

## Pengetahuan dengan Sikap Kepatuhan Lansia Menjalankan Diet Hipertensi

### *Knowledge and Compliance with a Hypertension Diet Among Elderly Patients*

Vina Astuti<sup>1</sup>, Supratman<sup>1\*</sup>

<sup>1</sup>Program Studi Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Surakarta, Sukoharjo, Indonesia

---

#### Artikel info

---

##### Artikel history:

Submitted: 01-08-2025

Received : 09-11-2025

Revised : 21-11-2025

Accepted : 30-11-2025

##### Keywords:

compliance;

diet;

knowledge;

hypertension

---

#### Abstract

*Hypertension remains a global health concern, with high prevalence rates in Indonesia, particularly among the elderly aged 60 and above. The high incidence of hypertension in Pajang, Surakarta, is believed to stem from limited awareness regarding the importance of a hypertension diet as a non-pharmacological treatment. This study aimed to analyze the relationship between knowledge and attitudes of elderly compliance in following a hypertension diet. This study was a quantitative study with a correlational design. The sample consisted of 100 elderly subjects with hypertension in the working area of the Pajang Community Health Center, selected using simple random sampling. This study was conducted in 2025. As the data were not normally distributed, the Spearman rank correlation test was used for analysis. The findings showed that 79% of subjects had good knowledge, and 82% demonstrated good dietary compliance. A strong positive correlation was found between knowledge and compliance ( $r = 0,589$ ,  $p\text{-value} < 0,001$ ), confirming a significant relationship between the two among elderly patients in the Pajang Community Health Center, Surakarta. Elderly patients was encouraged to continue enhancing their understanding of dietary management for hypertension, whether through health professionals or reliable information sources. With greater knowledge, patients are expected to be more consistent in maintaining a healthy diet, which in turn can help control blood pressure and prevent complications.*

#### Abstrak

Hipertensi merupakan masalah kesehatan global dengan prevalensi tinggi di Indonesia, khususnya pada lansia usia 60 tahun ke atas. Tingginya angka hipertensi di Pajang kota Surakarta, diduga terkait kurangnya pemahaman akan pentingnya diet hipertensi sebagai strategi non-farmakologis. Penelitian ini bertujuan menganalisis hubungan antara pengetahuan dan sikap kepatuhan lansia dalam menjalankan diet hipertensi. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan rancangan korelasional, sampel yang digunakan sebanyak 100 subjek lansia penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Pajang dipilih secara *simple random sampling* dan penelitian ini dilakukan pada tahun 2025. Data dianalisis menggunakan uji *Spearman Rank* karena distribusi data tidak normal. Hasil menunjukkan 79% subjek memiliki pengetahuan baik, 82% sikap kepatuhan baik, dan ditemukan korelasi positif kuat ( $r = 0,589$ ,

---

#### Kata Kunci:

kepatuhan;

diet;

pengetahuan;

hipertensi

*p*-*valur* <0,001) antara pengetahuan dan sikap kepatuhan diet hipertensi. Kesimpulannya, terdapat hubungan pengetahuan dengan sikap kepatuhan lansia menjalankan diet hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Pajang kota Surakarta. Lansia penderita hipertensi diharapkan dapat terus berupaya meningkatkan pengetahuan mereka mengenai diet hipertensi, baik melalui informasi dari tenaga kesehatan maupun sumber terpercaya lainnya. Rekomendasi keperawatan berfokus pada edukatif, monitoring kepatuhan, pemberdayaan keluarga, dan pengembangan program komunitas. Tujuannya adalah meningkatkan pengetahuan sehingga sikap kepatuhan lansia terhadap diet hipertensi semakin baik. Dengan memiliki pengetahuan yang baik, diharapkan sikap kepatuhan terhadap diet akan semakin meningkat, yang akan membantu mengelola tekanan darah dan mencegah komplikasi penyakit.



This is an open access article under the CC-BY license

**Corresponding author:**

Supratman, email: sup241@ums.ac.id

### Highlight:

- Mayoritas subjek dalam penelitian ini menunjukkan profil yang positif, di mana sebanyak 79% lansia memiliki tingkat pengetahuan yang baik mengenai diet hipertensi dan 82% menunjukkan sikap kepatuhan yang baik dalam menjalankannya.
- Terdapat korelasi positif yang kuat antara tingkat pengetahuan dengan sikap kepatuhan lansia ( $r = 0,589$ ,  $p$ -*valur* <0,001). Hal ini membuktikan bahwa semakin tinggi pemahaman lansia mengenai diet hipertensi, maka semakin disiplin pula mereka dalam menerapkan pola makan tersebut untuk mengontrol tekanan darah.

## PENDAHULUAN

Penuaan merupakan bagian alami dari kehidupan manusia yang merupakan pengalaman yang terjadi kepada orang yang mencapai usia lanjut. Namun, prosesnya dapat terjadi dengan cepat atau lambat, tergantung pada individu. Secara teoritis, perkembangan manusia dimulai pada masa bayi, masa kanak-kanak, remaja, dewasa, usia tua, dan akhirnya mencapai penuaan pada usia 60 tahun. Jaringan secara bertahap menjadi kurang mampu memperbaiki atau mengganti dirinya sendiri dan mempertahankan fungsi normal, sehingga tidak mampu menahan infeksi atau memperbaiki kerusakan yang dideritanya (Suaib et al., 2019).

*World Health Organization* (WHO, 2013) mengatakan tekanan darah tinggi merupakan penyebab utama kematian dini di seluruh dunia. Diperkirakan 1,28 miliar orang dewasa berusia antara 30 dan 79 tahun di seluruh dunia menderita tekanan darah tinggi. Lebih lanjut, diperkirakan 46% orang dewasa penderita tekanan darah tinggi tidak mengetahui bahwa dirinya mengidap tekanan darah tinggi. Sekitar 42% orang yang didiagnosis dan dirawat karena tekanan darah tinggi telah didiagnosis menderita tekanan darah tinggi. Saat ini, hanya satu dari lima (21%) orang dewasa penderita tekanan darah tinggi yang mampu mengontrol gaya hidup.

Hipertensi merupakan salah satu penyakit paling umum di seluruh dunia. Satu dari

empat orang di seluruh dunia menderita tekanan darah tinggi, dengan total lebih dari 1 miliar orang terkena dampaknya (Zahro *et al.*, 2025). Frekuensi hipertensi meningkat seiring bertambahnya usia. Sepertiga dari mereka yang terkena dampak tinggal di negara maju dan dua pertiganya di negara berkembang. Hipertensi diperkirakan bertanggung jawab atas 7,1 juta kematian, sekitar 13% kematian di seluruh dunia. Hasil penelitian *World Health Organization* (WHO) menunjukkan bahwa hampir setengah dari kasus serangan jantung dipicu oleh tekanan darah tinggi (Sidik dan Sari, 2023).

Di Indonesia, prevalensi hipertensi meningkat secara signifikan berdasarkan umur, yaitu meningkat dari 31,6% pada kelompok umur 35-44 tahun dan dari 13,7% menjadi 45,3% pada kelompok umur 45-54 tahun. Seiring bertambahnya usia, angka kejadian hipertensi terus meningkat (Kemenkes, 2021). Pada tahun 2025, angka kejadian hipertensi diprediksi akan meningkat, dengan sekitar 29% orang dewasa di seluruh dunia menderita kondisi tersebut. Hipertensi menjadi masalah kesehatan yang perlu mendapatkan perhatian serius karena setiap tahunnya menyebabkan sekitar 8 juta kematian, dan di antaranya 1,5 juta kematian terjadi di kawasan Asia Tenggara (Astuti *et al.*, 2021). Kelurahan Pajang di Surakarta, Jawa Tengah, memiliki populasi lansia yang signifikan dengan ciri sosial dan budaya unik. Hipertensi pada lansia di wilayah ini cenderung tinggi, menurut data dari Puskesmas setempat diduga karena lansia kurang memahami pentingnya menjaga pola makan untuk mengendalikan tekanan darah (Ekarini *et al.*, 2020).

Individu dengan riwayat keluarga hipertensi mempunyai risiko dua kali lebih besar untuk menderita hipertensi daripada orang yang tidak mempunyai keluarga dengan riwayat hipertensi. Kesehatan yang berkaitan dengan gaya hidup sering menjadi salah satu faktor bagi seseorang mengidap penyakit hipertensi (Putri dan Supratman, 2021). Obesitas juga dapat meningkatkan kejadian tekanan darah tinggi, karena lemak dapat menyumbat pembuluh darah dan secara bertahap meningkatkan tekanan darah. Makan banyak garam melepaskan kelebihan hormon natriuretik, yang secara tidak langsung meningkatkan tekanan darah. Selain itu, mengonsumsi garam 5 hingga 15 gram per hari dapat meningkatkan prevalensi hipertensi sebesar 15 hingga 20 persen (Kuswoyo dan Tuasamu, 2022). Penderita hipertensi sebaiknya mengonsumsi obat antihipertensi dan diimbangi dengan pola hidup sehat, olahraga teratur, dan pola makan seimbang. Ketiga aspek tersebut memerlukan komitmen untuk menjalaninya (Kurniawan *et al.*, 2024).

Salah satu bentuk upayanya adalah dengan mengikuti pola makan tekanan darah tinggi yang direkomendasikan oleh penyedia layanan kesehatan. Diet hipertensi merupakan strategi non-farmakologis yang efektif untuk mengubah dan mengontrol tekanan darah. Namun, menerapkan pola makan untuk penyakit darah tinggi tidaklah mudah. Sebab, pengidapnya harus paham betul tata cara pelaksanaannya dan terlebih lagi harus benar-benar menaatinya saat menerapkan pola makan hipertensi (Adzra, 2022). Terapi diet untuk hipertensi dapat dilaksanakan dengan baik apabila pasien hipertensi dapat secara konsisten mengikuti terapi diet untuk mencegah komplikasi dan menurunkan prevalensi hipertensi (Kurniawan *et al.*, 2024). Beberapa faktor yang mempengaruhi kepatuhan diet adalah pengetahuan, usia, jenis kelamin, status sosial ekonomi, dan dukungan keluarga. Pengetahuan ini dapat membantu pasien hipertensi mengatasi kekambuhan atau melakukan tindakan preventif agar terhindar dari komplikasi. Pengetahuan merupakan hasil persepsi manusia, atau hasil manusia menggunakan inderanya untuk mengenali suatu objek (Oktaria *et al.*, 2023). Sedangkan sikap merupakan ketika pikiran seseorang masih tertutup terhadap suatu stimulus atau objek tertentu, dan seseorang telah mengidentifikasi pendapat-pendapat dan faktor-faktor emosional yang relevan (puas, tidak puas, setuju, tidak setuju, baik, buruk, suka, tidak suka, dan sebagainya).

Ketika pengetahuan dan sikap saling terkait, sehingga akan muncul hubungan positif.

Dengan kata lain, semakin tinggi tingkat pengetahuan maka semakin tinggi pula tingkat kepatuhannya. Pengetahuan yang lebih tinggi berarti mengetahui, memahami, dan menangkap makna, manfaat, dan tujuan. Tingkat pengetahuan ini diperoleh tidak hanya secara formal, tetapi juga melalui pengalaman. Pengalaman dan penelitian menunjukkan bahwa tindakan yang berlandaskan pengetahuan lebih berkelanjutan dibandingkan tindakan yang tidak berlandaskan pengetahuan (Oktaria et al., 2023).

Melalui penelitian ini diharapkan dapat ditemukan informasi yang dapat digunakan untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap kepatuhan lansia menjalankan diet hipertensi sehingga dapat menjalani kualitas hidup yang lebih baik. Pada data yang didapatkan di atas, dapat dilihat bahwa angka hipertensi cukup tinggi, dan terus meningkat setiap tahun. Dan berdasarkan uraian di atas menunjukkan bahwa pengetahuan dengan sikap kepatuhan diet hipertensi sangat penting. Oleh karena itu peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang hubungan pengetahuan dengan sikap kepatuhan lansia menjalankan diet hipertensi.

### METODE

Metode yang digunakan penulis dalam penelitian merupakan penelitian kuantitatif dengan rancangan korelasional, yang bertujuan untuk mengetahui hubungan pengetahuan dengan sikap kepatuhan lansia menjalankan diet hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Pajang Kota Surakarta. Subjek penelitian ini adalah lansia yang menderita hipertensi di Puskesmas Pajang. Jumlah populasi 722 subjek dan perhitungan sampel sebanyak 88 subjek menggunakan teknik *simple random sampling* dengan rumus *slovin*. Untuk mengantisipasi *drop out* dari subjek maka peneliti menambah 5-10% maka total besar sampel sekitar 100 subjek. Penelitian ini dilakukan pada tahun 2025.

Pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan kuesioner pengetahuan dan sikap yang telah teruji validitas dan reliabilitas. Instrumen pertama yang digunakan adalah variabel pengetahuan. Kuesioner pengetahuan adalah 15 item-item dengan menggunakan metode *Guttman*. Berdasarkan hasil uji validitas didapat dari 15 item pertanyaan adalah valid ( $r_{hitung} \geq r_{tabel} (0,361)$ ). Berdasarkan hasil uji reliabilitas yang telah dilakukan dalam tabel, variabel "Pengetahuan" memiliki nilai *Cronbach's Alpha* sebesar 0,847, yang menunjukkan bahwa instrumen tersebut reliabel.

Instrumen kedua adalah variabel sikap. Dan variabel sikap dengan 15 item-item dengan menggunakan metode *Likert*. Pertanyaan dengan jawaban Sangat setuju (4), setuju (3), Tidak setuju (2), Sangat tidak setuju (1). Berdasarkan hasil uji validitas dari 15 item-item pertanyaan yang diuji, 15 item yang dinyatakan valid ( $r_{hitung}$  lebih besar dari  $r_{tabel} (0,361)$ ). Berdasarkan hasil uji reliabilitas yang telah dilakukan variabel "Sikap" memiliki nilai *Cronbach's Alpha* sebesar 0,787, yang menunjukkan bahwa instrumen tersebut reliabel dan konsisten dalam mengukur kualitas atau karakteristik yang diteliti.

Analisis data dibagi dalam dua tahap yaitu analisis data univariat dan bivariat. Analisis univariat ini digunakan untuk menjelaskan hubungan pengetahuan dengan sikap, sedangkan Analisis bivariat dilakukan dengan tujuan mengetahui hubungan pengetahuan dengan sikap kepatuhan lansia menjalankan diet hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Pajang Kota Surakarta. Uji normalitas menunjukkan bahwa data terdistribusi tidak normal, sehingga peneliti menggunakan uji korelasi Spearman Rank untuk mengetahui hubungan antara variabel pengetahuan dengan sikap. Penelitian ini telah mendapat persetujuan dari Komite Etik Penelitian Kesehatan (KEPK) Universitas Muhammadiyah Surakarta dengan nomor. 5634/B.1/KEPK-FKUMS/III/2025.

## HASIL

### Karakteristik subjek

Analisis terhadap 100 subjek penelitian menunjukkan profil yang didominasi oleh kelompok usia 60-74 tahun (95%) dan jenis kelamin perempuan (62%). Dari aspek edukasi, pendidikan terakhir subjek paling banyak adalah SMP (37%), dengan tingkat terendah pada kategori tidak sekolah (5%). Terkait durasi medis, mayoritas subjek memiliki riwayat hipertensi selama 1-5 tahun (61%), sedangkan kelompok dengan durasi 6-10 tahun menjadi kategori dengan jumlah subjek paling sedikit (9%).

**Tabel 1. Hasil penyajian data**

Karakteristik Subjek	n	%
Usia		
60-74	95	95,0
75-90	5	5,0
Jenis Kelamin		
Laki – laki	38	38,0
Perempuan	62	62,0
Pendidikan		
Tidak sekolah	5	5,0
SD	12	12,0
SMP	37	37,0
SMA	35	35,0
Perguruan tinggi	11	11,0
Lama menderita hipertensi		
< 1 tahun	30	30,0
1-5 tahun	61	61,0
6-10 tahun	9	9,0

*Sumber: Data primer, 2025*

### Tingkat pengetahuan dan sikap kepatuhan

Pada Tabel 2 menunjukkan bahwa mayoritas subjek penelitian memiliki tingkat pengetahuan dalam kategori “baik”, yaitu sebanyak 79 orang (79%). Sebaliknya, kelompok subjek dengan tingkat pengetahuan Kurang Baik merupakan kelompok minoritas dengan jumlah 21 orang (21%). Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar subjek telah memiliki pemahaman yang memadai terkait topik yang diteliti.

**Tabel 2. Tingkat Pengetahuan**

Variabel	n	%
<b>Pengetahuan</b>		
Baik	79	79,0
Kurang baik	21	21,0
<b>Sikap kepatuhan</b>		
Baik	82	82
Kurang baik	18	18
<b>Total</b>	100	100,0

Sejalan dengan tingkat pengetahuan, sikap kepatuhan subjek juga didominasi oleh kategori “baik” yang mencakup 82 orang (82%). Sementara itu, hanya terdapat 18 orang

(18%) yang memiliki sikap kepatuhan dalam kategori Kurang Baik (Tabel 2). Data ini mengindikasikan adanya kecenderungan sikap positif yang sangat kuat pada mayoritas subjek penelitian. Sikap (attitude) diartikan sebagai suatu evaluasi atau respons emosional seseorang. Kaitan seseorang dengan suatu objek tercermin dalam perasaan yang mendukung atau memihak pada objek tersebut, atau sebaliknya, perasaan yang tidak mendukung atau menentanginya (Sukesih et al., 2020). Sikap melibatkan evaluasi, dan evaluasi ini seringkali didasarkan pada pengetahuan yang dimiliki. Semakin banyak seseorang mengetahui tentang suatu objek, semakin komprehensif evaluasinya, baik positif maupun negatif.

### Pengetahuan dengan sikap kepatuhan lansia menjalankan diet hipertensi

Hasil dari Tabel 3 uji normalitas data dengan *Kolmogorov-smirnov*. Nilai *p-value* pengetahuan adalah 0,000 dan nilai sikap kepatuhan adalah 0.000. Dapat disimpulkan bahwa nilai *p-value* kurang dari (0,05) sehingga data tidak berdistribusi secara normal, sehingga uji hipotesis yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan uji alternatif yaitu uji *spearman rank*.

**Tabel 3. Uji normalitas data**

<i>Kolmogorov-Smirnov</i>			
Variabel	<i>Statistic</i>	<i>df</i>	<i>Sig.*</i>
Tingkat pengetahuan	0,486	100	<0,001
Sikap kepatuhan	0,499	100	<0,0001

Keterangan: Uji *Kolmogorov-Smirnov*, data normal jika *p-value*>0,05

Analisis kemudian dilanjutkan dengan uji *spearman rank*. Hasil analisis hubungan antara pengetahuan dengan sikap kepatuhan statistika menunjukkan hubungan yang kuat  $r = 0,589$  dan berpola positif. Hasil uji statistik terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan sikap kepatuhan dengan *p-value* <0,001. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara pengetahuan dengan sikap kepatuhan lansia menjalankan diet hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Pajang Kota Surakarta.

**Tabel 5. Uji Spearman Rank**

Variabel	<i>r</i>	<i>p-value</i>
Tingkat pengetahuan dan sikap kepatuhan	0,589	<0,001*

Keterangan: \*Uji *spearman rank*, signifikan jika *p-value*<0,05

## PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Pajang, Kota Surakarta, didapatkan gambaran karakteristik subjek yaitu mayoritas subjek merupakan lansia berusia antara 60-74 tahun, mencapai 95% dari total sampel. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Pebrisiana et al. (2022) menunjukkan bahwa pasien hipertensi pada lansia umur 59 tahun ke atas sangat dominan mengalami hipertensi. Jenis kelamin menunjukkan perempuan sebesar 62%, sedangkan laki-laki sebanyak 38%. Dari segi pendidikan, subjek dengan latar belakang SMP mendominasi dengan 37%, diikuti oleh SMA (35%), dan perguruan tinggi (11%), sementara sebagian kecil tidak sekolah (5%) dan SD (12%). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rosa dan Natalya (2023) yang menunjukkan bahwa hasil penelitian ini karakteristik pendidikan subjek diketahui mayoritas subjek berpendidikan SMP sebanyak 34 subjek (47,2%). Mayoritas subjek pendidikan SMP

disebabkan oleh perekonomian yang sulit untuk mengenyam pendidikan formal sehingga kurang mampu menjaga kesehatan dan informasi yang didapatkan. Mengenai durasi menderita hipertensi, sebagian besar subjek (61%) telah mengidap penyakit ini selama 1-5 tahun, menunjukkan bahwa penyakit ini merupakan kondisi kronis yang telah dialami sebagian besar subjek dalam kurun waktu menengah.

Tingkat pengetahuan subjek terkait diet hipertensi menunjukkan hasil yang positif. Sebagian besar subjek, yaitu 79% atau 79 orang, memiliki tingkat pengetahuan yang baik. Hanya 21% atau 21 orang yang memiliki tingkat pengetahuan kurang baik. Hal ini mengindikasikan bahwa sebagian besar lansia di wilayah Puskesmas Pajang memiliki pemahaman yang memadai mengenai diet hipertensi, yang merupakan hasil dari proses penginderaan dan informasi yang mereka terima. Secara teori, tingkat pengetahuan dipengaruhi oleh berbagai faktor seperti usia, pendidikan, pengalaman, paparan informasi, dan lingkungan sosial. Pendidikan yang lebih tinggi biasanya mempermudah individu memahami konsep diet hipertensi, namun pada penelitian ini kelompok pendidikan menengah tetap memiliki pengetahuan yang baik, kemungkinan karena seringnya mendapatkan edukasi di layanan kesehatan dasar seperti Posbindu atau Prolanis. Pengalaman menderita hipertensi selama bertahun-tahun juga dapat memperkuat pemahaman subjek tentang pentingnya diet dalam pengendalian tekanan darah. Faktor eksternal seperti aktivitas penyuluhan dari Puskesmas serta interaksi dengan tenaga kesehatan turut mempengaruhi peningkatan pengetahuan lansia. Hal ini dikuatkan oleh penelitian (Purwanti et al., 2013) yang menyebutkan bahwa edukasi kesehatan rutin berperan signifikan dalam meningkatkan pengetahuan penderita hipertensi. Pengetahuan yang baik ini merupakan modal penting bagi lansia dalam menerapkan diet hipertensi secara efektif. Hasil ini sejalan dengan penelitian Oktaria et al. (2023) dengan judul hubungan pengetahuan dengan sikap diet hipertensi pada lansia. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa 42 subjek yang memiliki pengetahuan yang baik sebanyak 27 (64,3%) sedangkan subjek yang memiliki pengetahuan yang kurang baik sebanyak 15 (35,7%).

Sikap kepatuhan subjek terhadap diet hipertensi juga menunjukkan hasil yang positif. Sebanyak 82% subjek atau 82 orang menunjukkan sikap kepatuhan yang baik, sementara hanya 18% atau 18 orang yang memiliki sikap kepatuhan kurang baik. Sikap positif ini dipengaruhi oleh beberapa faktor, antara lain pengetahuan yang baik, pengalaman menderita hipertensi selama bertahun-tahun, dukungan keluarga, paparan informasi dari tenaga kesehatan, serta keyakinan pribadi mengenai manfaat diet hipertensi dalam mencegah komplikasi. Pengetahuan yang baik terbukti menjadi dasar pembentukan sikap positif, sesuai dengan teori yang menyatakan bahwa pengetahuan merupakan domain penting dalam pembentukan sikap seseorang. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Islani et al. (2021) yang diperoleh hasil bahwa ada hubungan antara sikap dengan kepatuhan diet pada penderita hipertensi. Hal ini membuktikan bahwa semakin positif sikap penderita hipertensi maka akan semakin tinggi pula kemungkinan penderita untuk patuh. Sikap merupakan evaluasi atau respons emosional seseorang terhadap suatu objek, yang dalam konteks ini adalah diet hipertensi. Tingginya angka kepatuhan yang baik ini mencerminkan adanya dukungan atau keberpihakan subjek terhadap upaya menjalankan diet hipertensi, yang didasari oleh pengetahuan yang mereka miliki (Wulandari dan Kartinah, 2024).

Untuk menguji hubungan antara pengetahuan dan sikap kepatuhan, dilakukan uji normalitas data menggunakan metode *Kolmogorov-Smirnov*. Hasilnya menunjukkan bahwa *p-value* untuk tingkat pengetahuan dan sikap kepatuhan adalah  $<0,001$  (*p-value*  $<0,05$ ), dapat disimpulkan bahwa data tidak berdistribusi secara normal. Oleh karena itu, untuk analisis bivariat, peneliti menggunakan uji alternatif *Spearman Rank*, yang sesuai untuk data yang tidak terdistribusi normal.

Hasil analisis menggunakan uji *Spearman Rank* menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara pengetahuan dan sikap kepatuhan. Koefisien korelasi ( $r$ ) sebesar 0.589 menunjukkan hubungan yang kuat dan berpola positif. Ini berarti semakin baik pengetahuan lansia tentang diet hipertensi, semakin tinggi pula sikap kepatuhan mereka dalam menjalaninya. Hasil menunjukkan  $p$ -value  $<0,001$  ( $p$ -value  $<0,05$ ) menegaskan bahwa hubungan ini signifikan secara statistik. Dengan demikian, hasil ini membuktikan bahwa terdapat hubungan antara pengetahuan dan sikap kepatuhan lansia dalam menjalankan diet hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Pajang, Surakarta.

### SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan data dan hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan pengetahuan dengan sikap kepatuhan lansia menjalankan diet hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Pajang Kota Surakarta. Mayoritas lansia memiliki pengetahuan yang baik dibandingkan dengan lansia dengan pengetahuan yang kurang baik. Sejalan dengan pengetahuan tersebut, sebagian besar subjek juga menunjukkan sikap kepatuhan yang baik dalam menjalankan diet hipertensi dan berada dalam kategori patuh. Ini mengindikasikan bahwa pemahaman yang memadai menjadi landasan kuat bagi terbentuknya sikap yang positif dan mendukung praktik kesehatan yang baik di kalangan lansia penderita hipertensi. Lansia penderita hipertensi diharapkan dapat terus berupaya meningkatkan pengetahuan mereka mengenai diet hipertensi, baik melalui informasi dari tenaga kesehatan maupun sumber terpercaya lainnya. Dengan memiliki pengetahuan yang baik, diharapkan sikap kepatuhan terhadap diet akan semakin meningkat, yang pada akhirnya akan membantu mengelola tekanan darah dan mencegah komplikasi penyakit.

### DAFTAR PUSTAKA

- Adzra, S., 2022. Gambaran Hubungan Dukungan Keluarga dengan Kepatuhan Diet Hipertensi pada Pasien Penderita Hipertensi: Studi Literatur Review. *Jurnal Ilmu Psikologi dan Kesehatan* 1(2), 53–64. <https://publish.ojs-indonesia.com/index.php/SIKONTAN/article/view/360>
- Astuti, V.W., Tasman, T., Amri, L.F., 2021. Prevalensi dan Analisis Faktor Risiko Hipertensi pada Masyarakat di Wilayah Kerja Puskesmas Nanggalo Padang. *Berkala Ilmiah Mahasiswa Ilmu Keperawatan Indonesia* 9(1), 1–9. <https://media.neliti.com/media/publications/377078-none-c60da530.pdf>
- Ekarini, N.L.P., Wahyuni, J.D., Sulistyowati, D., 2020. Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Hipertensi pada Usia Dewasa. *Jurnal Jurusan Keperawatan Poltekkes Jakarta III* 5(1), 61–73. <https://doi.org/10.32668/Jkep.V5i1.357>
- Islani, G.U.Y., Harun, O., Barus, S.U., 2021. Hubungan Pengetahuan dan Sikap dengan Kepatuhan Diet Hipertensi pada Lansia Penderita Hipertensi. *Jurnal Kesehatan Budi Luhur* 14(2), 465–469. <https://doi.org/10.62817/Jkbl.V14i2.140>
- [Kemenkes] Kementerian Kesehatan., 2021. Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor Hk.01.07 Tahun 2021 tentang Pedoman Nasional Pelayanan Kedokteran Tata Laksana Hipertensi Dewasa. Kementerian Kesehatan RI, Jakarta.
- Kurniawan, T.A., Hidayat, T.C., Anggraeni, Z.E.Y., 2024. Hubungan Dukungan Keluarga dengan Kepatuhan Diet Hipertensi pada Pasien Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Kaliwates. *Jurnal Ilmu Kesehatan Medic Nutricia* 4(3), 25-31.
- Kuswoyo, D., Tuasamu, S.M.A., 2022. Hubungan Pengetahuan dan Sikap dengan Kejadian Hipertensi pada Lansia. *Journal of Language and Health* 3(2), 71–78.

- <https://garuda.kemdiktisaintek.go.id/documents/detail/3323133>
- Oktaria, M., Hardono, H., Wijayanto, W.P., Amiruddin, I., 2023. Hubungan Pengetahuan dengan Sikap Diet Hipertensi pada Lansia. *Jurnal Ilmu Medis Indonesia* 2(2), 69–75. <https://doi.org/10.35912/Jimi.V2i2.1512>
- Pebrisiana, P., Tambunan, L.N., Baringbing, E.P., 2022. Hubungan Karakteristik dengan Kejadian Hipertensi pada Pasien Rawat Jalan di RSUD Dr. Doris Sylvanus Provinsi Kalimantan Tengah. *Jurnal Surya Medika* 8(3), 176–186. <https://doi.org/10.33084/jsm.v8i3.4511>
- Purwanti, A.E., Hidayati, T.N., Syamsianah, A., 2013. Hubungan Pengetahuan dengan Pola Hidup Sehat Lansia di Unit Rehabilitasi Sosial Pucang Gading Semarang 6(2), 149–159.
- Putri, M.S., Supratman, S., 2021. Gambaran Kualitas Hidup pada Lansia pada Aspek Hubungan Sosial Penderita Hipertensi di Wilayah Puskesmas Pajang Surakarta. *Jurnal Berita Ilmu Keperawatan* 14(2), 65–72. <https://journals2.ums.ac.id/index.php/bik/article/view/9689>
- Rosa, R.D., Natalya, W., 2023. Hubungan Usia dan Pendidikan Klien Hipertensi dengan Pengetahuan Mengenai Diet Rendah Natrium. *Prosiding Seminar Nasional Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat* 5(1), 120–128. <https://prosiding.ummetro.ac.id/index.php/snppm/article/view/151>
- Sidik, A.B., Sari, D.E., 2023. Hubungan Pengetahuan dan Sikap Lansia terhadap Tindakan Pencegahan Hipertensi di Puskesmas. *Indonesian Journal of Health and Medical* 3, 1–33.
- Suaib, M., Cheristina, N., Dewiyanti, N., 2019. Hubungan Tingkat Pengetahuan dengan Kejadian Hipertensi pada Lansia. *Journal Fenomena Kesehatan* 2(1), 269–276.
- Sukesih, S., Usman, U., Budi, S., Sari, D.N.A., 2020. Pengetahuan dan Sikap Mahasiswa Kesehatan tentang Pencegahan Covid-19 di Indonesia. *Jurnal Ilmu Keperawatan dan Kebidanan* 11(2), 258-264.
- [WHO] World Health Organization., 2013. *A Global Brief on Hypertension*. World Health Organization, Geneva.
- Wulandari, P., Kartinah, K., 2024. Tingkat Pengetahuan dan Kepatuhan Menjalankan Diet Hipertensi pada Lansia. *Holistik Jurnal Kesehatan* 18(2), 194–201. <https://repository.unar.ac.id/jspui/bitstream/123456789/10893/1/8.%2B260.%2Bonline.pdf>
- Zahro, M.L., Sunanto, S., Rahmat, N.N., 2025. Hubungan Efikasi Diri dengan Kekambuhan pada Pasien Hipertensi di Posbindu Desa Senduro di Wilayah UPT. Puskesmas Senduro. *Jurnal Keperawatan* 18(1), 99–108. <https://e-journal.lppmdianhusada.ac.id/index.php/jk/article/view/397>