



Artikel Penelitian



HYPERTENSION KNOWLEDGE AND DIET ADHERENCE AMONG OLDER ADULTS WITH HYPERTENSION

Trisno Silfester Kornelis Ottu¹, Rika Monika², Wiwin Priyantari³

^{1,2,3} STIKes Yogyakarta, D.I Yogyakarta, Indonesia

INFORMASI ARTIKEL

Received: September 04, 2021
Revised: September 21, 2021
Accepted: October 15, 2021
Available online: October 31, 2021

KATA KUNCI

Knowledge, Diet, Adherence, Older Adult, Hypertension

KORESPONDENSI

Rika Monika

E-mail: moniquesaputra@gmail.com

ABSTRAK

Peningkatan angka kejadian Hipertensi setiap tahunnya menjadi perhatian global. Penderita hipertensi masih didominasi oleh para lansia. Kejadian hipertensi pada lansia akan terus meningkat jika tidak ditangani dengan baik dan benar dan tentunya akan memberikan dampak negatif untuk kesejahteraan sampai ancaman kematian. Salah satu upaya untuk menurunkan dampak negatif dari hipertensi adalah dengan melakukan modifikasi gaya hidup. Pengaturan diet merupakan salah satu bentuk usaha modifikasi gaya hidup. Namun, masih rendahnya tingkat kesadaran penderita dianggap menjadi penyebab belum optimalnya perawatan. Bagi lansia sendiri kepatuhan pelaksanaan diet dianggap masih rendah. Penelitian ini bertujuan untuk melihat hubungan tingkat pengetahuan Hipertensi dengan kepatuhan pelaksanaan diet rendah garam pada lansia. Jenis penelitian *survey analitik* dengan pendekatan *cross sectional*. Sampel penelitian adalah lansia berjumlah 65 orang dengan menggunakan teknik sampling *purposive sampling*. Analisa data menggunakan uji *spearman rank*. Hasil penelitian dari 65 responden ditemukan, 46,25% responden memiliki pengetahuan yang kurang, 23,3% responden memiliki pengetahuan yang cukup dan 21,5% responden memiliki pengetahuan yang baik. Sedangkan untuk kepatuhan diet rendah garam, terdapat 26,2% responden yang patuh dan 73,8% responden yang tidak patuh. terdapat hubungan antara tingkat pengetahuan hipertensi dengan kepatuhan diet rendah garam pada lansia

The increase number of incidence of hypertension every year is a global concern. Patients with hypertension are still dominated by the older adult. The incidence of hypertension in the older adult will continue to increase if it is not handled properly and will certainly have a negative impact on wellbeing and the threat of death. One effort to reduce the negative impact of hypertension is to make lifestyle modifications. Diet management is a form of lifestyle modification. However, the patient's low level of awareness is considered to be the cause of not optimal treatment. For the older adult, adherence to diet is still considered low. This study aims to see the relationship between the level of knowledge of hypertension and diet adherence among older adult. This type of research is an analytic survey with a cross sectional approach. The sample in this study amounted 65 older adult with purposive sampling technique. Data analysis using spearman rank test. The result of this study from 65 respondent found 46,25% of respondent have less knowledge, 23,3% of respondent have average knowledge and 21,5% of respondent have good knowledge. As for dietary adherence, there were 26.2% of respondents who complied and 73.8% of respondents who did not comply. There is a significant relationship between the level of knowledge of hypertension and diet adherence among older adult.

PENDAHULUAN

WHO melaporkan bahwa penyakit tidak menular merupakan penyumbang kematian terbesar penduduk dunia, urutan pertama diduduki penyakit kardiovaskuler. Di Indonesia sendiri hipertensi sebagai penyakit kronik yang menduduki urutan pertama dari 10 besar penyakit tidak menular^[1]. Data statistik menyatakan sekitar 1,13 miliar atau satu dari tiga orang di seluruh dunia menderita hipertensi, angka ini kemungkinan akan meningkat menjadi 1,5 miliar pada tahun 2025^[2]. Prevalensi Hipertensi di Indonesia sendiri pada tahun 2013 sebanyak 25,8 persen dan

meningkat pada tahun 201 menjadi 34,1 persen, dengan penderita di dominasi oleh lansia dengan prevalensi >65%^[1].

Provinsi DI Yogyakarta tidak termasuk didalam urutan 10 besar provinsi dengan penderita Hipertensi terbanyak, tetapi jika dilihat prevalensinya ada kenaikan dari tahun ke tahun selain itu juga banyaknya jumlah penduduk lansia di Di Yogyakarta harus dijadikan sebagai pertimbangan mengingat angka kejadian Hipertensi masih didominasi oleh lansia. Prevalensi Hipertensi di DI Yogyakarta berdasarkan hasil pengukuran sebesar 32,86%^[1], jika melihat sebaran daerah pada tahun 2018 maka kabupaten Sleman

memiliki laporan kasus hipertensi sebanyak 66.618 kasus dan didominasi oleh usia > 60 tahun terdapat 26.209 kasus [3].

Prevalensi hipertensi pada lansia akan terus meningkat jika tidak ditangani akan memberikan dampak negatif baik secara fisiologi, psikologis dan ekonomi. Hasil laporan terkait hipertensi, bahwa hipertensi menyebabkan 75 juta kematian di seluruh dunia, selain kematian hipertensi juga menyebabkan 51% penyakit stroke yang berakibat pada kecacatan dan 45% kematian karena penyakit jantung koroner yang di perkirakan akan terus meningkat mencapai 23,3 juta kematian di seluruh dunia pada tahun 2030 [2]. Menurut data BPJS pada tahun 2017, sebanyak 5,7% peserta JKN mendapat pelayanan kesehatan yang berkaitan dengan penyakit katastropik dan dana kesehatan menghabiskan biaya sebesar 14,6 triliun rupiah atau 21,8% dari seluruh biaya pelayanan kesehatan dengan komposisi peringkat penyakit jantung sebesar 50,9% [4].

Kondisi hipertensi pada lansia yang terus menerus meningkat juga tidak luput dari faktor-faktor yang mempengaruhi kejadian hipertensi seperti kebiasaan mengkonsumsi garam yang tinggi, faktor usia, kegemukan, stres, merokok dan minuman beralkohol [5]. Salah satu upaya pemerintah untuk meningkatkan kualitas hidup melalui Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (GERMAS) merupakan suatu tindakan sistematis yang dapat dilakukan secara bersama-sama masyarakat, namun masih rendahnya tingkat kesadaran menjadi penyebab belum meningkatnya kesehatan yang optimal [6].

Salah satu pola hidup sehat yang dapat diterapkan untuk mengendalikan tekanan darah adalah melakukan diet yang teratur dan meningkatkan pengetahuan terkait penyakit hipertensi [7]. Diet yang dianjurkan untuk penderita Hipertensi adalah Diet rendah garam yaitu pengurangan asupan natrium dalam makanan sehari – hari yang bertujuan untuk membantu menurunkan tekanan darah dan mempertahankan tekanan darah menuju normal [8]. Prinsip dari diet rendah garam adalah mengurangi asupan natrium disesuaikan dengan derajat Hipertensi serta keluhan yang muncul, mengurangi makanan olahan, menghindari makanan yang diawetkan, dan meningkatkan konsumsi buah dan sayuran [9].

Modifikasi gaya hidup akan berdampak positif pada status kesehatan jika dilakukan secara teratur dan terus menerus, sehingga diperlukan kepatuhan selama perawatan dimana istilah kepatuhan disini adalah sejauh mana pasien berperilaku untuk melaksanakan aturan dalam pengobatan/perawatan dan perilaku yang disarankan oleh tenaga kesehatan [10]. Kepatuhan menjalani diet hipertensi memunculkan tantangan yang besar bagi penderita untuk tetap mengikuti program secara berkala dan dalam kurun waktu yang lama [11]. Seseorang yang berusia >55 tahun cenderung memiliki kepatuhan pelaksanaan diet hipertensi yang kurang jika di bandingkan dengan penderita usia ≤55 tahun [12]. Padahal

ketidapatuhan terhadap program pengobatan atau perawatan khususnya pada program diet dapat meningkatkan kejadian komplikasi seperti stroke dan penyakit jantung kronis [13].

Upaya meningkatkan kepatuhan bisa dengan meningkatkan informasi yang jelas mengenai penyakit yang dideritanya serta cara pengobatannya, keterlibatan lingkungan sosial (keluarga) dan beberapa pendekatan sikap [14]. Kurangnya informasi baik dari petugas kesehatan maupaun media lainnya yang sampai ke penderita, dapat mempengaruhi pengetahuan, sikap dan perilaku terhadap kesehatannya [15]. Berdasarkan hasil penelitian lainnya bahwa penderita hipertensi mengatakan lebih mudah menjalankan program diet saat mengetahui dan mendapatkan informasi berulang terkait penyakitnya [16].

Melihat kondisi yang terjadi banyaknya penderita hipertensi tidak patuh melaksanakan diet yang diberikan karena kurangnya pengetahuan penderita tentang diet hipertensi [17]. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada lansia hipertensi didapatkan hasil bahwa responden yang memiliki tingkat pengetahuan yang kurang dapat mempengaruhi kepatuhan diet, sedangkan responden yang memiliki pengetahuan yang tinggi semakin baik dalam patuh menjalankan diet [18]. Tetapi ada juga beberapa hasil penelitian yang memiliki hasil berbanding terbalik antara pengetahuan dan kepatuhan, terdapat penderita hipertensi yang berusia dewasa sampai lansia yang memiliki tingkat pengetahuan yang baik terkait penyakitnya tetapi dari segi motivasi pelaksanaan diet dan kepatuhannya memiliki tingkat yang kurang [16]. Hasil serupa juga ditemukan pada beberapa penelitian, bahwa penderita hipertensi yang memiliki pengetahuan kurang - cukup memiliki 50% kepatuhan menjalankan diet dan 50% tidak menjalankan diet [19].

Sehingga penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan tingkat pengetahuan dengan kepatuhan diet hipertensi pada lansia.

METODE

Jenis penelitian ini menggunakan metode *survey analitik* dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi adalah lansia yang menderita hipertensi yang tinggal di Sleman, DI Yogyakarta, sedangkan besar sampel penelitian sebanyak 65 Orang. Metode pengambilan sampel menggunakan tehnik *purposive sampling* dengan kriteria inklusi lansia berusia 60 – 75 tahun, yang telah mendapatkan informasi terkait diet oleh tenaga kesehatan, tidak mengalami penyakit stroke, penyakit jantung, diabetes meailitus, dan gagal ginjal dan menderita hipertensi lebih dari 1 tahun. Penelitian ini dilakukan sekitar bulan Juli 2019.

Instrumen penelitian ini menggunakan kuesioner yang dikembangkan oleh peneliti bersumber dari AHA [20] dan Kemenkes [21]. Kuesioner penelitian terdiri dari dua yaitu kuesioner pengetahuan dan kuesioner kepatuhan diet. Pengukuran tingkat pengetahuan menggunakan kuesioner pengetahuan hipertensi yang terdiri dari 21 buah pertanyaan dengan menggunakan skala Guttman, adapun interpretasi hasil ukur dibagi menjadi kategori kurang (< 55%), cukup (55%– 75%) dan baik (75% - 100%). Pengukuran tingkat kepatuhan diet menggunakan kuesioner kepatuhan diet yang terdiri dari 24 pertanyaan dengan menggunakan skala likert 1 – 4 (tidak pernah, kadang – kadang, sering, dan selalu) dengan skor 63 sebagai skor *cut off point*, adapun interpretasi hasil ukur dibagi menjadi dua kategori tidak patuh dan patuh.

Hasil uji validitas pada kedua instrumen ini adalah untuk kuesioner tingkat pengetahuan rentang nilai $r = 0,405 - 0,523$, untuk kuesioner tingkat kepatuhan diet rentang nilai $r = 0,471 - 0,569$. Hasil uji reliabilitas pada kedua instrumen ini adalah untuk kuesioner tingkat pengetahuan nilai *Cronbachs Alpha* 0,840, untuk kuesioner tingkat kepatuhan diet *Cronbachs Alpha* 0,822. Analisa data menggunakan uji *spearman rank* dengan CI 95%.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden

Jenis Kelamin	Frekuensi	Prosentase (%)
Laki-Laki	23	35,4
Perempuan	42	64,6
Usia		
60-67	32	49,2
68-75	33	50,8
Tingkat Pendidikan		
SD	30	46,2
SMP	14	21,5
SMA	12	18,5
PT	9	13,8
Pekerjaan		
Petani	14	21,5
Buruh	29	44,6
IRT	2	3,1
Pedagang	4	6,2
Wiraswasta	2	3,1
Pensiun	14	21,5
Total	65	100

Dari hasil penelitian karakteristik mayoritas responden lansia berusia antara >68 tahun, berjenis kelamin perempuan, berpendidikan SD, dan pekerjaan sebagai buruh lepas. Hasil penelitian responden mayoritas berusia >68 tahun, kondisi ini ditemukan juga pada penelitian lainnya, dimana prevalensi hipertensi semakin meningkat mengikuti pertambahan usia dan jika dilihat perbandingan prevalensi hipertensi pada lansia yang berusia >70 tahun lebih tinggi dibanding lansia berusia >60 tahun [22].

Berdasarkan hasil laporan Riskesda [1], prevalensi hipertensi pada usia >65 tahun lebih tinggi atau sekitar 23% di bandingkan dengan usia <65 tahun. Kondisi ini disebabkan proses penurunan fungsi fisiologis lansia seiring bertambahnya usia yaitu fungsi sistem kardiovaskuler dimana elastisitas dinding pembuluh darah mengalami perubahan sehingga meningkatkan risiko ketidakstabilan tekanan darah yang akan cenderung mengarah ke masalah kesehatan seperti hipertensi [23].

Berdasarkan hasil penelitian bahwa perempuan lebih berisiko terkena hipertensi daripada laki - laki, penelitian lainnya juga menemukan penderita hipertensi masih didominasi oleh penderita perempuan [15] [28]. Berdasarkan hasil laporan Riskesdas [1], prevalensi hipertensi pada perempuan lebih tinggi dari laki – laki yaitu 10,95%. Kondisi tersebut dapat disebabkan perubahan hormonal pada perempuan terutama pada perempuan yang telah menopause [23].

Berdasarkan hasil penelitian mayoritas responden yang menderita hipertensi memiliki latar belakang pendidikan Sekolah Dasar (SD), hasil ini juga ditemukan pada penelitian lainnya bawah penderita hipertensi mayoritas berpendidikan Sekolah Dasar (SD) [16][24]. Berdasarkan hasil laporan Riskesdas [1], prevalensi hipertensi berdasarkan tingkat pendidikan dari lulusan Sekolah Dasar (SD) hingga lulusan Perguruan Tinggi (PT) masih didominasi penderita dengan tingkat pendidikan lulusan Sekolah Dasar (SD) yaitu 10,29% . Tingkat pengetahuan dapat mempengaruhi kemampuan seseorang dalam mempraktikkan perilaku kesehatan dalam kehidupan sehari – hari, terutama kemampuan meningkatkan kesehatan dan mempertahankan kesehatan [16].

Berdasarkan hasil penelitian mayoritas responden yang menderita hipertensi memiliki latar belakang pekerjaan sebagai buruh. Hasil laporan Riskesdas [1], penderita hipertensi yang memiliki pekerjaan buruh/buruh tani menduduki peringkat ke 4 pada prevalensi kejadian Hipertensi yaitu sebanyak 7,46%. Jenis pekerjaan dan lamanya waktu bekerja dapat mempengaruhi kondisi kesehatan seseorang salah satunya adalah kondisi psikologis seperti tingkat stress yang dapat mempengaruhi kestabilan tekanan darah [16].

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Tingkat Pengetahuan Hipertensi pada lansia dengan Hipertensi

Tingkat Pengetahuan	Frekuensi	Prosentase (%)
Baik	14	21,5
Cukup	21	32,3
Kurang	30	46,2
Total	65	100

Berdasarkan hasil distribusi tingkat pengetahuan didapatkan mayoritas responden memiliki tingkat pengetahuan

yang kurang terkait hipertensi. Hasil ini bisa disebabkan tingkat pendidikan responde yang mayoritas memiliki pendidikan Sekolah Dasar (SD). Pengetahuan seseorang terhadap objek mempunyai intensitas atau tingkat yang berbeda-beda. Pengetahuan itu sendiri bisa dipengaruhi oleh faktor pendidikan formal, dimana diharapkan bahwa dengan pendidikan yang tinggi, orang tersebut akan semakin luas pula pengetahuannya [25]. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang lain dimana bahwa lansia yang menderita hipertensi yang memiliki tingkat pendidikan setara Sekolah Dasar (SD) dan Sekolah Menengah Pertama (SMP) cenderung memiliki tingkat pengetahuan dalam kategori kurang [26].

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Karakteristik kepatuhan diet rendah garam pada Lansia dengan Hipertensi

Tingkat Kepatuhan	Frekuensi	Prosentase (%)
Patuh	17	26,2
Tidak Patuh	48	73,8
Total	65	100%

Dari hasil distribusi tingkat kepatuhan diet didapatkan mayoritas responden tidak patuh terhadap pelaksanaan diet rendah garam. Hasil ini sejalan dengan dengan penelitian yang lainnya bahwa pada lansia yang menderita hipertensi dan diharuskan menjalani diet rendah garam sebagian besar lansia tidak patuh dalam menjalankan diet rendah garam [27].

Jika melihat karakteristik responden kondisi ini dapat dipengaruhi oleh usia serta tingkat pengetahuan, penderita hipertensi yang berusia > 55 tahun berisiko 5 kali untuk tidak patuh pada pelaksanaan program diet dibandingkan penderita hipertensi yang berusia <55 tahun [12]. Penelitian lainnya juga menunjukkan bahwa respondennya yang berusia 51 – 65 tahun mayoritas memiliki tingkat ketidakpatuhan yang rendah terhadap program diet hipertensi, kondisi ini dapat disebabkan oleh tingkat pengetahuan yang rendah atau dari sikap penderita itu sendiri dan bisa juga karena kejenuhan atau tidak terbiasanya penderita menjalankan program diet [15]. Penelitian yang lain menemukan bahwa penderita hipertensi yang tidak patuh dengan program diet cenderung memiliki tingkat pengetahuan yang rendah [19].

Pekerjaan juga dapat menentukan seberapa kepatuhan seseorang terhadap program perawatan, beberapa peneliti berpendapat bahwa penderita hipertensi yang bekerja terutama dengan waktu yang lama cenderung tidak patuh dengan program diet dikarenakan mereka sibuk dengan pekerjaan sehingga sering mengkonsumsi makanan yang tidak sesuai diet [16]. Penelitian lainnya menunjukkan bahwa penderita hipertensi yang memiliki status sosial ekonomi menengah kebawah berisiko 2 kali tidak patuh terhadap program diet [12].

Tabel 4. Hubungan Pengetahuan Hipertensi dengan Kepatuhan Diet Rendah Garam pada Lansia dengan Hipertensi

Tingkat Pengetahuan	Tingkat kepatuhan diet				Total	<i>p-value</i>	
	Patuh		Tidak Patuh				
	f	%	f	%			
Baik	8	12,3	6	9,2	14	21,5	0,000
Cukup	9	13,8	12	18,5	21	32,3	
Kurang	0	0	30	46,2	30	46,2	
Total	17	26,2	48	73,8	65	100	

Dari hasil tabulasi silang bisa terlihat responden yang memiliki tingkat pengetahuan yang rendah – cukup cenderung memiliki ketidakpatuhan pada program diet. Bagi responden yang memiliki pengetahuan yang baik cenderung memiliki kepatuhan yang baik. Tetapi ada responden yang memiliki pengetahuan yang baik tetapi tidak patuh dengan program diet. Hasil ini juga ditemukan pada penelitian lainnya dimana penderita hipertensi yang memiliki kepatuhan pada program diet mayoritas memiliki tingkat pengetahuan baik dan cukup baik dan pada penderita hipertensi yang tidak patuh pada program diet mayoritas memiliki tingkat pengetahuan kurang tetapi selain itu juga ditemukan penderita hipertensi yang memiliki tingkat pengetahuan baik tetapi tidak patuh pada program diet [19].

Ditemukan juga reponden yang memiliki pengetahuan yang kurang cenderung tidak patuh dengan program diet, hal ini sesuai dengan beberapa kondisi yang ditemukan seperti dimana saat ini banyak penderita hipertensi tidak patuh melaksanakan diet yang diberikan karena kurangnya pengetahuan penderita tentang diet hipertensi [17].

Jika melihat karakteristik responden penelitian ini terutama pada tipe pekerjaan, maka salah satu penyebab terdapat beberapa responden yang berpengetahuan baik tetapi tidak patuh dengan program diet adalah pekerjaan yang dimiliki responden. Tipe pekerjaan yang cenderung memberikan penghasilan yang kurang – cukup cenderung mempengaruhi penderita dalam menyiapkan dan memenuhi kebutuhan nutrisi yang baik dan sesuai dengan program diet walaupun tingkat pemahaman terkait penyakit dan program diet baik [28].

Hasil uji analitik dengan CI 95% didapatkan hasil *p value* 0,000 sehingga disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara tingkat pengetahuan dengan kepatuhan diet. Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian lainnya], dimana pengetahuan mempengaruhi perilaku kepatuhan terhadap diet dimana semakin tinggi tingkat pengetahuan maka semakin tinggi juga kepatuhannya melaksanakan diet [24]. Pengetahuan sangat erat kaitannya dengan perilaku sehari-hari, saat penderita mengetahui program perawatannya seperti diet maka lebih memudahkan dalam menjaga makanan dan mengaplikasikan program tersebut [16].

Sehingga dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi tingkat pengetahuan seseorang semakin patuh dalam menjalankan diet tetapi sebaliknya juga semakin rendah pengetahuan seseorang semakin tidak patuh dalam menjalankan diet yang disarankan oleh dokter atau ahli gizi.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa tingkat pengetahuan lansia dengan hipertensi berada dalam kategori kurang (46,2%) dan tingkat kepatuhan diet hipertensi berada dalam kategori tidak patuh (73,8%). Hasil uji analitik bahwa terdapat hubungan signifikan antara tingkat pengetahuan dengan kepatuhan diet hipertensi pada lansia dengan hipertensi.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Riskesdas, "Laporan Nasional Riskesdas 2018", Kemenkes RI. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan., Jakarta., Indonesia., 2018. [Online]. Available: <https://www.litbang.kemkes.go.id/laporan-ri-set-kesehatan-dasar-riskesdas/>. [Accessed Des 26, 2018].
- [2] WHO (World Health Organization), World health statistics 2015. Luxembourg : WHO Press. 2015.
- [3] Dinkes DI Yogyakarta, "Profil Kesehatan Daerah Istimewa Yogyakarta Tahun 2018", Dinkes DI Yogyakarta. Yogyakarta., Indonesia., 2018.
- [4] Direktorat Jenderal Pencegahan dan Pengendalian Penyakit, "Buku Pedoman Manajemen Penyakit Tidak Menular," Kemenkes RI. Pencegahan dan Pengendalian Penyakit Tidak Menular., Jakarta., Indonesia, 2019. [Online]. Available: http://p2ptm.kemkes.go.id/uploads/VHcrbkVobjRzUDN3UCs4eUJ0dVBndz09/2019/03/Buku_Pedoman_Manajemen_PTM.pdf.
- [5] Padila, "Buku Ajaran Keperawatan Gerontik". Penerbit: Nuna Medika. Cetakan Pertama. Yogyakarta. 2013.
- [6] H. Cokroadhisuryani, "Analisis Pelaksanaan Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (GERMAS) Di Wilayah Kerja Puskesmas NGAGLIK I", B.D. Thesis. Universitas Islam Indonesia., DI Yogyakarta., Indonesia., 2018.
- [7] R. Mapagerang, M. Alimin, and Anita, "Hipertensi Dengan Kontrol Diet Rendah Garam," *Jikp (Jurnal Ilmu Kesehatan Pencerah)*, vol. 7, no. 1, pp. 1–8, 2018. [Online]. Available: <https://stikesmu-sidrap.e-journal.id/JIKP/article/view/47/37>. [Accessed April. 28, 2019].
- [8] G. Yulanda and R. Lisiswanti, "Penatalaksanaan Hipertensi Primer," *Journal Majority.*, vol. 6, no. 1, pp. 25–33, 2017. [Online]. Available: <http://joke.kedokteran.unila.ac.id/index.php/majority/article/view/1526>. [Accessed Feb. 29, 2019].
- [9] M. Kumala, "Peran diet dalam pencegahan dan terapi hipertensi," *Damianus Journal Med.*, vol. 13, no. 1, pp. 50–61, 2014. [Online]. Available: <http://ojs.atmajaya.ac.id/index.php/duludamianus/article/view/208>. [Accessed Feb. 29, 2019].
- [10] E. Y. Pratiwi, "Dukungan Keluarga Terhadap Kepatuhan Menjalankan Program Terapi pada Pasien Terapi Rumatan Metadon," *Dev. Clin. Psychol.*, vol. 1, no. 1, pp. 57–62, 2012. [Online]. Available: <https://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/dcp/article/view/2635>. [Accessed .May 01, 2019].
- [11] I. Kusumawati, Kepatuhan Menjalani Diet Ditinjau Dari Jenis Kelamin dan Tingkat Pengetahuan Pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2. B.D. [Thesis]. Universitas Muhammadiyah Surakarta. 2015. [Online]. Available: <http://eprints.ums.ac.id/id/eprint/37443> UMS Library
- [12] S. Miyusliani and J. Yunita, "Faktor Resiko yang Berpengaruh Terhadap Kepatuhan Diet Hipertensi," *J. Kesehat. Komunitas*, vol. 1, no. 3, pp. 163–169, 2011, doi: 10.25311/keskom.vol1.iss3.21. [Online]. Available: <https://jurnal.htp.ac.id/index.php/keskom/article/view/21>. [Accessed Feb 19, 2019].
- [13] A. Wahyuningsih and A. Wibowo, "Hubungan Kepatuhan Diet Dengan Kejadian Komplikasi Pada Penderita Hipertensi Di Ruang Rawat Inap Di Rs. Baptis Kediri," *J. Penelit. STIKES Kediri*, vol. 4, no. 1, pp. 31–37–37, 2011. [Online]. Available: <https://nirmana.petra.ac.id/index.php/stikes/article/view/18433>. [Accessed Feb 19, 2019].
- [14] Y. Fauzia, E. Sari, and B. Artini, "Gambaran Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kepatuhan Diet Penderita Diabetes Mellitus Di Wilayah Puskesmas Pakis Surabaya," *J. Keperawatan*, vol. 4, no. 2, 2015, doi: 10.47560/kep.v4i2.147. [Online]. Available: <http://jurnal.stikeswilliambooth.ac.id/index.php/Kep/article/view/147>. [Accessed Feb 19, 2019].
- [15] A. Agrina, S. S. Rini, and R. Hairitama, "Kepatuhan Lansia Penderita Hipertensi Dalam Pemenuhan Diet Hipertensi," *Sorot*, vol. 6, no. 1, p. 46, 2011, doi: 10.31258/sorot.6.1.2001. [Online]. Available: <https://sorot.ejournal.unri.ac.id/index.php/JS/article/view/2001>. [Accessed Feb 19, 2019].

- [16] M. Anisa & T.S. Bahri, "Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kepatuhan Diet Hipertensi," *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Fakultas Keperawatan*, vol. 2, no. 3. 2017. [Online]. Available:<http://www.jim.unsyiah.ac.id/FKep/article/view/3876> . [Accessed Feb 19, 2019]
- [17] F.N. Rosyid dan N. Effendi. Hubungan kepatuhan diet rendah garam dan terjadinya kekambuhan pada pasien hipertensi di wilayah Puskesmas Pasongsongan Kabupaten Sumenap Madura. Proc. Soft Skill and Character building. Universitas Muhammadiyah Surabaya.2011
- [18] A. Imran, Hubungan Dukungan Keluarga dengan Kepatuhan Pengendalian Hipertensi pada Lansia di Puskesmas Pandak 1 Bantul Yogyakarta. PhD. [Post Doctoral Thesis]. STIKES Jenderal Achmad Yani Yogyakarta. 2017. [Online]. Available: <http://repository.unjaya.ac.id/2177/>. [Accessed Feb 19, 2019].
- [19] A. Novian, "Kepatuhan Diet Pasien Hipertensi," *J. Kesehatan. Masyarakat.*, vol. 9, no. 1, pp. 100–105, 2013, doi: 10.15294/kemas.v9i1.2836. [Online]. Available: <https://journal.unnes.ac.id/nju/index.php/kemas/article/view/2836>. [Accessed Feb 19, 2019]
- [20] P. K. Whelton *et al.*, "2017 ACC/AHA/AAPA/ABC/ACPM/AGS/APhA/ASH/ASPC/NMA/PCNA Guideline for the Prevention, Detection, Evaluation, and Management of High Blood Pressure in Adults: A Report of the American College of Cardiology/American Heart Association Task Force on Clinical Practice Guidelines," *Journal of The American College of Cardiology.*, vol. 71, no. 19, pp. e127–e248, 2018, doi: 10.1016/j.jacc.2017.11.006. [Online]. Available: <https://www.jacc.org/doi/10.1016/j.jacc.2017.11.006>. [Accessed Feb 19, 2019]
- [21] Kemenkes, "Pedoman Teknis Penemuan dan Tatalaksanaan Hipertensi," Kemenkes RI. Direktorat Pengendalian Penyakit Tidak Menular. Subdit Pengendalian Penyakit Jantung dan Pembuluh darah, Jakarta., Indonesia, 2013.
- [22] N. Sudharsanan and P. Geldsetzer, "Impact of coming demographic changes on the number of adults in need of care for hypertension in Brazil, China, India, Indonesia, Mexico, and South Africa: A modeling study," *Hypertension*, vol. 73, no. 4, pp. 770–776, 2019, doi: 10.1161/HYPERTENSIONAHA.118.12337. [Online]. Available:<https://www.ahajournals.org/doi/full/10.1161/HYPERTENSIONAHA.118.12337> [Accessed Feb 19, 2019].
- [23] C.A. Miller, "Nursing Wellness in Older Adults". 6th ed. Lippincott Williams & Wilkins. Philadelphia.. 2012.
- [24] I. Amira. DA dan Hendrawati, "Hubungan Pengetahuan Dengan Kepatuhan Diet Hipertensi Pada Lansia Di Kampung Honje Luhur Kelurahan Sukagalih Wilayah Kerja PKM Pembangunan Kecamatan Tarogong Kidul Kabupaten Garut Tahun 2017," *Jurnal. Kesehatan. Bakti Tunas Husada*, vol. 18, no. 1, p. 105, 2018, doi: 10.36465/jkbth.v18i1.311. [Online]. Available: https://ejournal.stikes-bth.ac.id/index.php/P3M_JKBTH/article/view/311 [Accessed Feb 19, 2019].
- [25] S. Notoatmodjo. "Promosi Kesehatan Dan Perilaku Kesehatan", Rineka Cipta. Jakarta. Indonesia. 2012.
- [26] H. S. P. Sari, J. Wiyono, and R. C. Adi.W, "Hubungan Tingkat Pengetahuan Lansia Tentang Hipertensi Dengan Kepatuhan Dalam Meminum Obat Di Posyandu Lansia Drupadi," *Nursing News.*, vol. 3, no. 1, pp. 214–223, 2018. [Online]. Available: <https://publikasi.unitri.ac.id/index.php/fikes/article/view/783> [Accessed Feb 19, 2019].
- [27] N.A. Setyaningsih, Hubungan Pengetahuan Dengan Kepatuhan Diet Rendah Garam Pada Lanjut Usia Penderita Hipertensi Di Puskesmas Kalimanah Purbalingga. B.D. [Thesis]. UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PURWOKERTO. 2016. [Online]. Available: <http://repository.ump.ac.id/1515/> [Accessed Feb 19, 2019].
- [28] E.D. Purnomo, "Hubungan Pengetahuan dan Sikap dengan Kepatuhan Diet pada Penderita Hipertensi di Puskesmas Siantan Hilir Pontianak," *Jurnal ProNers*, 3(1). <http://dx.doi.org/10.26418/jpn.v3i1.22120>. [Online]. Available:https://jurnal.untan.ac.id/index.php/jmkeperawata_nFK/article/view/22120 [Accessed Feb 19, 2019].