

## HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN TENTANG HIPERTENSI DENGAN TINGKAT KONSUMSI KALIUM PADA LANJUT USIA DI PANTI WERDHA KOTA MANADO

Kristamuliana<sup>1</sup>, Mario Esau Katuuk<sup>2</sup>, Septriani Renteng<sup>3</sup>

<sup>1-3</sup> Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran  
Universitas Sam Ratulangi Manado

Corresponding author: [kristamuliana@unsrat.ac.id](mailto:kristamuliana@unsrat.ac.id)

### ABSTRAK

**Latar Belakang:** Hipertensi adalah salah satu penyakit yang banyak diderita di seluruh dunia termasuk lanjut usia. Pengetahuan lansia yang baik mengenai hipertensi diyakini dapat mengubah pola hidup lansia itu sendiri termasuk pola makan sehingga hipertensi pada lansia dapat dicegah ataupun dikontrol

**Tujuan:** Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan tingkat pengetahuan mengenai hipertensi dengan tingkat konsumsi kalium pada lansia di Panti Werdha di Kota Manado.

**Metode:** Penelitian ini menggunakan desain *cross sectional* dengan jumlah sampel adalah 60 lansia yang diperoleh melalui teknik total sampling. Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner yang terdiri dari *Hypertension Knowledge Level Scale (HK-LS)* untuk mengukur tingkat pengetahuan dan FFQ (Food Frequency Questionnaire) untuk mengukur tingkat konsumsi kalium.

**Hasil:** Hasil penelitian menunjukkan ada hubungan antara tingkat pengetahuan mengenai hipertensi dengan tingkat konsumsi kalium pada lansia di Panti Werdha di Kota Manado dengan P value 0,001 ( $\alpha < 0,005$ ).

**Kesimpulan:** Ada hubungan antara tingkat pengetahuan dengan tingkat konsumsi kalium pada lansia di Panti Werdha di Kota Manado. Diharapkan intitusi pelayanan kesehatan dapat menjangkau lanjut usia yang masih kurang pengetahuan mengenai hipertensi untuk diberikan edukasi terkait hipertensi, sehingga lansia-lansia tersebut dapat lebih memahami mengenai hipertensi dan dapat melakukan pencegahan ataupun perawatan

**Keywords:**

Lanjut usia; hipertensi; pengetahuan; kalium.

## ABSTRACT

**Background:** Hypertension is a disease that is widely suffered throughout the world including the older adult. Good knowledge of the older adult about hypertension is believed to change their lifestyle including diet so that hypertension in the older adult can be prevented or controlled.

**Objective:** The purpose of this study was to determine the relationship between the level of knowledge about hypertension and the level of potassium consumption in the older adult at Nursing Homes in Manado City.

**Methods:** This study used a cross-sectional design with a sample size are 60 older adults obtained through a total sampling technique. Data collection used a questionnaire consisting of the Hypertension Knowledge Level Scale (HK-LS) to measure the level of knowledge and FFQ (Food Frequency Questionnaire) to measure the level of potassium consumption.

**Results:** The results showed that there was a relationship between the level of knowledge about hypertension and the level of potassium consumption in the older adult at Nursing Homess in Manado City with a P value is 0.001 ( $\alpha < 0.005$ ).

**Conclusion:** There was a relationship between the level of knowledge and the level of potassium consumption in the older adult at the Nursing Homes in Manado City. It is hoped that healthcare institutions can reach older adults who still lack knowledge about hypertension to be given education related to hypertension so that these older adults can better understand hypertension and prevent or treat it.

Keywords:

Older adult; hypertension, knowledge, pottasium

## **PENDAHULUAN**

Hipertensi adalah salah satu penyakit yang banyak diderita di seluruh dunia termasuk lanjut usia (lansia). Setiap individu yang telah mencapai usia lansia memiliki risiko untuk menderita hipertensi. Prevalensi hipertensi pada lanjut usia di Amerika mencapai 70,8% (Miller, 2012). Di China, khususnya di distrik Channing dilaporkan prevalensi lansia yang menderita hipertensi sebesar 59,9% (Yang et al., 2017). Sementara itu, prevalensi hipertensi pada lansia di Raipur India sebesar 50% (Alam et al., 2015). Di Indonesia sendiri menurut hasil Riset Kesehatan Dasar 2018 prevalensi hipertensi pada usia 55 – 64 tahun sebesar 55,23%, usia 65 – 74 tahun sebesar 63, 22% dan usia 75 tahun ke atas sebesar 69,53%. Sementara itu, untuk Sulawesi Utara prevalensi hipertensi pada usia 55 – 64 tahun sebesar 36,87%, usia 65 – 74 tahun sebesar 45,04% dan usia 75 tahun ke atas sebesar 46,92% (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2018; Riskesdas Sulawesi Utara, 2018).

Balai Penyantunan Sosial Lanjut Usia Terlantar “Senja Cerah” dan Lembaga Kesejahteraan Sosial Lanjut Usia “Damai” adalah 2 (dua) Panti Werdha yang berlokasi di Kota Manado. Sulawesi Utara. Hasil survey yang dilaksanakan pada bulan Februari 2023 menunjukkan bahwa kedua panti ini memiliki prevalensi hipertensi yang cukup tinggi, yang mana di Balai Penyantunan Sosial Lanjut Usia Terlantar “Senja Cerah” terdapat sekitar 50% lansia yang menderita Hipertensi dan di Lembaga Kesejahteraan Sosial Lanjut Usia “Damai” terdapat sekitar 30% lansia yang menderita hipertensi.

Hipertensi pada lanjut usia dapat terjadi karena adanya 2 (dua) faktor yang saling berkaitan yaitu faktor terkait usia dan faktor risiko. Faktor terkait usia adalah kondisi di mana lansia mengalami perubahan atau penurunan fungsi-fungsi tubuh akibat penuaan. Peningkatan kekakuan arteri serta berkurangnya elastisitas otot jantung dan pembuluh darah menyebabkan peningkatan kerentanan lansia terhadap hipertensi. Kondisi ini disebut perubahan terkait usia, dan merupakan kondisi yang tidak dapat diubah ataupun dimodifikasi. Sementara itu, faktor risiko adalah hal-hal yang masih mungkin untuk diubah ataupun dimodifikasi untuk mencegah hipertensi, mengontrol tekanan darah ataupun mencegah terjadinya komplikasi dari hipertensi. Kurang aktivitas, obesitas, pola makan, kebiasaan merokok, kebiasaan mengkonsumsi alkohol, stress atau depresi dan kurangnya pengetahuan tentang hipertensi itu sendiri adalah faktor risiko dari hipertensi (Allender et al., 2014; Miller, 2012; Webb & Incho, 2007; Williams, 2012)

Mengidentifikasi faktor risiko serta mencari penyebabnya adalah salah satu hal yang dapat dilakukan sebagai langkah awal untuk menjaga kondisi lansia dengan hipertensi agar tetap stabil bahkan mencegah terjadinya komplikasi. Salah satu faktor risiko dari hipertensi yang dapat diidentifikasi dan dimodifikasi adalah kurang pengetahuan. Kurang pengetahuan tentang hipertensi diyakini memiliki andil dalam upaya lansia untuk mencegah hipertensi dan menjaga kestabilan tekanan darahnya. Adapun upaya yang dapat dilakukan lanjut usia dalam mencegah hipertensi dan menjaga kestabilan tekanan darah adalah dengan menjaga pola makan dan aktivitas fisik.

Hasil penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa pengetahuan lansia tentang hipertensi di Kota Manado masih tergolong kurang. Sebanyak 71,1% lansia khususnya yang berada di Wilayah kerja Puskesmas Wenang memiliki pengetahuan rendah mengenai hipertensi (Kristamuliana et al., 2022). Mengacu pada data yang menunjukkan tingginya angka hipertensi pada lansia di Sulawesi Utara, serta masih rendahnya pengetahuan lansia tentang hipertensi sebagai salah satu faktor risiko hipertensi, maka dapat disimpulkan bahwa salah satu faktor penyebab tingginya angka hipertensi pada lansia di Sulawesi utara adalah karena pengetahuan lansia tentang hipertensi masih rendah. Secara umum, tingkat pengetahuan dengan kejadian hipertensi tidak terhubung secara langsung, namun individu dalam hal ini lansia yang memiliki pengetahuan yang baik diyakini dapat melakukan tindakan pencegahan hipertensi ataupun upaya menjaga tekanan darah tetap stabil sesuai dengan pengetahuan yang dimilikinya tentang hipertensi. Pengetahuan yang dimaksud termasuk pengetahuan mengenai makanan.

### TUJUAN PENELITIAN

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan tingkat pengetahuan mengenai hipertensi dengan konsumsi kalium pada lanjut usia dengan di Panti Werdha di Kota Manado.

### METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain *cross sectional* untuk mempelajari hubungan antara antar faktor-faktor dengan cara pendekatan, observasional, atau pengumpulan data. Penelitian *cross-sectional* hanya mengumpulkan data sekali saja dan pengukuran dilakukan terhadap variabel subjek pada saat penelitian. Penelitian dilaksanakan di Panti Werdha di Kota Manado, yaitu Balai Penyantunan Sosial Lanjut Usia Terlantar “Senja Cerah” dan Lembaga Kesejahteraan Sosial Lanjut Usia “Damai”. Adapun populasi dalam penelitian ini lanjut usia yang tinggal di kedua Panti tersebut dengan kriteria inklusi adalah lansia yang tidak mengalami demensia. Teknik sampling menggunakan total sampling dengan jumlah sampel 60 lansia. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Hypertension Knowledge Level Scale (HK-LS)* untuk mengukur tingkat pengetahuan dan FFQ (Food Frequency Questionnaire) untuk mengukur tingkat konsumsi kalium. Etika penelitian yang diterapkan antara lain *informed consent*, *anonymity*, *confidentiality* dan *justice*.

### HASIL

#### Karakteristik Responden

Tabel 1. Karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin dan usia

Karakteristik	N	%
<b>Jenis Kelamin</b>		
Laki-laki	12	20
Perempuan	48	80
<b>Total</b>	<b>60</b>	<b>100</b>
<b>Usia</b>		
60 – 74	24	40
75 – 90	33	55
> 90	3	5

<b>Total</b>	<b>60</b>	<b>100</b>
--------------	-----------	------------

Sumber: data primer

Data pada tabel di atas menunjukkan bahwa jenis kelamin terbanyak dari responden dalam penelitian ini adalah perempuan yaitu sebesar 48 (80%) responden. Adapun usia responden terbanyak adalah di usia old (75 – 90 tahun) sebesar 33 (55%) responden.

### Analisis Univariat

Tabel 2. Tingkat pengetahuan lansia tentang hipertensi dan tingkat konsumsi kalium lansia yang tinggal di Panti di Kota Manado

Variabel	n	%
<b>Tingkat Pengetahuan</b>		
Baik	36	60
Kurang	24	40
Total	60	100
<b>Tingkat Konsumsi kalium</b>		
Tinggi	32	53,3
Sedang	28	46,7
Rendah	0	0
Total	60	100

Sumber: data primer 2023

Tabel di atas menunjukkan bahwa sebagian besar lanjut usia yang tinggal di Panti di Kota Manado sudah memiliki pengetahuan yang baik tentang hipertensi yaitu sebesar 36 (60%) responden. Hal yang sama terjadi pada tingkat konsumsi kalium yang mana sebagian besar responden yaitu sebesar 32 (53,3%) responden memiliki tingkat konsumsi yang tinggi terhadap kalium, bahkan tidak satupun lansia yang tingkat konsumsinya rendah.

### Analisis Bivariat

Tabel 2. Hubungan tingkat pengetahuan lansia tentang hipertensi dengan tingkat konsumsi kalium lansia yang tinggal di Panti di Kota Manado

Tingkat Pengetahuan	Tingkat Konsumsi Kalium						Nilai P
	Tinggi		Sedang		Total		
	n	%	n	%	N	%	
Baik	13	36,1	23	63,9	36	60	<b>0,001</b>
Kurang	19	79,2	5	20,8	24	40	
Total	32	53,3	28	46,7	60	100	

Uji *Chi Square*

Tabel di atas menunjukkan hasil uji *chi square* antara tingkat pengetahuan mengenai hipertensi dengan tingkat konsumsi kalium pada lansia yang tinggal di Panti Werdha di Kota Manado. Hasil uji statistik menunjukkan nilai P = 0,001 atau < 0,005, sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara tingkat pengetahuan mengenai hipertensi

dengan tingkat konsumsi kalium pada lansia yang tinggal di Panti Werdha di Kota Manado.

## **PEMBAHASAN**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan mengenai hipertensi memiliki hubungan dengan tingkat konsumsi kalium pada lansia di Panti Werdha di Kota Manado. Berdasarkan hasil uji univariat, didapatkan data bahwa sebagian besar lanjut usia yang tinggal di Panti di Kota Manado memiliki pengetahuan yang baik mengenai hipertensi. Hal ini sejalan dengan beberapa penelitian mengenai pengetahuan lansia tentang hipertensi yang telah dilakukan sebelumnya. Penelitian yang dilaksanakan di PSTW Budi Luhur Bantul Yogyakarta menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan lansia tentang hipertensi di Panti tersebut dominan pada kategori baik yaitu sebesar 70,4% (Irianti et al., 2021). Penelitian lainnya yang dilaksanakan di Wilayah kerja Puskesmas Walantaka Surakarta menunjukkan bahwa sebanyak 63,5% penderita hipertensi di Wilayah kerja Puskesmas tersebut berada pada kategori baik (Agita & Wijayanti, 2022). Pengetahuan yang baik yang baik, tentu saja sangat dipengaruhi oleh informasi yang didapatkan oleh lansia. Hasil wawancara dengan mengelola kedua panti menunjukkan bahwa kedua Panti tersebut mendapatkan kunjungan rutin untuk penyuluhan kesehatan baik dari pelayanan kesehatan maupun dari lembaga swadaya masyarakat. Adanya kunjungan rutin tersebut diyakini dapat meningkatkan pengetahuan lansia tentang hipertensi. Hal ini pula yang menyebabkan lansia yang tinggal di kedua Panti tersebut memiliki tingkat konsumsi yang tinggi terhadap kalium. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan di Panti Werdha Budhi Dharma Yogyakarta. Penelitian ini menunjukkan bahwa ada pengaruh penyuluhan kesehatan terhadap tentang hipertensi terhadap tindakan pencegahan hipertensi pada lansia (Wahyuni & Warsono., 2017). Penelitian yang sama dilakukan di Puskesmas Dau Kabupaten Malang menunjukkan bahwa ada pengaruh pendidikan kesehatan mengenai hipertensi dengan perubahan gaya hidup pada lansia (Sari & Priyantari, 2019).

Hasil analisis bivariat menunjukkan bahwa ada hubungan antara tingkat pengetahuan dengan tingkat konsumsi kalium pada lansia di Panti Werdha di Kota Manado dengan nilai  $P = 0,001$ . Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan di Banda Aceh mengenai hubungan tingkat pengetahuan dengan perilaku lansia dalam menjalani diet hipertensi dengan nilai  $P = 0,000$  (Maisarah et al., 2022). Penelitian lain yang juga mendukung hasil penelitian ini adalah penelitian yang dilakukan di Jember, yang mana penelitian tersebut meneliti hubungan antara pengetahuan, sikap, dan tindakan keluarga tentang diet rendah garam dengan konsumsi lansia hipertensi. Adapun hasil dari penelitian tersebut adalah terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan diet rendah garam dengan lemak, natrium, serat, kalium (Zaini et al., 2015).

Perilaku pencegahan hipertensi dalam hal ini tingkat konsumsi kalium dipengaruhi oleh tingkat pengetahuan lansia itu sendiri mengenai hipertensi. Pengetahuan yang baik diasumsikan dapat membentuk kebiasaan yang baik. Oleh karena lansia di kedua panti tersebut sebagian besar memiliki pengetahuan yang baik mengenai hipertensi, sehingga lansia-lansia tersebut dapat mengaplikasikan pengetahuan yang dimilikinya dalam kehidupan sehari-hari utamanya yang berhubungan dengan kesehatannya. Pengetahuan

tentang hipertensi dinilai berdasarkan 6 (enam) komponen, mengacu pada *Hypertension Knowledge Level Scale (HK-LS)* yang mana salah satu komponen pengetahuan yang diukur adalah diet. Diasumsikan bahwa dengan memahami masalah diet pada penderita hipertensi, maka dengan sendirinya lansia akan mulai mengatur pola makannya dan lebih banyak mengonsumsi makanan yang disarankan untuk lansia. Selain itu, karena penelitian ini dilakukan di Panti Werdha, makanan yang dimakan oleh lansia sehari-hari sebagian besar adalah makanan yang disiapkan oleh panti, yang tentu saja sudah memiliki aturan terkait jenis, jumlah dan penyajiannya.

## KESIMPULAN

Kesimpulan yang dapat ditarik dari penelitian ini adalah ada hubungan antara tingkat pengetahuan dengan tingkat konsumsi kalium pada lansia di Panti Werdha di Kota Manado. Diharapkan intitusi pelayanan kesehatan dapat menjangkau lanjut usia yang masih kurang pengetahuan mengenai hipertensi untuk diberikan edukasi terkait hipertensi, sehingga lansia-lansia tersebut dapat lebih memahami mengenai hipertensi dan dapat melakukan pencegahan ataupun perawatan. Untuk peneliti selanjutnya diharapkan bisa melakukan penelitian yang sama untuk lansia yang tinggal dengan keluarga, agar diperoleh perbandingan mengenai hubungan tingkat pengetahuan mengenai hipertensi dengan tingkat konsumsi kalium bagi lansia yang tinggal di Panti Werdha dengan lansia yang tinggal di Komunitas.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kepada Rektor Universitas Sam Ratulangi, melalui Ketua LPPM UNSRAT atas biaya yang diberikan untuk penelitian ini.

## REFERENSI

- Agita, T. T., & Wijayanti, A. C. (2022). *Indonesian Journal of Hubungan Tingkat Pengetahuan dan Sikap dengan Pengaturan Pola Makan pada Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Walantaka Abstrak*. 3(2), 52–61.
- Alam, N., Soni, G. P., Jain, K. K., Verma, S., & Panda, P. S. (2015). *Prevalence and determinants of hypertension in elderly population of Raipur city , Chhattisgarh*. 3(3), 568–573. <https://doi.org/10.5455/2320-6012.ijrms20150307>
- Allender, J. A., Rector, C., & Warner, K. D. (2014). *Community & Public Health Nursing: Promoting the Public's Health*. Wolters Kluwer, Lippincott Williams & Wilkins.
- Irianti, C. H., Antara, A. N., & Jati, M. A. S. (2021). Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Hipertensi dengan Tindakan Pencegahan Hipertensi di BPSTW Budi Luhur Bantul. *Jurnal Riset Daerah ...*, XXI(3). <https://ojs.bantulkab.go.id/index.php/jrd/article/view/56>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). Laporan Nasional RISKESDAS 2018. *Kementrian Kesehatan RI*, 1–582. <https://dinkes.kalbarprov.go.id/wp->

content/uploads/2019/03/Laporan-Riskesdas-2018-Nasional.pdf

- Kristamuliana, Simak, V. F., & Renteng, S. (2022). Pengetahuan Lanjut Usia Tentang Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Wenang Kota Manado. *Jurnal Ilmiah Keperawatan IMELDA*, 8(2), 102–106.  
<https://doi.org/10.52943/jikeperawatan.v8i2.1083>
- Maisarah, S., Ibrahim, & dkk. (2022). Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Perilaku Lanjut Usia Dalam Menjalani Diet Hipertensi. *JIM FKep*, VI(1), 83.
- Miller, A. C. (2012). *Nursing for Wellness in Older Adult* (Sixth Edit). Lippincott Williams & Wilkins.
- Riskesdas Sulawesi Utara. (2018). Laporan Provinsi Sulawesi utara Riskesdas 2018. In *Dinas Kesehatan Sulawesi utara*.  
<https://ejournal2.litbang.kemkes.go.id/index.php/lpb/article/view/3756>
- Sari, Y. R., & Priyantari, W. (2019). “Pengaruh pendidikan kesehatan tentang hipertensi terhadap pengetahuan lansia dalam mencegah hipertensi di panti wherdha budhi dharma Yogyakarta.” *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), 1689–1699.
- Wahyuni, R. T. D., & Warsono. (2017). Pengaruh Pendidikan Kesehatan tentang Hipertensi terhadap Perubahan Perilaku Gaya Hidup Klien Hipertensi di Puskesmas Dau Kabupaten Malang. *Journal Nursing News*, 2(3), 83–92.
- Webb, R. C., & Inscho, E. W. (2007). Age-Related Changes in the Cardiovascular System. *Hypertension in the Elderly, January*, 11–21. [https://doi.org/10.1007/978-1-59259-911-0\\_2](https://doi.org/10.1007/978-1-59259-911-0_2)
- Williams, P. (2012). *Basic Geriatric Nursing* (6th ed.). Elsevier.
- Yang, Z. Q., Zhao, Q., Jiang, P., Zheng, S. B., & Xu, B. (2017). Prevalence and control of hypertension among a Community of Elderly Population in Changning District of Shanghai: A cross-sectional study. *BMC Geriatrics*, 17(1), 1–9.  
<https://doi.org/10.1186/s12877-017-0686-y>
- Zaini, A., Ratnawati, L., & Ririanty, M. (2015). Hubungan Antara Pengetahuan, Sikap, Dan Tindakan Keluarga Tentang Diet Rendah Garam Dengan Konsumsi Lansia Hipertensi: Studi Di Wilayah Kerja Puskesmas Pakusari Kabupaten Jember. *Universitas Jember*, 1–7.  
[http://repository.unej.ac.id/bitstream/handle/123456789/62315/Azifah Zaini - 102110101068\\_1.pdf?sequence=1](http://repository.unej.ac.id/bitstream/handle/123456789/62315/Azifah%20Zaini%20-%20102110101068_1.pdf?sequence=1)