

ORIGINAL ARTIKEL**HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN TENTANG DIET DENGAN PERILAKU DIET PASIEN HIPERTENSI***The Correlation Of Knowledge Levels About Diet With Hypertension Patient Diet Behavior***I Dewa Nyoman Alit Yudi Pramana Putra¹, Ni Luh Gede Intan Saraswati^{2*}, Ni Kadek Yuni Lestari³**¹⁻³ Program Studi Ilmu Keperawatan, STIKes Wira Medika Bali, Denpasar, Bali, Indonesia*Korespondensi: saraswatini16@gmail.com**INFO ARTIKEL**

Riwayat Artikel:
Diterima: 17 April 2022
Disetujui: 13 Juni 2022

Kata Kunci:
Pengetahuan
Perilaku Diet
Hipertensi

ABSTRAK

Latar Belakang: Pengetahuan menjadi salah satu faktor yang dapat mempengaruhi perilaku, dimana pengetahuan terhadap diet hipertensi merupakan pertimbangan dalam menjalani diet yang dianjurkan oleh petugas kesehatan. **Tujuan:** Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan tingkat pengetahuan tentang diet dengan perilaku diet pasien hipertensi di Puskesmas Payangan Kabupaten Gianyar. **Metode:** Penelitian ini menggunakan desain deskriptif korelasional dengan pendekatan cross sectional. Jumlah sampel penelitian ini adalah 142 pasien hipertensi, dengan teknik sampling purposive sampling. Pengumpulan data menggunakan kuesioner. **Hasil:** Hasil penelitian menunjukkan tingkat pengetahuan tentang diet terbanyak berada pada kategori kurang sebanyak 73 responden (51,40%). Perilaku diet pasien terdapat 67 responden (47,20%) berada pada kategori kurang. Hasil uji Rank Spearman didapatkan p-value=0,000 <0,05 hasil ini menunjukkan ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan tentang diet dengan perilaku diet pasien hipertensi. **Kesimpulan:** Perbaikan perilaku kesehatan dipengaruhi oleh tingkat pengetahuan masyarakat. Pemberian pendidikan kesehatan secara rutin diharapkan mampu mengubah pola perilaku yang baik mengenai manajemen hipertensi.

ARTICLE INFO*Article history:**Received:* 17 April 2022*Accepted:* 13 Juni 2022*Key Words:**Knowledge**Diet Behavior**Hypertension*

ABSTRACT

Background: Knowledge is one of the factors that can influence behavior, where knowledge of the hypertensive diet is a consideration in following a diet recommended by health workers. **Objective:** The purpose of this study was to determine the correlation between the level of knowledge about diet and the diet behavior of hypertensive patients at Puskesmas Payangan, Gianyar Regency. **Methods:** This study used a descriptive correlational design with a cross sectional approach. The number of samples of this study were 142 hypertensive patients, with a purposive sampling technique. Data collection using a questionnaire. **Results:** The results showed that the highest level of knowledge about diet was in the poor category as many as 73 respondents (51.40%). The patient's diet behavior, there were 67 respondents (47.20%) who were in the poor category. **Analyze:** The Spearman Rank test results obtained $p\text{-value} = 0.000 < 0.05$. This result shows that there is a significant relationship between knowledge of diet and dietary behavior of hypertensive patients. **Conclusion:** Improvement in health behavior is influenced by the level of public knowledge. The provision of routine health education is expected to be able to change good behavior patterns regarding hypertension management.

LATAR BELAKANG

Kemajuan perekonomian dan bergesernya pola kehidupan masyarakat menyebabkan bergesernya pola penyakit yaitu dari penyakit infeksi ke penyakit tidak menular, salah satu penyakit tidak menular yang paling banyak dialami oleh masyarakat sekarang ini adalah penyakit hipertensi atau dikenal dengan peningkatan tekanan darah. Hipertensi merupakan permasalahan terbesar dalam masyarakat secara global (Sudoyo, 2015). Hipertensi di Indonesia merupakan masalah kesehatan yang perlu diperhatikan karena angka prevalensinya yang tinggi dan cenderung terus meningkat serta akibat jangka panjang yang ditimbulkannya, tekanan darah tinggi (hipertensi) adalah salah satu yang banyak diderita orang tanpa mereka sendiri mengetahuinya, baik di daerah pedesaan maupun perkotaan (Kementerian Kesehatan RI, 2018).

Prevalensi hipertensi menurut WHO di Dunia tahun 2018 diperkirakan sekitar 15-20%, di Asia diperkirakan sudah mencapai 8-18% sedangkan di Indonesia prevalensi hipertensi pada tahun 2018 diperkirakan 4.400 per 10.000 penduduk, penyakit hipertensi menempati peringkat pertama dari 10 besar penyakit tidak menular dengan prevalensi 31,7% (Kementerian Kesehatan RI, 2018). Data Dinas Kesehatan Provinsi Bali, menunjukkan bahwa jumlah kasus hipertensi pada tahun 2017 sebanyak 42.837 kasus, pada tahun 2018 sebanyak 59.867 kasus dan pada tahun 2019 sebanyak 65.859 kasus. Prevalensi kasus hipertensi tertinggi pada tahun 2019 ada di Kabupaten Tabanan, dengan jumlah sebanyak 14.376 kasus (22,16%), ke dua Kota Denpasar sebanyak 14.289 kasus (21,69%), ke tiga Kabupaten Gianyar sebanyak 12.221 kasus (18,55%). Jumlah kasus hipertensi di Kabupaten Gianyar berada pada posisi ketiga, namun berdasarkan peningkatan jumlah kasus dalam tiga tahun terakhir, peningkatan jumlah kasus hipertensi merupakan yang paling tinggi di Provinsi Bali (Dinas Kesehatan Provinsi Bali, 2019). Menurut data yang diperoleh dari Dinas Kesehatan Kabupaten Gianyar angka kejadian kasus hipertensi di Kabupaten Gianyar tahun 2017 sebanyak 9.407 kasus, tahun 2018 sebanyak 10.176 kasus dan tahun 2019 sebanyak 12.221 kasus. Jumlah penderita hipertensi di Kabupaten Gianyar tahun 2019 paling banyak terdapat Wilayah Kerja Puskesmas Payangan dengan jumlah kasus sebanyak 2.832 orang menderita hipertensi (Dinas Kesehatan Kabupaten Gianyar, 2019).

Pencegahan dan pengendalian hipertensi sangat kompleks dan melibatkan banyak pihak termasuk pemerintah dan semua masyarakat. Program pengelolaan penyakit kronis (Prolanis) merupakan suatu sistem pelayanan kesehatan dan pendekatan proaktif yang dilaksanakan secara integrasi dengan melibatkan peserta, fasilitas kesehatan dalam rangka pemeliharaan kesehatan bagi peserta BPJS, upaya yang dilakukan oleh pemerintah tidak berjalan efektif akibat kurangnya partisipasi penderita hipertensi mengikuti kegiatan prolanis (Kesehatan Kementerian Kesehatan RI, 2017). Hal ini dibuktikan oleh penelitian (Yudha & Hardy, 2019) menemukan tingkat partisipasi pasien hipertensi di Puskesmas Mengwi I yang tidak ikut prolanis sebesar 59,5% atau 44 orang sedangkan yang ikut 40,5% atau 30 orang pasien. Penelitian (Prastinawati, 2017) menemukan partisipasi pasien hipertensi dalam

mengikuti kegiatan aktivitas klub program pengelolaan penyakit kronis di Puskesmas II Denpasar Barat sebanyak 54,76% dalam kategori kurang.

Pengendalian hipertensi dapat dilakukan dengan cara menjalani program terapi pasien hipertensi meliputi diet makanan, mengurangi konsumsi alkohol, tidak merokok, olahraga atau latihan fisik yang teratur, dan konsumsi obat hipertensi (Smeltzer & Bare, 2013). Dari lima program terapi tersebut, para penderita lebih kesulitan dalam menjalani diet dibandingkan dengan program terapi lainnya, karena menjalani diet berarti mengubah gaya hidup (Relawaati, Priyanti Hadiyani; Maretina, 2012). Diet merupakan salah satu program terapi pasien hipertensi yang efektif, tapi mengubah dan mempertahankan perilaku diet seperti mengatur pola makan, mengurangi konsumsi garam, memperbanyak konsumsi buah dan sayuran segar, tidak mudah dilakukan sehingga penderita hipertensi masih mempunyai perilaku diet hipertensi yang kurang baik. Pengetahuan merupakan salah satu faktor yang menyebabkan terbentuknya suatu perilaku diet. Pengetahuan yang harus dimiliki oleh pasien hipertensi tentang diet meliputi pengertian diet, tujuan diet, syarat diet, jenis diet dan jenis makan yang dianjurkan untuk penderita hipertensi (Nastiti, 2018). Hasil penelitian menemukan korelasi antara tingkat pengetahuan tentang diet dengan perilaku kepatuhan melaksanakan diet pada pasien diabetes mellitus di Puskesmas Dinoyo Malang (Rahayu, 2013). Penelitian lain menyatakan terdapat hubungan tingkat pengetahuan lansia tentang diet hipertensi dengan kejadian kekambuhan di Desa Mancasan wilayah kerja Puskesmas I Baki Sukoharjo (R. A. Putri, 2014).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang peneliti lakukan pada bulan Agustus 2020 di Puskesmas Payangan, didapatkan data jumlah pasien hipertensi pada tahun 2018 sebanyak 2.021 orang dan tahun 2019 sebanyak 2.832, data ini menunjukkan bahwa terjadi peningkatan kasus penyakit tekanan darah tinggi di Puskesmas Payangan sejumlah 810 kasus. Hasil wawancara dengan 10 orang pasien yang menderita hipertensi, didapatkan data sebanyak 8 orang (80%) memiliki perilaku diet yang baik karena tidak mengatur pola makan seperti masih suka mengonsumsi makanan siap saji dan masih mengonsumsi daging seperti daging kambing. Pasien juga tidak mengurangi konsumsi garam karena sering menambahkan garam dalam masakan tanpa menakarnya, serta jarang konsumsi buah dan sayur. Hasil studi pendahuluan juga didapatkan data bahwa sebanyak 8 orang (80%) tidak mengetahui tentang diet hipertensi seperti pengertian diet, tujuan diet, syarat diet, jenis diet dan jenis makan yang dianjurkan untuk penderita hipertensi.

Dampak yang ditimbulkan dari hipertensi didapatkan keluhan pasien mengalami pusing, jantung berdebar-debar dan sesak nafas. Hal ini didukung oleh data penderita hipertensi yang mengalami komplikasi yang mengalami peningkatan, tahun 2018 terdapat 10 orang pasien hipertensi yang mengalami stroke meningkat menjadi sebanyak 18 orang yang mengalami stroke pada tahun 2019. Upaya yang dilakukan oleh Puskesmas Payangan untuk mengatasi hal ini dengan melakukan program prolans, dengan melakukan kegiatan seperti pengecekan tekanan darah, pemberian obat penurun tensi dan pendidikan kesehatan yang dilakukan berkala, berdasarkan keterangan dari penanggung jawab program prolans bahwa pendidikan kesehatan

yang selama ini diberikan lebih sering tentang penyakit hipertensi sedangkan pendidikan kesehatan yang khusus tentang diet hipertensi jarang diberikan.

TUJUAN

Tujuan penelitian untuk mengetahui hubungan tingkat pengetahuan tentang diet dengan perilaku diet pasien hipertensi di Puskesmas Payangan Kabupaten Gianyar Tahun 2020.

METODE

Desain penelitian yang digunakan adalah deskriptif korelasional dengan rancangan cross sectional. Sampel yang digunakan adalah penderita hipertensi yang berkunjung di Puskesmas Payangan yang dipilih sesuai kriteria inklusi sebanyak 142 orang dengan teknik sampling digunakan purposive Sampling. Alat pengumpul data menggunakan kuesioner. Analisis dalam penelitian ini adalah analisis bivariat menggunakan uji Rank Spearmans.

HASIL

Tabel 1. Distribusi Karakteristik Responden di Puskesmas Payangan (n=142)

Karakteristik	f	%
Umur		
36-45 tahun	32	22.50
46-55 tahun	50	35.20
56-65 tahun	60	42.30
Jenis Kelamin		
Laki-laki	83	58.50
Perempuan	59	41.50
Pendidikan		
SD	87	61.30
SMP	27	19.00
SMA	28	19.70
Pekerjaan		
Tidak Bekerja	39	27.50
Petani	82	57.70
Wiraswasta	21	14.80
Tinggal		
Anak	26	18.30
Suami/Istri	116	81.70

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan bahwa karakteristik subyek penelitian berdasarkan umur sebagian besar berumur 56-65 tahun yaitu sebanyak 60 responden (42,30%), berdasarkan jenis kelamin sebagian besar laki-laki yaitu sebanyak 83 responden (58,50%), berdasarkan pendidikan sebagian besar tamat SD sebanyak 87 responden (61,30%), berdasarkan pekerjaan sebagian besar petani sebanyak 82 responden (57,70%) dan terbanyak tinggal serumah dengan suami/Istri sebanyak 116 responden (81,70%).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Tingkat Pengetahuan Tentang Diet Pasien Hipertensi di Puskesmas Payangan (n=142)

Variabel Pengetahuan	f	%
Baik	17	12.00
Cukup	52	36.60
Kurang	73	51.40

Tabel 2 dijelaskan bahwa hasil penelitian berdasarkan distribusi tingkat pengetahuan tentang diet terbanyak berada pada kategori kurang sebanyak 73 responden (51,40%).

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Perilaku Diet Pasien Hipertensi di Puskesmas Payangan (n=142)

Variabel Perilaku	f	%
Baik	15	10.60
Cukup	60	42.30
Kurang	67	47.20

Tabel 3 dijelaskan bahwa hasil penelitian berdasarkan distribusi perilaku diet pasien terdapat 67 responden (47,20%) berada pada kategori kurang

Tabel 4. Hasil Analisis Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Diet dengan Perilaku Diet Pasien Hipertensi di Puskesmas Payangan (n=142)

Pengetahuan Tentang Diet	Perilaku Diet			Total f(%)	P-value	Correlation Coefficient
	Baik f(%)	Cukup f(%)	Kurang f(%)			
Baik	15(10,6)	2(1,4)	0(0)	17(12)	0,000	0,751
Cukup	0(0)	43(30,3)	9(6,3)	52(36,6)		
Kurang	0(0)	15(10,6)	58(40,8)	73(51,4)		

Berdasarkan uraian tabel 4 diatas dapat dijelaskan bahwa responden dengan pengetahuan tentang diet kategori baik sebagian besar perilaku dietnya dalam kategori baik yaitu 15 orang (10,60%), responden dengan pengetahuan tentang diet kategori cukup sebagian besar perilaku dietnya dalam kategori cukup yaitu 43 orang (30,30%), responden dengan pengetahuan tentang diet kategori kurang sebagian besar perilaku dietnya dalam kategori kurang yaitu 58 orang (40,80%). Hasil uji *Rank Spearman* didapatkan p value = $0.00 < 0,05$. Hasil ini menunjukkan ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan tentang diet dengan perilaku diet pasien hipertensi di Puskesmas Payangan Kabupaten Gianyar. Hasil uji *Rank Spearman* juga didapat nilai *coefisien corelation* sebesar 0,751 dapat diartikan terdapat hubungan yang kuat antara variabel pengetahuan tentang diet dengan perilaku diet pasien hipertensi dengan arah hubungan positif artinya semakin baik pengetahuan responden tentang diet hipertensi maka perilaku dietnya akan semakin baik.

PEMBAHASAN

Tingkat Pengetahuan Tentang Diet

Pengetahuan tentang diet hipertensi dalam kategori kurang dapat diartikan bahwa responden belum mengerti mengenai masalah diet hipertensi, termasuk tujuan diet, syarat diet, jenis diet dan jenis makan yang dianjurkan untuk penderita hipertensi. Hal ini dapat dipengaruhi oleh umur responden yang terbanyak berada pada kategori umur 56-65 tahun dimana umur ini termasuk umur lanjut usia sehingga mempengaruhi kemampuan untuk menyerap informasi yang diterima berkaitan dengan diet hipertensi. Umumnya setelah seseorang memasuki tahap lansia maka akan mengalami penurunan fungsi kognitif (proses belajar, persepsi, pemahaman, pengertian dan lain-lain) sehingga menyebabkan kemampuan intelektual menurun dan kemampuan untuk berfikir abstrak menurun secara pasti sejak masa dewasa madya (Sunaryo, 2016). Perubahan yang lain adalah perubahan ingatan, karena penurunan kemampuan otak maka seseorang akan kesulitan untuk menerima rangsangan yang diberikan kepadanya sehingga kemampuan untuk mengingat juga menurun.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yaitu terhadap 100 penderita hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Padang Bulan menunjukkan bahwa responden mempunyai pengetahuan yang rendah tentang diet hipertensi sebanyak 58 (58,00%) berumur 50-60 tahun (Dasopang & Rahayu, 2017). Hasil penelitian lainnya juga menyatakan terhadap 82 pasien hipertensi di Desa Mancasan Wilayah Kerja Puskesmas I Baki Sukoharjo Berdasarkan hasil penelitian diketahui responden yang mempunyai pengetahuan tentang diet hipertensi dalam kategori kurang sebanyak 42 orang (51,20%) berumur 56-65 tahun (Astika Putri, 2014)

Hasil penelitian ini diperkuat dengan karakteristik berdasarkan pendidikan, dimana sebagian besar tamat SD sebanyak 87 responden (62,30%). Pendidikan lulus SD masih merupakan pendidikan dasar, hal ini dapat mempengaruhi kemampuan responden untuk mencari informasi dan menyerap informasi yang diterima terkait dengan diet hipertensi.

Menurut (Wawan & Dewi, 2011) pendidikan sangat berpengaruh terhadap pengetahuan. Semakin tinggi pendidikan responden, diharapkan wawasan yang dimilikinya akan semakin luas sehingga pengetahuan pun juga akan meningkat, sebaliknya rendahnya pendidikan responden, dapat mempersempit wawasan sehingga menurunkan pengetahuan. Penelitian sebelumnya menemukan responden yang memiliki pengetahuan kurang tentang diet hipertensi sebanyak 42,20% berpendidikan SD (Wati.S, 2018). Temuan serupa diperoleh pada penelitian dengan responden yang mempunyai pengetahuan kurang tentang diet sebanyak 42 orang 47.50% berpendidikan SD (Rahayu, 2013). Sebuah studi juga menemukan bahwa responden yang memiliki pengetahuan kurang tentang diet hipertensi sebagian besar yaitu 40,20% berpendidikan SD (Astika Putri, 2014)

Perilaku Diet Pasien Hipertensi

Perilaku diet hipertensi merupakan setiap tindakan yang dilakukan oleh penderita hipertensi untuk menstabilkan tekanan darah melalui upaya mengatur pola makan, mengurangi konsumsi garam dan memperbanyak konsumsi buah dan sayuran

segar yang harus dilakukan dimana perilaku dipengaruhi oleh pengetahuan, artinya seorang dapat bertindak atau berperilaku baru dengan mengetahui terlebih dahulu terhadap makna stimulus yang diterimanya (Ramayulis & Nurohman, 2013). Pengetahuan seseorang dapat mempengaruhi perilaku orang tersebut dalam mengambil sikap dan tindakan dalam perilaku diet hipertensi secara baik dan benar (Notoatmodjo, 2012). Hasil tabulasi silang pada penelitian ini menunjukkan pasien yang memiliki pengetahuan rendah cenderung memiliki perilaku yang kurang.

Proses pembentukan perilaku didasarkan karena adanya dorongan dalam memenuhi kebutuhan yang dipengaruhi oleh faktor internal seperti kesadaran terhadap kesehatan akan mengantarkan kesehatan pula pada setiap orang. Pentingnya kesadaran untuk mencegah komplikasi hipertensi berdampak positif pada perilaku pasien. Faktor eksternal berupa faktor lingkungan sekitarnya, meliputi pengertian atau pengetahuan tentang apa yang akan dilakukannya, keyakinan atau kepercayaan tentang manfaat dan kebenaran dari apa yang dilakukannya, sarana yang diperlukan untuk melakukannya, dorongan atau motivasi untuk berbuat yang dilandasi oleh kebutuhan yang dirasakannya, serta norma atau dukungan kelompok bahwa apa yang akan dilakukan itu benar atau bisa diterima oleh kelompoknya (Soekanto, 2017).

Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Diet Dengan Perilaku Diet Pasien Hipertensi

Pengetahuan merupakan salah satu faktor yang menyebabkan terbentuknya suatu perilaku diet (Kumala, 2014). Pengetahuan yang harus dimiliki oleh pasien hipertensi tentang diet meliputi pengertian diet, tujuan diet, syarat diet, jenis diet dan jenis makan yang dianjurkan untuk penderita hipertensi. Pengetahuan merupakan tahap pertama yang dibutuhkan seseorang untuk membentuk suatu perilaku kepatuhan. Kesehatan dengan modal kepercayaan dan keyakinan pasien serta pengetahuan sangatlah penting, terutama untuk pengobatan secara luas (Fenny, 2016). Pengetahuan merupakan salah satu faktor yang menyebabkan terbentuknya suatu perilaku. Pengetahuan yang harus dimiliki oleh pasien hipertensi meliputi arti penyakit hipertensi, penyebab hipertensi, gejala yang ditimbulkan pada hipertensi dan pentingnya melakukan pencegahan dengan diet serta bahaya dari komplikasi akibat dari hipertensi. Pengetahuan yang baik tentang hipertensi dapat memotivasi pasien untuk berpartisipasi dalam memodifikasi gaya hidup yang lebih sehat (Yusuf, 2013). Semakin meningkatnya pengetahuan pasien mengenai diet hipertensi akan mendorong seseorang untuk berperilaku yang lebih baik dalam mengontrol/menjaga tekanan darah. Perilaku yang baik tersebut bila diterapkan dengan sungguh-sungguh, maka dapat mengubah gaya hidup seperti: membatasi makanan yang berlemak, mengurangi makanan bergaram, tidak merokok, tidak mengonsumsi alkohol, dan olahraga yang teratur (Heriyandi, Hasballah, & Tahlil, 2018).

Hasil penelitian ini juga didukung oleh penelitian (Astika Putri, 2014) pengetahuan yang baik dapat menimbulkan persepsi terhadap pentingnya diet hipertensi dan mengaplikasikan dalam perilaku diet agar tekanan darah dalam kondisi stabil. Sejalan dengan pendapat yang dikemukakan (Fatmi, Elizar;Tahlil, 2017) bahwa tingkat pengetahuan menjadi dasar pembentukan perilaku diet hipertensi.

Pengetahuan yang baik tentang hipertensi berpengaruh terhadap penerimaan informasi mengenai diet hipertensi dan memotivasi pasien untuk mengontrol tekanan darah serta memodifikasi gaya hidup yang lebih sehat. Semakin tinggi tingkat pengetahuan maka akan memungkinkan seseorang membentuk perilaku untuk patuh dalam menjalankan diet. Tindakan merupakan aplikasi dari sikap seseorang individu yang juga tidak terlepas dari pengetahuan individu itu sendiri (Kusumastuti, 2014).

Sejalan dengan hasil penelitian sebelumnya menemukan ada hubungan positif antara pengetahuan dengan perilaku kepatuhan pada lansia hipertensi di Panti Sosial Tresna Werdha Jara Mara Pati Buleleng (Putri & Supartayana, 2020). Penelitian menemukan ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan kepatuhan diet hipertensi pada lansia di Kampung Honje Luhur Kelurahan Sukagalih Kecamatan Tarogong Kabupaten Garut (DA & Hendrawati, 2018). Penelitian lainnya menemukan ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan perilaku pencegahan stroke pada penderita hipertensi usia ≤ 45 tahun (Muswati, 2016). Studi tahun 2019 juga menemukan ada hubungan yang bermakna antara pengetahuan dengan perilaku kepatuhan diet pada pasien diabetes melitus di Poliklinik Khusus Penyakit Dalam RSUP Dr.M.Djamil Padang (Jamil, Dorisnita, & Ardayanti, 2021).

IMPLIKASI DAN KETERBATASAN

Penelitian ini diharapkan menjadi gambaran bagi puskesmas sehingga dapat meningkatkan upaya promotif dan preventif guna menurunkan jumlah kasus hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Payangan. Beberapa keterbatasan dalam penelitian ini diantaranya peneliti tidak dapat melakukan kontroling pada faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku seperti dukungan keluarga dan seberapa sering informasi terkait diet hipertensi yang telah diterima oleh responden baik melalui media cetak, maupun elektronik. Selain itu, peneliti belum melakukan observasi langsung untuk melihat perilaku diet hipertensi yang dilakukan responden.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian di atas dapat disimpulkan tingkat pengetahuan tentang diet terbanyak berada pada kategori kurang sebanyak 73 responden (51,4%) dan terdapat 67 responden (47,2%) memiliki perilaku diet pada kategori kurang. Hasil uji *Rank Spearman* menunjukkan ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan tentang diet dengan perilaku diet pasien hipertensi di Puskesmas Payangan Kabupaten Gianyar.

DAFTAR PUSTAKA

- Astika Putri, R. (2014). *Hubungan Antara Tingkat Pengetahuan Tentang Diet Hipertensi Dengan Kejadian Kekambuhan Hipertensi Lansia Di Desa Mancasan Wilayah Kerja Puskesmas I Baki Sukoharjo* (Muhammadiyah Surakarta). Muhammadiyah Surakarta. Retrieved from <http://eprints.ums.ac.id/37840/14/naskah publikasi.pdf>
- DA, I. A., & Hendrawati. (2018). Hubungan Pengetahuan Dengan Kepatuhan Diet Hipertensi Wilayah Kerja Pkm Pembangunan Kecamatan Tarogong Kidul

- Kabupaten Garut Tahun 2017. *Jurnal Kesehatan Bakti Tunas Husada*, 18(1), 104-110.
- Dasopang, E. S., & Rahayu, R. G. (2017). Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Diet Dengan Kepatuhan Diet Penderita Hipertensi di Puskesmas Padang Bulan. *Jurnal Sains Dan Teknologi Farmasi*, 19(1), 11-16.
- Dinas Kesehatan Kabupaten Gianyar. (2019). *Profil Kesehatan Kabupaten Gianyar. Gianyar : Bagian Data dan Informasi*. Gianyar.
- Dinas Kesehatan Provinsi Bali. (2019). *Profil Kesehatan Provinsi Bali*. Denpasar.
- Fatmi, Elizar;Tahlil, T. M. (2017). Prosiding Seminar Nasional Pascasarjana (SNP) Unsyiah. *Faktor Determinan Kepatuhan Diet Pada Pasien Hipertensi Dengan Pendekatan Health Promotion Model (HPM)*. Banda Aceh. Retrieved from <http://jurnal.unsyiah.ac.id/SNP-Unsyiah/article/view/6935>
- Fenny, S. (2016). *Tingkat pengetahuan tentang hipertensi pada pasien hipertensi di Unit Rawat Jalan Rumah Sakit Gotong Royong Surabaya* (Widya Mandala Catholic University Surabaya.). Widya Mandala Catholic University Surabaya. Retrieved from <http://repository.wima.ac.id/id/eprint/9471/>
- Heriyandi, Hasballah, K., & Tahlil, T. (2018). Pengetahuan, Sikap, Dan Perilaku Diet Hipertensi Lansia Di Aceh Selatan Knowledge, Attitude, and Behavior about Hypertension Diet among Elderly in South Aceh. *Jurnal Ilmu Keperawatan*, 6(1), 57-69.
- Jamil, M., Dorisnita, D., & Ardayanti, L. (2021). Hubungan Pengetahuan dan Sikap Pasien dengan Kepatuhan Penatalaksanaan Diabetes Melitus di Poliklinik Khusus Penyakit Dalam RSUP Dr. M. Djamil Padang. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 21(2), 911-915. <https://doi.org/10.33087/jiubj.v21i2.1581>
- Kementerian Kesehatan RI. (2018). *Hasil Utama RISKESDAS 2018*. Jakarta.
- Kesehatan Kementerian Kesehatan RI. (2017). *Buletin Penyakit Tidak Menular*. Jakarta.
- Kumala, M. (2014). Peran Diet dalam Pencegahan dan Terapi Hipertensi. *Damianus Journal Of Medicine*, 13(1), 50-61.
- Kusumastuti, D. I. (2014). *Hubungan Pengetahuan Dengan Kepatuhan Diet Hipertensi Pada Lansia Yang Mengalami Hipertensi Di Panti Wredha Dharma Bakti Kasih Surakarta*. STIKES Kusuma Husada Surakarta.
- Muswati, I. J. (2016). *Perilaku Pencegahan Komplikasi Stroke Pada Penderita Hipertensi*. Negeri Semarang.
- Nastiti, F. I. (2018). *Hubungan Pengetahuan Dengan Sikap Lansia Terhadap Diet Hipertensi Di Panti Tresna Werda Magetan*. STIKES Bhakti Husada Mulia Madiun.
- Notoatmodjo, S. (2012). *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Prastinawati, N. T. (2017). *Faktor- Faktor yang Mempengaruhi Partisipasi Peserta Dalam Mengikuti Kegiatan Aktivitas Klub Program Pengelolaan Penyakit Kronis di Puskesmas II Denpasar Barat*. Udayana.
- 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.
<https://doi.org/10.54107/medikausada.v3i2.73>
- Rahayu, D. (2013). Hubungan Tingkat Pengetahuan dengan Perilaku Diet pada Pasien Diabetes Mellitus. *Jurnal Keperawatan*, 4(1), 11-17.
<https://doi.org/https://doi.org/10.22219/jk.v4i1.2376>
- Ramayulis, R., & Nurohman, F. A. (2013). *Makanan sehat atasi berbagai penyakit asam urat, diabetes militus, kolesterol dan hipertensi*. Jakarta: Penebar Swadaya.
- Relawaati, Priyanti Hadiyani; Marettina, N. M. (2012). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Diet Rendah Garam Dan Keteraturan Kontrol Tekanan Darah Pada Hipertensi di Poliklinik RSUD Tugurejo Semarang. *Karya Ilmiah STIKES Telogorejo*, 1.
- Smeltzer, S. C., & Bare, B. G. (2013). *Buku Ajar Keperawatan Medikal-Bedah Brunner & Suddarth* (12th ed.). Jakarta: EGC.
- Soekanto, S. (2017). *Sosiologi: Suatu Pengantar*. Depok: Rajagrafindo Persada.
- Sudoyo, A. W. (2015). *Buku Ajar Penyakit Dalam Jilid I* (Edisi 4). Jakarta: Pusat Penerbitan Departemen Ilmu Penyakit Dalam Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia.
- Sunaryo. (2016). *Psikologi untuk Keperawatan*. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Wati, S. P. (2018). *Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Perilaku Diet Pada Pasien Hipertensi Primer Di Wilayah Kerja Puskesmas Jenggawah Kabupaten Jember*. Jember.
- Wawan, A., & Dewi, M. (2011). *Teori dan Pengukuran Pengetahuan, Sikap dan Perilaku Manusia* (Cet. 2). Yogyakarta: Nuha Medika.
- Yudha, N. L. G. A. N., & Hardy, I. P. D. K. (2019). Partisipasi Pasien Dm Dan Hipertensi Sebagai Peserta Program Pengelolaan Penyakit Kronis (Prolanis) Di Puskesmas Mengwi 1. *Sintesa*, 467-472. Badung: Universitas Dhyana Pura.
- Yusuf, D. Y. N. (2013). *Gambaran Perilaku Penderita Hipertensi dalam Upaya Mencegah Kekambuhan Penyakit Hipertensi (Di Wilayah Kerja Puskesmas Dulalowo Kota Gorontalo Tahun 2013)*. Negeri Gorontalo.