



---

**HUBUNGAN PENGETAHUAN DAN STATUS GIZI DENGAN KEJADIAN  
HIPERTENSI PADA LANSIA**

**Putri Mayang Sari\*, Wiwiet Susan Amelia**

Program Studi Keperawatan, STIKes Al-Ma'arif, Jl. Dr. M. Hatta No.687-B, Sukaraya, Baturaja Timur,  
Kabupaten Ogan Komering Ulu, Sumatera Selatan 32112, Indonesia

\*[Pmayangsari3@gmail.com](mailto:Pmayangsari3@gmail.com)

**ABSTRAK**

Salah Satu penyebab utama kematian secara global adalah Penyakit Tidak Menular. Hipertensi salah satu penyakit tidak menular yang menjadi masalah kesehatan yang sangat serius saat ini. Tujuan penelitian adalah diketahuinya hubungan pengetahuan gizi dan status gizi dengan kejadian hipertensi pada lansia di wilayah kerja puskesmas Tanjung Baru tahun 2022. Penelitian ini termasuk penelitian yang menggunakan metode kuantitatif korelasi dengan pendekatan Cross Sectional dan menggunakan teknik Accidental Sampling dengan jumlah sampel 55 orang. Variabel – variabel yang di teliti disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi dan di uji dengan analisis univariat dan bivariat. Hasil uji chi square di dapatkan p Value 0,001 artinya terdapat hubungan pengetahuan dengan kejadian Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Tanjung Baru tahun 2022. Kesimpulan pada penelitian ini adalah terdapat hubungan antara pengetahuan gizi dan status gizi dengan kejadian hipertensi pada lansia di wilayah kerja puskesmas Tanjung Baru tahun 2022.

Kata kunci: hipertensi; pengetahuan; status gizi

***THE RELATIONSHIP OF NUTRITION KNOWLEDGE AND NUTRITIONAL  
STATUS WITH THE INCIDENCE OF HYPERTENSION IN THE ELDERLY***

**ABSTRACT**

*One of the main causes of death globally is Non-Communicable Diseases. Hypertension is a non-communicable disease which is a very serious health problem today. The aim of the study was to find out the relationship between nutritional knowledge and nutritional status with the incidence of hypertension in the elderly in the working area of the Tanjung Baru Health Center in 2022. This research includes research using quantitative correlation methods with a cross sectional approach and using Accidental Sampling techic with a sample size of 55 people. The variables studied were presented in the form of a frequency distribution table and tested with univariate and bivariate analysis. The results of the chi square test obtained a p value of 0.001, meaning that there is a relationship between knowledge and the incidence of hypertension in the Tanjung Baru Health Center in 2022. The conclusion in this study is that there is a relationship between nutritional knowledge and nutritional status with the incidence of hypertension in the elderly in the working area of the Tanjung Baru Health Center in 2022*

*Keywords: hypertension; knowledge; nutritional status*

**PENDAHULUAN**

Salah Satu penyebab utama kematian secara global adalah Penyakit Tidak Menular. Hipertensi salah satu penyakit tidak menular yang menjadi masalah kesehatan yang sangat serius saat ini. Hipertensi masih menjadi masalah kesehatan karena merupakan penyakit the silent killer karena tidak terdapat tanda-tanda atau gejala yang dapat dilihat dari luar, yang akan menyebabkan beberapa komplikasi seperti penyakit jantung, otak dan ginjal (Maulidina, Harmani, & Suraya, 2019). Menurut World Health Organization (WHO) tahun 2018 bahwa tercatat 1 milyar orang di dunia menderita hipertensi dan diperkirakan terdapat 7,5 juta

kematian atau sekitar 12,8% dari seluruh total kematian disebabkan oleh hipertensi. Menurut American Heart Association (2014), sekitar 1 dari 3 orang dewasa menderita penyakit ini. Bahkan diperkirakan akan terus meningkat 7,2% atau sekitar 83,5 juta orang pada tahun 2030 (Langingi, 2021).

Berdasarkan data Riskesdas 2018, menyatakan bahwa angka kejadian hipertensi di Indonesia mengalami peningkatan dari 25,8% penderita umur  $\geq 18$  tahun pada tahun 2013 menjadi 34,1% pada tahun 2018. Prevalensi hipertensi di Sumatera Selatan pada tahun 2018 yang didapatkan hasil pengukuran pada penduduk umur  $\geq 18$  Tahun sebesar 30,44%, tertinggi di Kalimantan Selatan (44,13%), diikuti Jawa Barat (39,60%), dan Kalimantan Timur (39,30%). Sehubungan Hasil Penelitian yang dilakukan Langingi, (2021) Tentang Hubungan Status Gizi dengan Kejadian Hipertensi Usia 41-65 Tahun di Desa Sinuian Kecamatan Remboken Kabupaten Minahasa Tahun 2015.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara status gizi dengan kejadian hipertensi usia 41-65 tahun di Desa Sinuian Kecamatan Remboken Kabupaten Minahasa Tahun 2015. Hasil Penelitian menunjukkan bahwa sebanyak 69,3% responden yang tidak mengalami hipertensi, dan sebanyak 30,7% responden yang mengalami hipertensi. Data kunjungan pasien Hipertensi di UPTD Puskesmas Tanjung Baru pada tahun 2020 sebanyak 140 kunjungan, sedangkan jumlah kunjungan penderita Hipertensi Januari – Maret 2022 sebanyak 50 orang, dengan jenis kelamin laki-laki sebanyak 30 orang dan perempuan sebanyak 20 orang (Profil Puskesmas Tanjung Baru, 2021).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan Langingi, (2021) Tentang Hubungan Status Gizi Lansia Dengan Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Paniki Bawah Kecamatan Mapanget Kota Manado Tahun 2015 merupakan salah satu faktor yang memicu timbulnya penyakit hipertensi karena status gizi tidak merata dari hasil penelitian didapatkan p value 0,0002 artinya ada Hubungan Status Gizi Lansia Dengan Hipertensi. Tindakan preventif perlu dilakukan untuk menekan Tingginya prevalensi pasien hipertensi. Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk menganalisis hubungan pengetahuan gizi dan status gizi dengan kejadian hipertensi pada lansia di wilayah kerja UPTD puskesmas Tanjung Baru tahun 2022.

## **METODE**

Desain penelitian ini menggunakan kuantitatif analitik dengan pendekatan *Cross Sectional*. Penelitian dilaksanakan pada bulan agustus-september tahun 2022 di wilayah kerja UPTD Puskesmas Tanjung Baru. Sampel penelitian ini adalah pasien lansia yang berobat rawat jalan di puskesmas tanjung baru tahun 2022 yang berjumlah 55 orang. Sampel diambil dengan metode *Accidental Sampling*. Dalam penelitian yang menjadi variabel independen adalah pengetahuan dan status gizi dan variabel dependen adalah hipertensi. Data yang dikumpulkan kemudian disajikan dalam bentuk tabel dan dilakukan analisis dengan *Kai Kuadrat*.

## **HASIL**

### **Karakteristik Khusus Responden**

Tabel 1 hasil penelitian menunjukkan bahwa pengetahuan baik sebanyak 39 (70.9%), status gizi lebih 24 (43.6%), tekanan darah normal sebanyak 36 (65.5%).

Tabel 1  
Distribusi frekuensi responden berdasarkan pengetahuan dan status gizi dengan kejadian hipertensi pada lansia (n=55)

Karakteristik	f	%
Pengetahuan		
Baik	39	70.9
Kurang Baik	16	21.9
Status Gizi		
Gizi Kurang	9	16.4
Gizi Normal	22	40.4
Gizi Lebih	24	43.6
Hipertensi		
Normal	36	65.5
Tidak Normal	19	34.5

Tabel 2  
Hubungan pengetahuan dan Status Gizi dengan kejadian hipertensi (n=55)

Variabel	Penyakit Hipertensi				Jumlah		P Value
	Normal		Tidak Normal		f	%	
	f	%	f	%			
Pengetahuan							
Baik	31	79,9	8	20,5	39	100,0	0,001
Kurang Baik	5	31,1	11	68,8	16	100,0	
Status Gizi							
Gizi Kurang	7	77,8	2	22,2	9	100,0	0,000
Gizi Normal	20	90,0	2	9,1	22	100,0	
Gizi Lebih	9	37,5	19	34,5	55	100,0	

Tabel 2 diatas hasil uji statistik dengan chi-square diperoleh nilai p value sebesar 0,001, maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara pengetahuan terhadap kejadian hipertensi pada lansia di Puskesmas Tanjung Baru Tahun 2022. Hasil uji statistik dengan chi-square diperoleh nilai p value sebesar 0,000, maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara status gizi terhadap kejadian hipertensi pada lansia di Puskesmas Tanjung Baru Tahun 2022.

## PEMBAHASAN

### Hubungan Pengetahuan dengan kejadian hipertensi pada lansia

Hasil penelitian yang didapatkan Karakteristik responden berdasarkan responden yang berpengetahuan baik sebanyak 31 responden (79,9 %) dengan Hasil uji *chi square* diperoleh nilai *p Value* 0,001 artinya terdapat hubungan pengetahuan dengan kejadian Hipertensi di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Tanjung Baru tahun 2022. Penelitian ini selaras dengan hasil dari penelitian (Zaenurrohmah & Rachmayanti, 2017). Seluruh lansia sudah melakukan tindakan pengendalian dengan baik. Berdasarkan tabel 4 dapat diketahui bahwa pengetahuan lansia 70,2% cukup dan ini sejalan dengan tindakan pengendalian yang baik. Sejumlah 29,7% lansia yang memiliki pengetahuan yang baik, melakukan tindakan pengendalian yang baik. Dewi Anggraini & Nia Aprilia, 2019) bahwa dari 70 orang penderita hipertensi terdapat 47 orang (67,1%) pengetahuan baik dan hasil penelitian didapatkan ada hubungan pengetahuan penderita hipertensi tentang hipertensi dengan nilai  $p = (0,014) \leq (0,05)$ .

Lansia pada umumnya telah melakukan tindakan baik secara sadar ataupun tidak mereka sadari. Tindakan sudah menjadi aktivitas yang biasa mereka lakukan. Lansia seringkali menjaga konsumsi makan mereka (Zaenurrohmah & Rachmayanti, 2017). Berdasarkan hasil

penelitian, teori yang ada, dan penelitian terkait maka peneliti berasumsi kelompok lansia rentan dalam menghadapi berbagai infeksi. Lansia sering mengalami infeksi terjadi karena penurunan produksi immunoglobulin sebagai antibodi dan menurunnya respons sistem kekebalan tubuh, adanya penyakit penyerta yang timbul setelah terjadinya penurunan fungsi organ tubuh dan struktur, gangguan fungsional tubuh, mal-nutrisi yang menyebabkan rentan terkena penyakit infeksi, dan kondisi sanitasi lingkungan yang buruk.

### **Hubungan status gizi dengan kejadian hipertensi pada lansia**

Hasil penelitian yang didapatkan Karakteristik responden berdasarkan responden yang status gizi sebanyak 20 responden (90,0 %) dengan Hasil uji *chi square* di dapatkan *p Value* 0,000 artinya terdapat hubungan status gizi dengan kejadian Hipertensi di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Tanjung Baru tahun 2022. Penelitian ini selaras dengan hasil dari penelitian (Langingi, 2021) Tentang Hubungan Status Gizi Lansia Dengan Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Paniki Bawah Kecamatan Mapanget Kota Manado Tahun 2015 merupakan salah satu faktor yang memicu timbulnya penyakit hipertensi karena status gizi tidak merata dari hasil penelitian didapatkan *p value* 0,0002 artinya ada Hubungan Status Gizi Lansia Dengan Hipertensi.

Penelitian Ake Royke Calvin Langingi (2021) menunjukkan bahwa dari 32 Responden (100%) didapatkan Status Gizi Normal 3 orang (9,4%) yang mempunyai Hipertensi Derajat 1 dan ada hubungan status gizi dengan derajat hipertensi pada lansia, yaitu di peroleh nilai  $P=0,003$  Penelitian Saputri, R. K., Al-Bari, A., & Kusuma, R. I. (2021) diperoleh nilai *r* sebesar 0.507 dan nilai *p* sebesar 0.000 yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan korelasi yang kuat antara status gizi dengan kejadian hipertensi remaja. Berdasarkan penelitian yang di lakukan oleh Asrinawaty dan Norfai (2014) dalam (Langingi, 2021). Status gizi adalah keadaan kesehatan individu-individu atau kelompok -kelompok yang ditentukan oleh derajat kebutuhan fisik akan energi dan zat gizi yang diperoleh dari pangan dan makanan yang dampak fisiknya diukur secara antropometri. Gizi lebih meningkatkan resiko terjadinya hipertensi karena beberapa sebab. Makin besar massa tubuh, makin banyak darah yang dibutuhkan untuk memasok oksigen dan makanan ke jaringan tubuh. Ini berarti volume darah yang beredar melalui pembuluh darah menjadi meningkat sehingga memberi tekanan lebih besar pada dinding arteri, yang akan menimbulkan terjadinya kenaikan tekanan darah.

Berdasarkan penelitian, teori dan penelitian terkait bahwa pada lansia yang memiliki Status Gizi berlebih cenderung memiliki tekanan darah tinggi dari pada yang memiliki status gizi kurang dan normal. Tetapi pada Status Gizi Kurang, Normal, Lebih dan Obesitas ada yang mengalami Hipertensi Derajat 1 dan Derajat 2 di karenakan salah satu faktor adalah riwayat keluarga, faktor genetik, dan Konsumsi penyedap rasa berlebih dapat menyebabkan hipertensi primer juga dan riwayat keluarga mempunyai resiko yang lebih besar untuk memiliki tekanan darah tinggi dibandingkan dengan keluarga tanpa adanya riwayat. Diharapkan lansia dapat menjaga pola makan gizi seimbang serta perlunya dukungan dari pihak keluarga untuk menumbuhkan kesadaran akan pentingnya kesehatan sekaligus mengajak lansia agar dapat memeriksakan kesehatannya ke posyandu terdekat.

### **SIMPULAN**

Hasil penelitian yang telah di lakukan dan pembahasan yang telah dikemukakan, maka dapat di tarik kesimpulan bahwa ada hubungan pengetahuan dan status gizi dengan kejadian Hipertensi di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Tanjung Baru tahun 2022.

## DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto.S. (2020). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Brawland.F. (2019). *Aplikasi Asuhan Keperawatan Berdasarkan Diagnosa Medis dan Nanda Nic-Noc*. Jogjakarta: Media Action.
- Harahap, D. A., Aprilia, N., & Muliati, O. (2019). Hubungan Pengetahuan Penderita Hipertensi Tentang Hipertensi Dengan Kepatuhan Minum Obat Antihipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Kampa Tahun 2019. *Jurnal Ners*, 3(2), 97–102.
- Langingi, A. R. (2021). Hubungan Status Gizi Dengan Derajat Hipertensi. *Community of Publishing In Nursing (COPING)*.
- Langingi, A. R. (2021). Hubungan status gizi dengan derajat hipertensi pada lansia di desa tombolango kecamatan lolak. *Community of Publishing In Nursing*, 12.
- Maulidina, F. H. (2019). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Jati Luhur Bekasi Tahun 2018. *ARKESMAS*, 7.
- Saputri, R. K., Al-Bari, A., & Kusuma, R. I. (2021). Hubungan Status Gizi dan Aktivitas Fisik dengan Kejadian Hipertensi Remaja. *Jurnal Gizi 10* (2).
- Utami, B. S., Utami, T., & Siwi, A. S. (2020). Hubungan Riwayat Hipertensi Dan Status Gizi Dengan Kejadian Preeklamsia Pada Ibu Hamil : Literature Review. *Jurnal Ilmu Keperawatan Maternitas*, 7.
- Zaenurrohmah, D. H. (2017). Hubungan Pengetahuan Dan Riwayat Hipertensi Dengan Tindakan Pengendalian Tekanan Darah Pada Lansia. *Jurnal Berkala Epidemiologi*, Volume 5, 11.

