan darah hipertensi tinggi. Hasil analisis hubungan tingkat pengetahuan diet garam dengan hipertensi pada lansia diperoleh p -value = 0,001. Nilai p -value $<$ 0,05 sehingga dikatakan ada hubungan yang signifikan antara hubungan tingkat pengetahuan diet garam dengan hipertensi pada lansia di Puskesmas Sidomulyo Kota Samarinda.

5. SARAN DAN REKOMENDASI

Beberapa rekomendasi saran berikut dapat dibuat sehubungan dengan temuan dan diskusi dari penelitian ini:

1. Perlu adanya pemberian informasi di wilayah Puskesmas Sidomulyo untuk 7 Posyandu Lansia melaksanakan program konseling dan edukasi kesehatan tentang manfaat mengurangi garam pada makanan oleh para lansia. Dokter, perawat, dan ahli gizi dapat berpartisipasi dalam penyuluhan ini untuk memberikan informasi yang jelas dan terperinci tentang diet garam yang sehat.

2. Lansia dapat mengurangi penggunaan garam pada saat memasak dan saat makan. Coba gunakan bumbu alami seperti bawang putih, bawang merah, jahe, atau rempah-rempah lainnya untuk memberikan rasa pada makanan tanpa tambahan garam. Penting untuk konsisten dalam menjalani diet rendah garam dan gaya hidup sehat. Perubahan kecil namun konsisten dalam pola makan dan aktivitas fisik yang sebenarnya dapat memberikan manfaat jangka panjang bagi kesehatan jantung dan tekanan darah.
3. Penelitian ini bisa dijadikan sebagai literatur untuk peneliti selanjutnya dan mengembangkan pemeriksaan ini terhadap faktor-faktor yang memengaruhi tingkat pengetahuan lansia tentang diet garam dengan hipertensi. Selain itu, penelitian ini bisa memberikan pengetahuan tambahan bagi para peneliti untuk memberikan edukasi kesehatan kepada lansia tentang bagaimana menjaga tekanan darah tetap normal.

6. UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada dosen pembimbing, penguji dan orang tua penulis yang telah membimbing dan memberikan ilmu, masukan, serta dukungan dalam menyelesaikan proyek KDM (Kolaborasi Dosen Mahasiswa) di Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur guna menyelesaikan skripsi mahasiswa dan mempublikasikannya.

REFERENSI

- BPS, S. (2023). *Kota Samarinda Dalam Angka Samarinda Municipality in Figures 2023*. CV. Mahendra Mulya.
- Choi, H. M., Kim, H. C., & Kang, D. R. (2017). Sex differences in hypertension prevalence and control: Analysis of the 2010-2014 Korea national health and nutrition examination survey. *PLoS ONE*, *12*(5), 1–12. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0178334>
- Darwin, M., Mamondol, M. R., Sormin, S. A., Nurhayati, Y., Tambunan, H., Sylvia, D., Adnyana, M. D. M., Prasetyo, B., Vianitati, P., & Gebang, A. A. (2021). *Metode Penelitian Pendekatan Kuantitatif* (T. S. Tambunan (ed.); Book Chapt). CV. Media Sains Indonesia.
- DKK, D. K. K. (2021). *Jumlah kasus pada penderita hipertensi*. Dinas Kesehatan Kota Samarinda.
- Fachry, A. W. R. (2020). Hubungan Antara Tingkat Pengetahuan Diet Hipertensi Dengan Derajat Hipertensi Pada Lansia Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Junrejo. *Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Dan Ilmu Kesehatan Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang*, 106.
- Filippou, C. D., Thomopoulos, C. G., Kouremeti, M. M., Sotiropoulou, L. I., Nihoyannopoulos, P. I., Tousoulis, D. M., & Tsioufis, C. P. (2021). Mediterranean diet and blood pressure reduction in adults with and without hypertension: A systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials. *Clinical Nutrition*, *40*(5), 3191–3200. <https://doi.org/10.1016/j.clnu.2021.01.030>
- Godala, M., Krzyżak, M., Maślach, D., & Gaszyńska, E. (2022). Relationship between Dietary Behaviors and Physical Activity and the Components of Metabolic Syndrome: A Case-Control Study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, *19*(11). <https://doi.org/10.3390/ijerph19116562>
- Guntoro, B., & Purwati, K. (2019). Hubungan Tingkat Pengetahuan Mengenai Diet Hipertensi Terhadap Kejadian Hipertensi Pada Lansia Di Puskesmas Baloi Permai Batam Kota. *Zona Kedokteran: Program Studi Pendidikan Dokter Universitas Batam*, *9*(1), 50–60. <https://doi.org/10.37776/zked.v9i1.280>
- Haron, H., Kamal, N. A. F., Yahya, H. M., & Shahar, S. (2021). Knowledge, Attitude and Practice (KAP) of Malay Elderly on Salt Intake and Its Relationship With Blood Pressure. *Frontiers in Public Health*, *8*(February), 1–8. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2020.559071>
- Iswatun, I., & Susanto, J. (2021). Relationship Between Knowledge and Level of Dietary Compliance In Patients with Hypertension. *Jurnal Midpro*, *13*(1), 92. <https://doi.org/10.30736/md.v13i1.293>
- Pradiningsih, A., Ittiqo, D. H., & Arianti, N. P. (2021). Description of medication adherence in hypertensive respondents at Mandalika Mataram elderly social centre. *Pharmacy Education*, *21*(2), 52–55. <https://doi.org/10.46542/pe.2021.212.5255>

- Putra, I. D. N. A. Y. P., Saraswati, N. L. G. I., & Lestari, N. K. Y. (2022). Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Diet Dengan Perilaku Diet Pasien Hipertensi. *Journal Nursing Research Publication Media (NURSEPEDIA)*, 1(2), 51–61. <https://doi.org/10.55887/nrpm.v1i2.12>
- Putri, D. M. F. S., & Supartayana, K. D. (2020). Hubungan Tingkat Pengetahuan Lansia Tentang Hipertensi Dengan Kepatuhan Diet Hipertensi Di Panti Sosial Tresna Werdha Jara Mara Pati Buleleng. *Jurnal Medika Usada*, 3(2), 41–47.
- Rery, Samodro, Ridho, & Baihakhi. (2017). Hubungan Tingkat Stres Dan Tingkat pengetahuan Diet Hipertensi Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Dau. *Universitas Islam Malang*.
- Sastri, D., Yelly, M., & Sari, O. (2019). Hubungan pengetahuan pasien hipertensi dengan clinical outcome pasien hipertensi di poli penyakit dalam RSUP DR. M. Djamil Padang. *Jurnal Sains Farmasi & Klinis*, 6(2), 134–140. <http://jsfk.ffarmasi.unand.ac.id>
- WHO. (2021). *Hypertension*. <https://www.who.int/news/item/25-08-2021-more-than-700-million-people-with-untreated-hypertension>
- WHO, W. H. O. (2023). Hypertension. In *WHO*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/hypertension>
- Widiyawati, W., & Sari, D. J. E. (2020). *Keperawatan Gerontik*. Literasi Nusantara. [https://books.google.co.id/books?hl=id&lr=&id=o98oEAAAQBAJ&oi=fnd&pg=PR1&dq=Widiyawati+%26++Sari,+2020\)&ots=mXM4VxPMEX&sig=DR7_G4fMf8RRGFyi82581EznBX4&redir_esc=y#v=onepage&q&f=false](https://books.google.co.id/books?hl=id&lr=&id=o98oEAAAQBAJ&oi=fnd&pg=PR1&dq=Widiyawati+%26++Sari,+2020)&ots=mXM4VxPMEX&sig=DR7_G4fMf8RRGFyi82581EznBX4&redir_esc=y#v=onepage&q&f=false)

LAMPIRAN HASIL UJI TURNITIN

Hubungan Tingkat Pengetahuan Diet Garam Dengan Hipertensi Pada Lansia Di Puskesmas Sidomulyo Kota Samarinda

by Ade Dwi Karmila

Submission date: 09-Aug-2023 08:57AM (UTC+0800)

Submission ID: 2143292359

File name: Ade_Dwi_Karmila_1911102413191_Naspub.docx (306.39K)

Word count: 3386

Character count: 21726

Hubungan Tingkat Pengetahuan Diet Garam Dengan Hipertensi Pada Lansia Di Puskesmas Sidomulyo Kota Samarinda

ORIGINALITY REPORT

26%
SIMILARITY INDEX

25%
INTERNET SOURCES

16%
PUBLICATIONS

5%
STUDENT PAPERS

PRIMARY SOURCES

1	nursepedia.lenteramitralestari.org Internet Source	4%
2	journal.aisyahuniversity.ac.id Internet Source	3%
3	etheses.uin-malang.ac.id Internet Source	2%
4	dspace.umkt.ac.id Internet Source	1%
5	download.garuda.kemdikbud.go.id Internet Source	1%
6	digilib.unisayogya.ac.id Internet Source	1%
7	id.123dok.com Internet Source	1%
8	prosiding.uhb.ac.id Internet Source	1%