

**EFEKTIFITAS EDUKASI SUPORTIF TERHADAP KEPATUHAN
DIET HIPERTENSI PADA LANSIA DI DESA KATEMAS
KECAMATAN KUDU KABUPATEN JOMBANG**

Ady Pradana Putra

Program Studi S1 Keperawatan STIKES Majapahit Mojokerto
adypradanaputra18@gmail.com

Atikah Fatmawati

Program Studi S1 Keperawatan STIKES Majapahit Mojokerto
tikaners87@gmail.com

Dwiharini Puspitaningsih

Program Studi S1 Keperawatan STIKES Majapahit Mojokerto
dwiharini.pus@gmail.com

Abstrak

Banyak persepsi yang salah dari masyarakat mengenai penyakit hipertensi mulai dari penyakit hipertensi tidak perlu penanganan yang serius, tidak perlu mengatur diet dan semakin tua semakin tinggi batas tekanan darah normalnya, padahal salah satu penatalaksanaan yang harus dilakukan adalah dengan merencanakan pola diet bagi penderita hipertensi. Tujuan penelitian untuk mengetahui efektifitas Edukasi Suportif Terhadap Kepatuhan Diet Hipertensi Pada Lansia Di Desa Katemas Kecamatan Kudu Kabupaten Jombang. Desain penelitian ini adalah *Pra Eksperiment* dengan pendekatan *Pretest post test group design*. Populasi penelitian yaitu Seluruh lansia yang menderita hipertensi di Desa Katemas Kecamatan Kudu Kabupaten Jombang sebanyak 98 lansia. Sampel diambil dengan menggunakan Teknik *cluster random sampling* sebanyak 79 responden. Data dikumpulkan dengan instrumen kuesioner kepatuhan diet dan hasil diuji dengan uji Wilcoxon. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat peningkatan kepatuhan diet responden sebelum dan sesudah diberikan edukasi suportif dimana pada responden yang patuh dari 25 responden (31,65) menjadi 60 responden (75,9%). Berdasarkan hasil uji Wilcoxon didapatkan nilai $P = 0,001 < \alpha = 0,005$ maka H_1 diterima hal ini berarti edukasi suportif efektif diberikan terhadap kepatuhan diet pada lansia dengan hipertensi di Desa Katemas Kecamatan Kudu Kabupaten Jombang. Edukasi yang diberikan tentang diet hipertensi dapat meningkatkan pengetahuan responden tentang makanan yang boleh atau tidak dikonsumsi ditunjang dengan pemberian dukungan kepada lansia membuat lansia termotivasi untuk mematuhi pengaturan diet dengan baik.

Kata Kunci : Edukasi, Kepatuhan, Hipertensi, Lansia

Abstract

Many public misconceptions about hypertension include the belief that it doesn't require serious treatment, that dieting isn't necessary, and that normal blood pressure levels increase with age. However, one of the key management strategies for hypertension sufferers is a well-planned diet. The purpose of this study was to determine the effectiveness of supportive education on hypertension diet adherence among the elderly in Katemas Village, Kudu District, Jombang

Regency. This study used a pra-experimental design with a pretest/posttest group design. The study population consisted of 98 elderly people with hypertension in Katemas Village, Kudu District, Jombang Regency. A cluster random sampling technique was used to select 79 respondents. Data were collected using a diet adherence questionnaire, and the results were tested using the Wilcoxon test. The results showed an increase in dietary adherence before and after supportive education, with the number of compliant respondents increasing from 25 (31.6%) to 60 (75.9%). Based on the Wilcoxon test results, the value of $P = 0.001 < \alpha = 0.005$ was obtained, so H_1 was accepted. This means that supportive education was effectively provided to dietary compliance in elderly people with hypertension in Katemas Village, Kudu District, Jombang Regency. Education provided about hypertension diet can increase respondents' knowledge about foods that can or cannot be consumed. Support provided to the elderly makes them motivated to comply with dietary arrangements properly.

Keywords : Education, Adherence, Hypertention, Elderly

PENDAHULUAN

Penurunan fungsi normal tubuh menjadi hal yang tidak dapat dihindari Ketika memasuki usia lanjut sehingga membuat lansia lebih berisiko terhadap masalah kesehatan, baik secara biologis maupun psikologis. Masalah kesehatan yang sering terjadi pada lansia diantaranya adalah hipertensi (Ariani, 2020). Banyak persepsi yang salah dari masyarakat mengenai penyakit hipertensi mulai dari penyakit hipertensi tidak perlu penanganan yang serius, penyakit yang mudah sembuh, tidak perlu mengatur diet dan semakin tua semakin tinggi batas tekanan darah normalnya, padahal salah satu penatalaksanaan yang harus dilakukan adalah dengan merencanakan pola diet bagi penderita hipertensi. Namun seringkali penderita terutama pada lansia tidak mematuhi pola diet yang telah di terapkan oleh petugas kesehatan (Herawati, et al. 2022). Kepatuhan diet lansia yang mengalami hipertensi dapat ditingkatkan melalui edukasi kesehatan yang bertujuan untuk mendukung pemeliharaan dan peningkatan kesejahteraan secara keseluruhan, dan mengarah pada peningkatan kemandirian hidup sehat pada penderita hipertensi (Purnamasari, 2022)

Menurut American Heart Association (AHA), masyarakat Amerika yang berusia diatas 20 tahun menderita hipertensi mencapai angka hingga 74,5 juta jiwa, Namun hampir sekitar 95% kasus tidak diketahui penyebabnya (WHO, 2023). Angka kejadian hipertensi di Indonesia mencapai 36%. Dari Riset Kesehatan Dasar Indonesia, prevalensi kejadian hipertensi sebesar 34.1% (Kemenkes RI, 2023). Berdasarkan data dari SIRS (Sistem Informasi Rumah Sakit) tahun 2023, kasus hipertensi merupakan kasus penyakit tidak menular terbanyak di Jawa Timur yaitu sebanyak 195.225 kasus. Prevalensi penyakit hipertensi mencapai 26,2% dengan usia penderita hipertensi tertinggi terdapat pada kelompok lansia, salah satu kabupaten di Jawa Timur yang memiliki jumlah penderita hipertensi yang tinggi yaitu kabupaten Mojokerto dengan angka prevalensi 18,34% pada tahun 2023 (Dinkes Prov Jatim , 2023).

Menurut Siswanto (2024) menjelaskan bahwa sebanyak 26,2% masyarakat indonesia yang mengkonsumsi garam berlebih, konsumsi makanan yang mengandung garam tinggi cenderung membuat orang mengonsumsi makanan yang lebih banyak. Berdasarkan data Survei Diet Total, rerata konsumsi garam

masyarakat Indonesia usia >18 tahun adalah 6,8 gram dan natrium sebanyak 2700 mg, jumlah ini tidak sesuai dengan jumlah yang dianjurkan WHO yaitu untuk membatasi konsumsi sodium 2.400 mg atau sekitar 1 sendok teh garam per hari (Siswanto, 2014). Oktoviani (2019) dalam penelitiannya menunjukkan bahwa dari 206 lansia yang tidak mengikuti pengelolaan diet, terdapat 54,1% di antaranya mengalami tekanan darah tinggi, dengan persentase mencapai 57,3%. Lansia dengan pengelolaan diet yang tidak optimal memiliki risiko ketidakstabilan tekanan darah yang 4,9 kali lebih tinggi dibandingkan dengan lansia yang menerapkan pengelolaan diet yang baik.

Jumlah lansia yang mengalami Hipertensi di Desa Katemas Kecamatan Kudu Kabupaten Jombang sebanyak 86 lansia yang mengalami hipertensi pada tahun 2024. Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan terhadap 10 lansia didapatkan data 6 lansia (60%) menyatakan mereka masih sering mengkonsumsi makanan yang asin -asin atau bersantan, dan 4 lansia (40%) menyatakan sudah berusaha untuk menghindari makanan yang banyak mengandung garam dan juga berkuah atau bersantan, serta mengingatkan kepada keluarga di rumah untuk tidak menyajikan makanan seperti itu.

Hipertensi dapat dikelola secara efektif melalui kombinasi intervensi farmakologis dan non-farmakologis. Penatalaksanaan farmakologis biasanya melibatkan penggunaan obat antihipertensi. Pendekatan non farmakologi dengan cara pengendalian pola makan (diet), pengurangan asupan garam, peningkatan konsumsi kalium dan magnesium, serta aktivitas fisik yang teratur. Untuk memfasilitasi kepatuhan terhadap manajemen diet pada individu dengan hipertensi, sangat penting untuk menerapkan strategi perubahan perilaku. Salah satu pendekatan yang efektif adalah melalui edukasi yang dirancang untuk mendukung pemeliharaan dan peningkatan kesejahteraan secara keseluruhan, yang mengarah pada peningkatan kemandirian dan hidup sehat. Selain itu, edukasi kesehatan berfungsi untuk mendorong pemanfaatan sumber daya dan fasilitas kesehatan secara bertanggung jawab (Purnamasari, 2022). Menurut penelitian Mariana et al., (2022), kepatuhan diet hipertensi dan pengontrolan tekanan darah dapat dilakukan dengan edukasi. Mujito (2022) menjelaskan bahwa edukasi suportif berbeda dengan edukasi kesehatan pada umumnya karena bukan hanya aspek kognitif pasien yang ditingkatkan namun juga berfokus pada pemberian dukungan, bimbingan, dan pengajaran bagi pasien. Edukasi ini bertujuan membantu individu melakukan tindakan perawatan diri, melalui tahap *teaching*, *guiding*, *supporting*, dan *developmental environment*. Astutik (2021) menjelaskan bahwa hipertensi yang tidak ditangani dengan baik, dapat menyebabkan komplikasi seperti gagal jantung, stroke, aneurisma, masalah mata dan ginjal, serta sindrom metabolik, yang dapat menyebabkan kematian.

Upaya untuk mengatasi penyakit hipertensi pemerintah menetapkan program yang disebut “CERDIK” yang mengajak masyarakat untuk menjaga kebiasaan hidup sehat. “CERDIK” adalah slogan kesehatan yang setiap hurufnya memiliki arti yaitu: Cek kesehatan secara berkala, Enyahkan asap rokok, Rajin aktivitas fisik, Diit sehat dengan kalori seimbang, Istirahat yang cukup, Kelola stress. Dengan menerapkan perilaku “CERDIK” dapat mengurangi faktor resiko dan deteksi dini PTM (Saraswati & Novianti, 2020). Berdasarkan penjelasan pada latar belakang diatas maka penulis tertarik untuk emngulas permasalahan tersebut dalam karya ilmiah dengan judul “Efektifitas Edukasi Suportif Terhadap Kepatuhan

Diet Hipertensi Pada Lansia Di Desa Katemas Kecamatan Kudu Kabupaten Jombang”.

METODE PENELITIAN

Desain penelitian ini adalah *Pra Eksperiment* dengan pendekatan *Pretest post test group design*. Populasi penelitian yaitu Seluruh lansia yang menderita hipertensi di Desa Katemas Kecamatan Kudu Kabupaten Jombang sebanyak 98 lansia. Sampel diambil dengan menggunakan Teknik *cluster random sampling* sebanyak 79 responden. Data dikumpulkan dengan instrumen kuesioner kepatuhan diet dan hasil diuji dengan uji Wilcoxon.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

1. Data Umum

a. Karakteristik Responden Berdasarkan Data Umum

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan data umum di Desa Katemas Kecamatan Kudu Jombang Bulan Agustus 2025

Data Umum	Jumlah	Persentase
Usia		
Lansia (55-65)	43	54.4
Lansia Muda (66-74)	36	45.6
Lansia Tua (≥ 75)	0	0
Jenis Kelamin		
Laki-laki	29	36,7
Perempuan	50	63,3
Pendidikan		
Dasar (SD, SLTP)	62	78.4
Menengah (SLTA, MAN)	17	21,5
Tinggi (D3, S1,S2)	0	0
Pekerjaan		
Bekerja	24	30.4
Tidak Bekerja	55	69.6
Lama Menderita		
1-5 tahun	14	17.7
5-10 tahun	42	53.2
> 10 tahun	23	29.1
Jumlah	79	100

Tabel 1 menunjukkan berdasarkan usia diperoleh data sebagian besar responden berusia lansia (55-65 tahun) sebanyak 43 responden (54,4%). Berdasarkan jenis kelamin diperoleh data sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 50 responden (63,3%). Berdasarkan pendidikan diperoleh data hampir seluruhnya responden mempunyai latar belakang Pendidikan Dasar (SD,SLTP) sebanyak 62 responden (78,4%). Berdasarkan pekerjaan diperoleh data sebagian besar responden tidak mempunyai pekerjaan sebanyak 55 responden (69,6%). Berdasarkan lama menderita diperoleh data sebagian besar responden sudah menderita hipertensi selama 5-10 tahun sebanyak 42 responden (53,2%).

2. Data Khusus

- a. Kepatuhan diet pada lansia dengan hipertensi sebelum diberikan edukasi suportif

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kepatuhan diet pada lansia dengan hipertensi sebelum diberikan edukasi suportif di Desa Katemas Kecamatan Kudu Jombang Bulan Agustus 2025

No	Kepatuhan diet sebelum	Frekuensi	Prosentase (%)
1	Tidak Patuh	54	68.4
2	Patuh	25	31.6
Jumlah		79	100

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan bahwa sebagian besar responden tidak patuh dalam menjalankan diet hipertensi sebelum diberikan edukasi suportif sebanyak 54 responden (68,4%).

- b. Kepatuhan diet pada lansia dengan hipertensi sesudah diberikan edukasi suportif

Tabel 3 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kepatuhan diet pada lansia dengan hipertensi sesudah diberikan edukasi suportif di Desa Katemas Kecamatan Kudu Jombang Bulan Agustus 2025

No	Kepatuhan diet sesudah	Frekuensi	Prosentase (%)
1	Tidak Patuh	19	24.1
2	Patuh	60	75.9
Jumlah		79	100

Berdasarkan tabel 3 menunjukkan bahwa sebagian besar responden patuh dalam menjalankan diet hipertensi sesudah diberikan edukasi suportif sebanyak 60 responden (75,9%).

- c. Tabulasi silang perbedaan Kepatuhan diet pada lansia dengan hipertensi sebelum dan sesudah diberikan edukasi suportif

Tabel 4 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Perbedaan Kepatuhan diet pada lansia dengan hipertensi sebelum dan sesudah diberikan edukasi suportif di Desa Katemas Kecamatan Kudu Jombang Bulan Agustus 2025

No	Kepatuhan diet	Sebelum		Sesudah	
		f	%	f	%
1	Tidak Patuh	54	68.4	19	24.1
2	Patuh	25	31.6	60	75.9
Jumlah		79	100	79	100
Negatif Rank		0			
Positive Rank		35			
Ties Rank		44			
		P = 0,001 $\alpha = 0,005$			

Berdasarkan tabel 4 menunjukkan bahwa terdapat peningkatan kepatuhan diet responden sebelum dan sesudah diberikan edukasi suportif dimana pada responden yang patuh dari 25 responden (31,65) menjadi 60 responden (75,9%). Berdasarkan hasil uji Wilcoxon didapatkan jumlah responden yang mengalami perubahan nilai positif (positif rank) sebanyak 35 orang dan yang tidak ada perubahan nilai kuesioner (ties) sebanyak 44 responden. Nilai $P = 0,001 < \alpha = 0,005$ maka H_1 diterima hal ini berarti edukasi suportif efektif diberikan terhadap kepatuhan diet pada lansia dengan hipertensi di Dusun Glugu Desa Katemas Kecamatan Kudu Kabupaten Jombang.

PEMBAHASAN

1. Kepatuhan diet pada lansia dengan hipertensi sebelum diberikan edukasi suportif

Hasil penelitian yang dilakukan terhadap 79 responden lansia yang menderita hipertensi tentang kepatuhan diet hipertensi didapatkan data pada tabel 2 bahwa sebagian besar responden tidak patuh dalam menjalankan diet hipertensi sebelum diberikan edukasi suportif sebanyak 54 responden (68,4%).

Menurut Zainiah (2022) menjelaskan bahwa Kepatuhan dipahami sebagai derajat perilaku pasien sehubungan dengan instruksi yang diberikan dalam bentuk terapi seperti pengobatan dan diet. Diet adalah faktor untuk menurunkan hipertensi. Orang dengan hipertensi harus patuh menjalani diet sesuai aturan sehingga dapat dicegahnya komplikasi. Tekanan darah pada penderita hipertensi bisa stabil dengan selalu disiplin melakukan diet hipertensi walaupun ada atau tidak adanya gejala hipertensi yang timbul.

Menurut asumsi peneliti responden pada penelitian ini sebagian besar tidak mematuhi diet yang harus dijalankan bagi penderita hipertensi sebelum diberikan edukasi suportif. Hal ini terjadi karena lansia merasa penyakit yang mereka alami nanti akan hilang dengan sendirinya ketika meminum obat sehingga mereka merasa menyepelekan aturan yang harus dijalankan terutama tentang makanan yang boleh atau tidak dikonsumsi. Kepatuhan diet ini terjadi karena dipengaruhi oleh faktor usia dan Pendidikan responden.

Berdasarkan tabel 1 diperoleh data sebagian besar responden berusia lansia (55-65 tahun) sebanyak 43 responden (54,4%). Tingkat pengetahuan dan pemahaman yang dimiliki oleh individu akan bertambah baik seiring dengan semakin produktifnya usia individu tersebut dan semakin cukup usia, maka tingkat kematangan dan kekuatan seseorang akan lebih matang dalam berfikir (Hilda, 2021). Menurut asumsi peneliti usia responden pada penelitian ini termasuk pada usia lansia awal sehingga mereka juga mempunyai pengalaman yang cukup terkait penyakit yang diderita akan tetapi Karena informasi yang diterima masih kurang cukup dan kurang dipahami sehingga mereka tidak mematuhi diet yang harus dijalankan bagi penderita hipertensi.

Berdasarkan tingkat Pendidikan didapatkan data pada tabel 1 yaitu hampir seluruhnya responden mempunyai latar belakang Pendidikan Dasar (SD,SLTP) sebanyak 62 responden (78,4%). Menurut Hilda (2021) menjelaskan bahwa Pengetahuan seseorang dipengaruhi banyak faktor seperti pendidikan, pengalaman dan fasilitas. Pendidikan inilah yang membuat seseorang untuk menerima dan mendapatkan informasi baik dari orang lain dan

media massa, bila informasi yang didapatkan banyak, maka semakin banyak pula pengetahuan seseorang tentang Kesehatan. Menurut asumsi peneliti latar belakang Pendidikan responden termasuk dalam kategori Pendidikan dasar sehingga responden masih kurang mampu memahami informasi yang diterima ketika tidak ada yang menagrahkan atau mendukung mereka dalam melaksanakan pencegahan penyakit hipertensi sehingga responden banyak yang tidak mematuhi terkait diet yang harus dijalankan bagi penderita hipertensi.

2. Kepatuhan diet pada lansia dengan hipertensi sesudah diberikan edukasi suportif

Hasil penelitian dengan memberikan edukasi suportif pada 79 responden lansia dengan hipertensi didapatkan data pada tabel 3 bahwa sebagian besar responden patuh dalam menjalankan diet hipertensi sesudah diberikan edukasi suportif sebanyak 60 responden (75,9%).

Menurut Nurazizah & Kurniawati (2023) bahwa Pasien yang memiliki kepatuhan diet hipertensi akan mematuhi anjuran yang diterapkan dalam menjalani diet hipertensi. Pelaksanaan diet hipertensi yang baik dapat menormalkan tekanan darah, seperti pengurangan konsumsi makanan tinggi garam dan berlemak. Sejalan dengan penelitian Liawati, dkk (2023) yang menyatakan bahwa Kepatuhan adalah suatu bentuk perilaku yang timbul akibat adanya interaksi antara petugas kesehatan dengan pasien, sehingga pasien mengerti dan memahami rencana dan segala konsekuensinya dan menyetujui rencana tersebut serta melaksanakannya. Diet hipertensi salah satu metode untuk mengatasi kekambuhan hipertensi tanpa efek samping yang serius karena pengendaliannya lebih alami.

Menurut asumsi peneliti sebagian besar responden dapat memahami informasi yang diterima meskipun tidak secara optimal akan tetapi karena diberikan dukungan atau support dalam mematuhi aturan diet tentang hipertensi sehingga sebagian besar responden dapat mematuhi terkait diet hipertensi yang harus dijalankan. Masih adanya responden yang tidak mematuhi diet yang dijalankan karena responden masih beranggapan bahwasannya tidak perlu menghindari makanan apapun karena penyakit yang saat ini diderita akan dapat sembuh setelah mengkonsumsi obat anti hipertensi.

Kepatuhan diet dipengaruhi oleh jenis kelamin responden. Sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan seperti yang ditunjukkan pada tabel 1 yaitu sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 50 responden (63,3%). Menurut Listiana, dkk (2020) menyatakan bahwa dalam hal menjaga kesehatan biasanya kaum perempuan lebih memperhatikan kesehatannya dibandingkan dengan laki-laki. Sejalan dengan penelitian Tabuwun, dkk (2021) yang menjelaskan bahwa adanya hubungan yang bermakna antara jenis kelamin dengan kepatuhan diet penderita hipertensi. Menurut asumsi peneliti kepatuhan diet, jika dilihat dari segi jenis kelamin, maka jenis kelamin perempuan akan lebih tinggi menjalani diet dibandingkan laki-laki, hal ini perempuan memiliki sikap sabar dalam kehidupannya. Selain itu Perempuan memiliki sifat keibuan dan perhatian dalam hal Kesehatan seperti menyediakan makanan yang baik dan tepat untuk penderita hipertensi sehingga mencegah terjadinya komplikasi dari penyakit yang diderita.

Berdasarkan lama menderita responden didapatkan data pada tabel 1 yaitu sebagian besar responden sudah menderita hipertensi selama 5-10 tahun

sebanyak 42 responden (53,2%). Menurut Liawati, dkk (2023) yang menyatakan bahwa perilaku tentang kesehatan yang terbentuk berdasarkan pengalaman dan pemahaman yang baik akan membuat seseorang dapat menerapkan perilaku tersebut dengan baik dan tepat. Menurut asumsi peneliti sebagian besar responden telah menderita hipertensi selama 5-10 tahun sehingga mereka sudah mempunyai cukup informasi dan wawasan terkait makanan atau diet yang diperbolehkan bagi penderita hipertensi dan juga adanya support atau dukungan membuat responden merasa mempunyai keyakinan yang tinggi untuk mematuhi diet tersebut agar dapat menjaga kesehatannya secara optimal.

3. Efektifitas edukasi suportif terhadap Kepatuhan diet pada lansia dengan hipertensi

Berdasarkan tabel 4 menunjukkan bahwa terdapat peningkatan kepatuhan diet responden sebelum dan sesudah diberikan edukasi suportif dimana pada responden yang patuh dari 25 responden (31,65) menjadi 60 responden (75,9%). Berdasarkan hasil uji Wilcoxon didapatkan jumlah responden yang mengalami perubahan nilai positif (positif rank) sebanyak 35 orang dan yang tidak ada perubahan nilai kuesioner (ties) sebanyak 44 responden. Nilai $P = 0,001 < \alpha = 0,005$ maka H_1 diterima hal ini berarti edukasi suportif efektif diberikan terhadap kepatuhan diet pada lansia dengan hipertensi di Dusun Glugu Desa Katemas Kecamatan Kudu Kabupaten Jombang.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilaksanakan Hilda (2021) yang didapatkan hasil yaitu Setengah dari responden (50%) memiliki kepatuhan tinggi dan sedang untuk pengaturan diet hipertensi setelah dilakukan penyuluhan terkait hipertensi. Pengujian hipotesis menggunakan uji *paired t-test* didapatkan $p\text{-value} = 0,008$ ($p < 0,05$) sehingga menunjukkan adanya pengaruh pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan dan kepatuhan diet hipertensi pada lansia di Posyandu Lansia Kelurahan Tlogosuryo, Malang. Menurut penelitian Mariana et al., (2022), kepatuhan diet hipertensi dan pengontrolan tekanan darah dapat dilakukan dengan edukasi. Mujito (2022) menjelaskan bahwa edukasi suportif berbeda dengan edukasi kesehatan pada umumnya karena bukan hanya aspek kognitif pasien yang ditingkatkan namun juga berfokus pada pemberian dukungan, bimbingan, dan pengajaran bagi pasien

Menurut asumsi peneliti edukasi yang diberikan tentang diet hipertensi dapat meningkatkan pengetahuan responden tentang makanan yang boleh atau tidak dikonsumsi ditunjang dengan pemberian dukungan kepada lansia selama proses penelitian membuat lansia termotivasi untuk mematuhi pengaturan diet agar tekanan darah dapat terkontrol dengan baik, disamping konsumsi obat secara teratur dan periksa ke pelayanan kesehatan

SIMPULAN

Sebagian besar Lansia dengan hipertensi di Desa Katemas Kecamatan Kudu Kabupaten Jombang tidak patuh terhadap diet hipertensi sebelum diberikan edukasi suportif. Sebagian besar Lansia dengan hipertensi di Desa Katemas Kecamatan Kudu Kabupaten Jombang tidak patuh terhadap diet hipertensi sesudah diberikan

edukasi suportif. Edukasi suportif efektif diberikan terhadap kepatuhan diet pada lansia dengan hipertensi di Desa Katemas Kecamatan Kudu Kabupaten Jombang

SARAN

Hendaknya Lansia diharapkan tetap meningkatkan informasi dan wawasan yang dimiliki tentang tatalaksana perawatan hipertensi salah satunya dengan diet mematuhi diet hipertensi melalui membaca buku penyuluhan dan konsultasi dengan tenaga kesehatan sehingga pengetahuan responden lebih meningkat dan kepatuhan dalam menjalankan diet juga meningkat. Bagi petugas pelayanan kesehatan agar dapat memberikan materi tambahan dan alat atau media pendukung yang cukup menarik dan kreatif dalam kegiatan edukasi atau penyuluhan kesehatan tetnang diet hipertensi di posyandu lansia sehingga pengetahuan lansia terutama yang menderita hipertensi dapat lebih meningkat dan memotivasi untuk mengkonsumsi untuk menjalankan perawatan dengan lebih tepat dan optimal. Peneliti selajutnya diharapkan dapat melakukan penelitian lebih lanjut dan mendalam mengenai faktor-faktor lain yang mempengaruhi kepatuhan lansia dengan hipertensi dalam menjalankan diet supaya penelitian selanjutnya lebih baik dan penelitian ini dapat menjadikan informasi tambahan bagi peneliti berikutnya

DAFTAR PUSTAKA

- Adiputra, Imade Sudarma, Et all. (2021). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Denpasar : Yayasan Kita Menulis
- Anggraeni, I. E., & Makiyah, S. N. (2021). Pengaruh Edukasi Terhadap Kepatuhan Minum Obat Pasien Hipertensi : Literature Review Program. *Jurnal Ilmiah Stikes Citra Delima Bangka Belitung*, 4(2)
- Fatmawati, B. R., Suprayitna, M., & Istianah. (2021). Self Efficacy Dan Perilaku Sehat Dalam Modifikasi Gaya Hidup Penderita Hipertensi. *Jurnal Ilmiah Stikes YARSI Mataram*, 11(1), 1–7.
- Fitriani, E. (2019). Pengaruh edukasi suportif terhadap. Kepatuhan pengobatan penderita hipertensi. Usia Produktif Di Dusun Gowok Depok III. *Journal of Health, Population and Nutrition*, 40 (1),
- Hardani et al. (2020). *Buku Metode Penelitian Kualitatif dan Kuantitatif*. Cetakan Pertama. Yogyakarta: CV Pustaka Ilmu Group
- Harwandy (2017). Pengaruh Edukasi Terhadap Tingkat Kepatuhan Pasien Hipertensi di Puskesmas Bantul. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah Yogyakarta*. Vol. 4 No 2
- Munir, Miftahul. Et all (2022). *Metode Penelitian Kesehatan*. Purbalingga : Eureka Media Aksara
- Nhestricia, Nhadira., Nurdin, Naufal Muharram., Apriniawati, Ade Lia (2022). Perbandingan Penggunaan Pesan Singkat Whatsapp Dan Kartu Peningkat Terhadap Kepatuhan Minum Obat Dan Tekanan Darah Pasien Hipertensi Di Puskesmas Bogor Timur. *Majalah Farmasi dan Farmakologi*, 42 (9)