

Artikel Hasil Penelitian

**HUBUNGAN USIA DAN PENDIDIKAN KLIEN HIPERTENSI DENGAN
PENGETAHUAN MENGENAI DIET RENDAH NATRIUM**

Rizqiani Dwitiana Rosa^{1*}, Wiwiek Natalya²

^{1*,2} Universitas Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan, Indonesia

E-mail: rizqianirizqiani287@gmail.com^{1*}

Abstrak

Angka kejadian hipertensi cenderung meningkat karena kurangnya pengetahuan masyarakat mengenai hipertensi. Usia dan pendidikan mempengaruhi tingkat pengetahuan seseorang dalam mengolah berbagai informasi khususnya kesehatan. Penelitian ini menggunakan desain *deskriptif korelasional* dengan pendekatan *cross-sectional*. Pengumpulan data menggunakan teknik *accidental sampling*. Sampel pada penelitian ini sebanyak 72 klien hipertensi yang berkunjung di Puskesmas Sragi I Pekalongan. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner pengetahuan mengenai diet rendah natrium yang dibuat oleh peneliti dan sudah uji validitas *product moment* dan reliabilitas KR-21. Analisa *bivariat* menggunakan uji *spearman rank*. Hasil penelitian ini menunjukkan usia responden terbanyak yaitu lansia akhir sebanyak 31 responden (43,1%). Pendidikan responden terbanyak yaitu SD sebanyak 34 responden (47,2%). Responden yang memiliki pengetahuan mengenai diet rendah natrium baik sebanyak 51 responden (70,8%). Hasil uji hipotesis menunjukkan bahwa usia responden dengan pengetahuan mengenai diet rendah natrium diperoleh *p-value* 0,036. Dan pendidikan responden dengan pengetahuan mengenai diet rendah natrium diperoleh *p-value* 0,021. Terdapat hubungan antara usia dan pendidikan klien hipertensi dengan pengetahuan mengenai diet rendah natrium.

Kata Kunci: hipertensi; pendidikan; pengetahuan mengenai diet rendah natrium; usia

Abstract

*The number of hypertension incidence tends to increase due to lack of public knowledge about hypertension. Age and education affect a person's level of knowledge in processing various information, especially health. This study uses a correlational descriptive design with a cross-sectional approach. Collecting data using accidental sampling technique. The sample in this study were 72 hypertensive clients who visited the Sragi I Pekalongan Health Center. The research instrument used a knowledge questionnaire on low-sodium diets made by researchers and tested the product moment validity and KR-21 reliability. Bivariate analysis using Spearman rank test. The results of this study indicate the age of the most respondents, namely in the elderly as many as 31 respondents (43.1%). The education of the most respondents was elementary school with 34 respondents (47.2%). Respondents who had good knowledge about low sodium diets were 51 respondents (70.8%). The results of the hypothesis test showed that the age of the respondent with knowledge of a low sodium diet obtained a *p-value* of 0.036. And the education of respondents with knowledge of low sodium diets obtained a *p-value* of 0.021. There is a relationship between age and education of hypertensive clients with knowledge of low sodium diets.*

Keywords: hypertension; education; knowledge of low sodium diet, age



This is an open access article under the [Creative Commons Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/)

PENDAHULUAN

Hipertensi adalah keadaan di mana tekanan darah sistolik seseorang ≥ 140 mmHg dan tekanan darah diastolik ≥ 90 mmHg (WHO, 2020). Menurut *World Health Organization* (WHO) 2020, menyatakan 22% penduduk dunia yang terdiagnosa hipertensi dan hanya seperlima dari klien hipertensi yang berusaha untuk mengontrol tekanan darahnya. Di Afrika menduduki peringkat tertinggi dengan prevalensi hipertensi 27% dan di Amerika menduduki peringkat terendah yaitu 15%. Pada Asia Tenggara termasuk Indonesia menduduki peringkat ke-3 dengan prevalensi hipertensi 25% dari populasi umum (Pusdatin Kemenkes RI, 2019).

Data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018, pada populasi berusia > 18 tahun yang terdiagnosa hipertensi dengan prevalensi 34,11%, menempati posisi pertama di Kalimantan Selatan sejumlah 44,1% dan posisi terakhir di Papua sejumlah 22,2%. Jumlah yang terdiagnosa hipertensi pada wanita 36,85% lebih tinggi dibandingkan laki-laki 31,34%. Terjadinya hipertensi terdapat dalam kelompok umur 31-44 tahun sejumlah 31,6%, 45-54 tahun sejumlah 45,3% dan 55-64 tahun sejumlah 55,2%. Data Profil Kesehatan Jawa Tengah (2018), jumlah penduduk berisiko > 15 tahun yang dinyatakan hipertensi 1.377.356 orang (15,14%) dengan presentase tertinggi di batang 18,86% dan terendah di tegal 2,76%.

Data Dinas Kesehatan Kabupaten Pekalongan pada tahun 2021 menunjukkan prevalensi hipertensi pada populasi berusia > 18 tahun sebanyak 193.616 kasus (60,3%). Urutan kasus hipertensi tertinggi di Kabupaten Pekalongan tahun 2021 yaitu di Puskesmas Sragi I 7.659 orang (84,0%), Puskesmas Tirto II 4.930 orang (76,4%), Puskesmas Petungkriyono 3.434 orang (74,0%), Puskesmas Doro I 3.373 orang (71,2%), dan Puskesmas Kedungwuni II orang 2.839 (66,2%). Jumlah klien hipertensi paling banyak terdapat di Puskesmas Sragi I, data tahun 2021 didapatkan jumlah klien hipertensi yang mendapatkan pelayanan sesuai standar sebanyak 2.884 orang.

Penelitian yang telah dilakukan Hamzah et al., (2021) gaya hidup yang sudah berubah menjadikan masyarakat mengkonsumsi makanan cepat saji termasuk kelompok lansia yang rawan terkena hipertensi. Pada penelitian Hendriyani et al., (2018) saat ini seiring kemajuan teknologi makanan olahan hasil industri sangat mudah ditemukan di pasaran dan biasanya mengandung tinggi natrium sehingga masyarakat memilih makanan tersebut.

Pada penelitian Fahriah et al., (2021) tingkat pendidikan memiliki dampak bukan hanya mempengaruhi tingkat pengetahuan seseorang, namun dapat juga mempengaruhi kemampuan seseorang dalam mengolah berbagai informasi. Pada umumnya, penyakit hipertensi banyak di alami oleh masyarakat yang dominan umur lansia, namun kasusnya saat ini usia produktif juga banyak yang mengalami penyakit hipertensi. Adanya perubahan kebiasaan konsumtif dan gaya hidup dapat menjadi indikator penyebab utama terjadinya penyakit hipertensi pada usia produktif. Sebagian orang yang berusia 18-60 tahun juga kurang memperhatikan kesehatannya, padahal pada usia ini banyak ditemui penyakit dan gangguan kesehatan yang sebenarnya dapat di deteksi secara dini. Angka kejadian hipertensi cenderung meningkat karena kurangnya pengetahuan masyarakat yang memadai mengenai penyakit hipertensi dan pencegahannya.

Penelitian Novrianda et al., (2014) didapatkan responden yang berusia muda memiliki pengetahuan yang baik sebanyak 11 responden (25,6%), sedangkan yang berusia tua memiliki pengetahuan yang baik sebanyak 29 responden (53,7%). Usia merupakan faktor individu yang pada dasarnya semakin bertambah usia seseorang maka semakin bertambah kedewasaan dan semakin banyak menyerap informasi. Pertambahan usia menumbuhkan kapasitas pribadi seseorang melalui pengalaman dalam mengatasi suatu persoalan. Seseorang yang telah lama

hidup tentunya telah mengalami banyak hal dan memperoleh berbagai informasi yang dapat menambah pengetahuan. Hal ini sesuai dengan ungkapan orang yang lebih tua telah banyak makan asam garam. Penelitian Wijayanto & Satyabakti (2014), paling banyak responden berusia 56-64 tahun sebanyak 24 responden (50,0%). Usia menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi pembentukan pengetahuan, semakin tua usia seseorang semakin konstruktif dalam menggunakan koping terhadap masalah yang di hadapi.

Berdasarkan data penelitian yang lalu tersebut maka peneliti melakukan penelitian pada responden berusia ≥ 26 tahun. Peneliti tertarik melakukan penelitian berjudul “Hubungan Usia Dan Pendidikan Klien Hipertensi Dengan Pengetahuan Mengenai Diet Rendah Natrium Di Puskesmas Sragi I Pekalongan”.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain *deskriptif korelasional* dengan pendekatan *cross-sectional*. Populasi penelitian ini adalah semua klien hipertensi yang tercatat di Puskesmas Sragi I pada tahun 2022 sebanyak 2.884 orang. Variabel yang diukur yaitu usia dan pendidikan klien hipertensi sebagai variabel bebas (*independent*). Penelitian ini menggunakan hipotesis alternatif (H_a) yaitu terdapat hubungan antara usia dan pendidikan klien hipertensi dengan pengetahuan mengenai diet rendah natrium di Puskesmas Sragi I Pekalongan. Pengumpulan data menggunakan teknik *accidental sampling*. Sampel pada penelitian ini sebanyak 72 klien hipertensi yang berkunjung di Puskesmas Sragi I Pekalongan. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner pengetahuan mengenai diet rendah natrium yang dibuat oleh peneliti dan sudah uji validitas *product moment* dan reliabilitas *KR-21*. Analisa *bivariat* menggunakan uji *spearman rank*. Apabila hasil *p-value* $< \alpha = 0,05$ maka hipotesis diterima yang berarti H_a diterima yang artinya ada hubungan dan jika *p-value* $> \alpha = 0,05$ maka hipotesis ditolak yang berarti H_0 ditolak yang artinya tidak ada hubungan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Karakteristik responden

Tabel 1. Distribusi Karakteristik Responden Di Puskesmas Sragi I Pekalongan

Karakteristik	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Usia		
Dewasa Awal	2	2,8
Dewasa Akhir	12	16,7
Lansia Awal	20	27,8
Lansia Akhir	31	43,1
Manula	7	9,7
Total	72	100,0
Jenis Kelamin		
Laki-laki	15	20,8
Perempuan	57	79,2
Total	72	100,0
Pendidikan		
Tidak Sekolah	5	6,9
SD	34	47,2

SMP	15	20,8
SMA	12	16,7
Perguruan Tinggi	6	8,3
Total	72	100,0
Pekerjaan		
Tidak Bekerja	21	29,2
Guru	2	2,8
Wiraswasta	4	5,6
Pedagang	10	13,9
Petani	6	8,3
Nelayan	3	4,2
Buruh	26	36,1
Total	72	100,0

Berdasarkan tabel 1 dihasilkan, karakteristik usia responden terbanyak pada lansia akhir sebanyak 31 responden (43,1%). Karakteristik jenis kelamin responden terbanyak pada perempuan sebanyak 57 responden (79,2%). Karakteristik pendidikan responden terbanyak pada SD sebanyak 34 responden (47,2%). Karakteristik pekerjaan responden terbanyak pada buruh sebanyak 26 responden (36,1%).

Pengetahuan responden mengenai diet rendah natrium

Tabel 2. Distribusi Responden Berdasarkan Pengetahuan Mengenai Diet Rendah Natrium Di Puskesmas Sragi I Pekalongan

Pengetahuan	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Baik	51	70,8
Sedang	14	19,4
Kurang	7	9,7
Total	72	100,0

Berdasarkan tabel 2 diketahui pengetahuan responden mengenai diet rendah natrium sebanyak 51 responden (70,8%) baik.

Hubungan usia dan pendidikan responden dengan pengetahuan mengenai diet rendah natrium

Tabel 3. Distribusi Hubungan Usia Dan Pendidikan Responden Dengan Pengetahuan Mengenai Diet Rendah Natrium Di Puskesmas Sragi I Pekalongan

Karakteristik	Pengetahuan Mengenai Diet Rendah Natrium								<i>p-value</i>
	Baik		Sedang		Kurang		Total		
	n	%	n	%	n	%	f	%	
Usia									
Dewasa Awal	1	1,4	1	1,4	0	0,0	2	2,8	
Dewasa Akhir	10	13,9	1	1,4	1	1,4	12	16,7	
Lansia Awal	16	22,2	3	4,2	1	1,4	20	27,8	

Lansia Akhir	22	30,6	8	11,1	1	1,4	31	43,1	0,036
Manula	2	2,8	1	2,4	4	5,6	7	9,7	
Total	51	70,8	14	19,4	7	9,7	72	100,0	
Pendidikan									
Tidak Sekolah	0	0,0	2	2,8	3	4,2	5	6,9	0,021
SD	26	36,1	6	8,3	2	2,8	34	47,2	
SMP	9	12,5	4	5,6	2	2,8	15	20,8	
SMA	11	15,3	1	1,4	0	0,0	12	16,7	
Perguruan Tinggi	5	6,9	1	1,4	0	0,0	6	8,3	
Total	51	70,8	14	19,4	7	9,7	72	100,0	

Hasil uji *Spearman rank* menunjukkan ada hubungan usia responden dengan pengetahuan mengenai diet rendah natrium diperoleh nilai *p-value* 0,036. Hasil penelitian diketahui ada hubungan pendidikan responden dengan pengetahuan mengenai diet rendah natrium diperoleh nilai *p-value* 0,021.

Pembahasan

Karakteristik usia responden

Hasil penelitian ini diketahui sebagian besar responden terdapat pada lansia akhir yang rentang usia ≥ 56 tahun sebanyak 31 responden (43,1%). Data yang ditemukan di wilayah kerja Puskesmas Sragi I Pekalongan, kemungkinan klien hipertensi yang berusia <56 dan >75 tahun ada banyak tetapi tidak berkunjung ke Puskesmas. Usia seseorang dapat mempengaruhi cara berpikir mengenai informasi yang diperoleh (Rachmawati et al, 2021).

Penelitian ini sesuai dengan Tamamilang, Kandou & Nelwan (2018) menunjukkan bahwa kelompok usia terbanyak yang mengalami hipertensi yaitu pada lansia akhir di usia 56-65 tahun sebanyak 39 responden (43,8%). Hal ini karena salah satu proses yang terjadi pada sistem kardiovaskular seperti hipertensi, di mana semakin bertambahnya usia maka dinding arteri akan mengalami penebalan sehingga terjadi penumpukkan zat kolagen pada lapisan otot mengakibatkan pembuluh darah menyempit dan menjadi kaku serta terjadi peningkatan tekanan darah (Tamamilang et al., 2018).

Karakteristik pendidikan responden

Hasil penelitian ini karakteristik pendidikan responden diketahui mayoritas responden berpendidikan SD sebanyak 34 responden (47,2%). Mayoritas responden pendidikan SD disebabkan oleh perekonomian yang sulit untuk mengenyam pendidikan formal sehingga kurang mampu menjaga kesehatan dan informasi yang di dapatkan. Pendidikan nonformal bisa didapatkan melalui pengalaman seperti halnya di puskesmas yang memberikan informasi kesehatan. Tingkat pendidikan seseorang akan mempengaruhi tingkat pengetahuan seseorang mengenai hipertensi.

Hal tersebut seperti penelitian yang dilakukan Yuwono, Ridwan, & Hanafi (2018), menjelaskan bahwa mayoritas responden adalah lulusan SD sebanyak 23 orang (65,7%) dari 35 responden. Hal ini dikarenakan keterbatasan masyarakat sekitar dalam masalah ekonomi yang sangat berpengaruh terhadap kesehatan. Tingkat pendidikan yang rendah pada responden didapatkan berpengaruh besar terhadap hipertensi yang dialaminya, karena kurangnya

wawasan mengenai kesehatan menyebabkan cara berpikir yang kurang efektif dalam menanggapi dan menjaga masalah kesehatannya (Yuwono et al., 2018).

Pengetahuan responden mengenai diet rendah natrium

Hasil pada penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki pengetahuan mengenai diet rendah natrium yang baik sebanyak 51 responden (70,8%). Hal ini disebabkan oleh petugas kesehatan di Puskesmas Sragi I Pekalongan mengadakan kegiatan Posyandu lansia dan responden sebagian ada yang mengikuti kegiatan Prolanis yang meliputi pemeriksaan laboratorium dan edukasi mengenai kesehatan PTM seperti halnya hipertensi. Serta responden rutin berkunjung ke Puskesmas untuk berobat dan konsultasi. Sehingga sebagian besar responden mempunyai pengetahuan yang baik karena sering terpapar informasi mengenai kesehatan.

Pengetahuan adalah suatu informasi, pemahaman dan keterampilan yang didapatkan melalui pengalaman atau pendidikan (Swarjana, 2022, h.3). Diet rendah natrium adalah diet yang mengatur jumlah natrium yang masuk ke dalam tubuh dengan mengurangi konsumsinya (Rahmadhani, 2021). Hal tersebut sejalan dengan penelitian Komalasari, Shalahuddin, & Harun (2020), bahwa pengetahuan yang dimiliki oleh responden sebagian besar memiliki pengetahuan yang baik yaitu sebanyak 152 responden (95,6%), pengetahuan tersebut dapat mempengaruhi perilaku atau tindakan yang akan dilakukan terhadap diet hipertensi. Perilaku sehari-hari sangat berkaitan dengan pengetahuan, jika seseorang sudah memiliki pengetahuan yang baik mengenai diet hipertensi, akan sangat memungkinkan untuk menjaga makanan yang dikonsumsi setiap hari (Komalasari et al., 2020).

Hubungan usia responden dengan pengetahuan mengenai diet rendah natrium

Hasil penelitian diketahui total dari jawaban responden yang paling banyak yaitu pada lansia akhir dengan pengetahuan mengenai diet rendah natrium yang baik terdapat 22 responden (30,6%). Diperoleh nilai $p=0,036$ yang artinya H_a diterima sehingga terdapat hubungan usia klien hipertensi dengan pengetahuan mengenai diet rendah natrium. Hal ini ditemukan bahwa usia tidak menghalangi responden untuk mencari informasi mengenai kesehatannya karena ditemukan responden aktif dalam kegiatan Posyandu lansia dimana dalam kegiatan tersebut mendapatkan berbagai informasi kesehatan sehingga meningkatnya pengetahuan. Selain itu, pengetahuan di dapatkan dengan mata dan telinga yang berarti melihat objek dan mendengar informasi. Ditemukan bahwa sebagian responden ada yang sering melihat dan mendengarkan informasi kesehatan di sosial media maupun lingkungan sekitar.

Hal tersebut selaras dengan penelitian Indriana, Swandari, & Pertiwi (2021) bahwa klien hipertensi pada lansia akhir usia 55-65 tahun memiliki pengetahuan baik sebanyak 33 responden (82,5%). Klien hipertensi dalam lingkungannya akan memperoleh pengalaman di mana pengalaman tersebut dapat mempengaruhi pengetahuannya. Usia dapat menjadi faktor yang dapat mempengaruhi pembentukan pengetahuan, semakin tua usia seseorang semakin konstruktif terhadap masalah kesehatannya (Indriana et al., 2021).

Hubungan pendidikan responden dengan pengetahuan mengenai diet rendah natrium

Hasil penelitian diketahui total dari jawaban responden yang paling banyak yaitu pendidikan SD dengan pengetahuan mengenai diet rendah natrium yang baik terdapat 26 responden (36,1%). Diperoleh nilai $p=0,021$ yang artinya H_a diterima sehingga terdapat hubungan pendidikan klien hipertensi dengan pengetahuan mengenai diet rendah natrium.

Hasil observasi peneliti, ditemukan responden yang pendidikan SD dengan pengetahuan baik di dasarkan pada aktif dalam kegiatan Posyandu lansia yang meliputi kegiatan penyuluhan kesehatan, senam lansia, cek tekanan darah, cek gula, cek kolesterol, cek asam urat serta konsultasi. Oleh karena itu, responden yang rutin mengikuti kegiatan tersebut mendapatkan informasi mengenai kesehatan dari petugas puskesmas.

Penelitian ini didukung dengan penelitian Ningrum, Mutoharoh, Fajriah, & Bahrie, (2020) menyatakan bahwa klien hipertensi rata-rata tingkat pendidikan SD yang tingkat pengetahuannya baik yaitu didasarkan pada intensitas pertemuan dalam mengikuti kegiatan Posyandu lansia (Ningrum et al., 2020). Hasil tersebut sesuai dengan penelitian Sumartini, Purnamawati, & Sumiati (2020) bahwa sebagian besar responden berada pada pendidikan SD dengan pengetahuan baik sebanyak 19 responden (57,6%). Di mana pengetahuan bisa di dapatkan selain melalui pendidikan formal di dalam sekolah namun juga bisa diperoleh dari pendidikan nonformal di luar sekolah dan melalui pengalaman. Meskipun responden berada pada mayoritas berpendidikan rendah maka bukan berarti mutlak berpengetahuan rendah pula. Pendidikan tidak mempengaruhi pengetahuannya sebab responden dengan pengetahuan baik dapat memperoleh informasi dari pengalaman atau petugas kesehatan maupun media massa (Sumartini et al., 2020).

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan pada hasil penelitian ini, disimpulkan bahwa usia responden terbanyak yaitu lansia akhir sebanyak 31 responden (43,1%). Kelompok usia terbanyak yang mengalami hipertensi yaitu pada lansia akhir di usia 56-65. Hal ini karena salah satu proses yang terjadi pada sistem kardiovaskular seperti hipertensi, bertambahnya usia maka dinding arteri akan mengalami penebalan sehingga pembuluh darah menyempit dan menjadi kaku serta terjadi peningkatan tekanan darah.

Pendidikan responden terbanyak yaitu SD sebanyak 34 responden (47,2%). Hal ini disebabkan oleh perekonomian yang sulit untuk mengenyam pendidikan formal sehingga kurang mampu menjaga kesehatan dan informasi yang di dapatkan. Pendidikan nonformal bisa didapatkan melalui pengalaman seperti halnya di puskesmas yang memberikan informasi kesehatan.

Responden yang memiliki pengetahuan mengenai diet rendah natrium baik sebanyak 51 responden (70,8%). Hal ini disebabkan oleh petugas kesehatan di Puskesmas Sragi I Pekalongan mengadakan kegiatan Posyandu lansia dan responden sebagian ada yang mengikuti kegiatan Prolanis. Hasil uji hipotesis menunjukkan bahwa usia responden dengan pengetahuan mengenai diet rendah natrium diperoleh *p-value* 0,036. Dan pendidikan responden dengan pengetahuan mengenai diet rendah natrium diperoleh *p-value* 0,021. Terdapat hubungan antara usia dan pendidikan klien hipertensi dengan pengetahuan mengenai diet rendah natrium.

Berkaitan dengan simpulan di atas, terdapat beberapa hal yang dapat disarankan untuk beberapa pihak, yaitu bagi peneliti selanjutnya dimana penelitian ini akan lebih bervariasi jika dilakukan di suatu wilayah selain di Puskesmas sehingga dapat menjangkau kasus hipertensi secara menyeluruh. Bagi institusi pendidikan keperawatan, penelitian ini dapat dijadikan sebagai referensi tambahan dalam menambah ilmu yang berhubungan dengan pengetahuan mengenai diet rendah natrium pada klien hipertensi. Bagi profesi keperawatan, tenaga kesehatan khususnya perawat dapat memberikan Promkes terkait inovasi dalam meningkatkan pengetahuan mengenai diet rendah natrium pada klien hipertensi yang tidak berkunjung ke

puskesmas melalui metode *online* seperti sosial media, supaya semua klien hipertensi mendapatkan informasi mengenai kesehatan dengan metode yang praktis.

Penelitian ini masih memiliki keterbatasan dalam pelaksanaan penelitian, yakni terletak pada penelitian dilakukan di Puskesmas dengan menggunakan teknik *accidental sampling* sehingga tidak menjangkau semua kasus hipertensi yang ada di luar Puskesmas.

DAFTAR PUSTAKA

- Fahriah, K., Rizal, A., & Irianty, H. (2021). Hubungan Tingkat Pendidikan, Pengetahuan Dan Sikap Terhadap Pencegahan Penyakit Hipertensi Pada Usia Produktif Di Wilayah Kerja Puskesmas Melati Kuala Kapuas. (*Doctoral dissertation, Universitas Islam Kalimantan MAB*).
- Hamzah, B., Akbar, H., & Langingi, A. R. (2021). Analisis Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia. *Journal Health & Science: Gorontalo Journal Health and Science Community* (5(1)), 194-201.
- Hendriyani, H., Pertiwi, E. D., & Mintarsih, S. N. (2018). Perilaku Pemilihan Makanan Tinggi Natrium Berpengaruh Terhadap Asupan Natrium Penderita Hipertensi Di Kota Semarang. *Gizi Indonesia* (37(1)), 41-50.
- Indriana, N., Swandari, M. T., & Pertiwi, Y. (2021). Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Kepatuhan Minum Obat Pada Pasien Hipertensi Di Rumah Sakit X Cilacap. *Jurnal Ilmiah Jophus: Journal Of Pharmacy Umus* (2(1)).
- Kemenkes RI. (2018). Hasil utama Riskesdas 2018. Jakarta: *Kemenkes RI*.
- Kemenkes RI. (2019). Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2019. Jakarta: *Kementerian Kesehatan Republik Indonesia*.
- Komalasari, V., Shalahuddin, I., & Harun, H. (2020). Gambaran Pengetahuan, Sikap Dan Perilaku Tentang Manajemen Diet Pada Pasien Hipertensi Di Garut, Indonesia. *Holistik Jurnal Kesehatan* (14(4)), 494-502.
- Ningrum, W. A., Mutoharoh, A., Fajriah, N. N., & Bahrie, S. M. (2020). Hubungan Karakteristik Dan Tingkat Pengetahuan Responden Prolanis Terhadap Pengobatan Diabetes Mellitus Tipe II Di Wilayah Kerja Puskesmas Wonopringgo Kabupaten Pekalongan. *In Prosiding University Research Colloquium*, 26-30.
- Novrianda, D., & Yeni, F. (2014). Hubungan Karakteristik Ibu Dengan Pengetahuan Tentang Penatalaksanaan Diare Pada Balita. *Ners Jurnal Keperawatan*, 10(2), 159-165.
- Rahmadhani, C. (2021). Apa Itu Diet Rendah Natrium?. Jakarta Utara: *Tim YesDok*.
- Rahmawati, E., Rahmadhani, F., Ananda, M. R., Salsabillah, S., & Pradana, A. A (2021). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Pengetahuan Keluarga Terhadap Penyakit Hipertensi: Telaah Naratif. *Jurnal Mitra Kesehatan*, 4(1), 14-19.
- Sumartini, N. P., Purnamawati, D., & Sumiati, N. K. (2020). Pengetahuan Pasien Yang Menggunakan Terapi Komplementer Obat Tradisional Tentang Perawatan Hipertensi Di Puskesmas Pejerk. *Bima Nursing Jourbal* (1(2)), 103-112.
- Swarjana. (2022). Konsep Pengetahuan, Sikap, Perilaku, Persepsi, Stres, Kecemasan, Nyeri, Dukungan Sosial, Kepatuhan, Motivasi, Kepuasan, Pandemi Covid-19, Akses Layanan Kesehatan-Lengkap Dengan Teori, Cara Mengukur Variabel, Dan Contoh Kuesioner. Ed. 1. Yogyakarta: *ANDI*.
- Tamamilang, C. D., Kandou, G. D., & Nelwan, J. E. (2018). Hubungan Antara Umur Dan Aktivitas Fisik Dengan Derajat Hipertensi Di Kota Bitung Sulawesi Utara. *KESMAS: Jurnal Kesehatan Masyarakat Univeristas Sam Raulangi* (7(5)).

- WHO. (2020). World Health Organization Regional Office For South-East Asia "Hypertension".
- Wijayanto, W., & Satyabakti, P. (2014). Hubungan Tingkat Pengetahuan Komplikasi Hipertensi Dengan Keteraturan Kunjungan Penderita Hipertensi Usia 45 Tahun Ke Atas. *Jurnal Berkala Epidemiologi* (2(1)), 24-33.
- Yuwono, G. A., Ridwan, M., & Hanafi, M. (2018). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Hipertensi Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Penderita Hipertensi Di Kabupaten Magelang. *Jurnal Keperawatan Soedirman* (12(1)), 55-66.