

## Hubungan antara Pengetahuan Tentang Pencegahan Komplikasi Hipertensi dengan Kepatuhan Diet pada Penderita Hipertensi di Ruang Poli Penyakit Dalam Rumah Sakit Tingkat III 03.06.01 Ciremai Kota Cirebon Tahun 2025

Ranto Karyanto\*, Soni Kiswanto, Maesaroh, Yanti Susanti

Universitas Bhakti Husada Indonesia, Indonesia

Email: rantokaryanto09@gmail.com\*, sonikiswanto2410@gmail.com,

maesarohskm@gmail.com, yantihibban0130@gmail.com

---

### Keywords:

Knowledge about the prevention of hypertension complications, and Dietary adherence

---

### Abstract ;

High blood pressure is known as the silent killer because a person often shows no symptoms and therefore is unaware that they have hypertension, which can even lead to complications. The aim of this study was to analyze the relationship between knowledge about preventing complications and dietary compliance in hypertension patients in the internal medicine polyclinic at Ciremai Hospital, Cirebon City. The type of research used is correlational analysis with quantitative research methods. The population in this study is 103 patients with hypertension at the internal medicine polyclinic of Ciremai Hospital. The research sample used the purposive random sampling method of 82 people. The data analysis used was the spearman rank test. The results of the study showed that out of 82 people, most of the respondents had a category of knowledge about the prevention of hypertension complications as many as 50 respondents (61%). Of the 82 people, almost all respondents had dietary compliance in the compliant category, namely 64 respondents (78%). Based on the results of the spearman rank test, it shows a P value of 0.000 ( $<0.05$ ) and a correlation coefficient of 0.704. There is a significant positive relationship between knowledge about the prevention of hypertension complications and dietary adherence in hypertensive patients in the poly inpatient room of Ciremai Hospital in 2025.

---

### Kata Kunci:

Pengetahuan tentang pencegahan komplikasi hipertensi, dan Kepatuhan diet

---

### Abstrak

Tekanan darah tinggi dikenal sebagai silent killer karena seseorang sering kali tidak menunjukkan gejala dan oleh karena itu tidak menyadari bahwa mereka menderita hipertensi, bahkan bisa berujung pada komplikasi. Tujuan Penelitian ini adalah Menganalisis Hubungan antara pengetahuan tentang pencegahan komplikasi hipertensi dengan kepatuhan diet pada penderita hipertensi Di Ruang Poli Penyakit Dalam Rumah Sakit Ciremai Kota Cirebon Tahun 2025. Metode penelitian yang digunakan metode kuantitatif dengan analitik korelasional. Populasi dalam penelitian ini adalah sebanyak 103 pasien penderita hipertensi di poli penyakit dalam Rumah Sakit Ciremai. Sampel penelitian menggunakan metode purposive sampling sebanyak 82 orang. Analisis data yang digunakan yaitu uji rank spearman. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 82 orang sebagian besar responden memiliki kategori pengetahuan tentang pencegahan komplikasi hipertensi baik, yaitu sebanyak 50 responden (61%). dari 82 orang Hampir seluruhnya responden memiliki kepatuhan diet kategori patuh, yaitu sebanyak 64 responden (78%). Berdasarkan hasil uji rank spearman menunjukkan P value sebesar 0,000 ( $<0,05$ ) dan korelasi koefisien sebesar 0,704. Terdapat hubungan positif yang signifikan antara pengetahuan tentang pencegahan komplikasi hipertensi dengan kepatuhan diet pada penderita hipertensi di ruang poli penyakit dalam RS Ciremai tahun 2025.

## PENDAHULUAN

Hipertensi adalah penyakit kronis yang ditandai dengan peningkatan tekanan pada pembuluh darah arteri. Saat ini, prevalensi hipertensi mengalami peningkatan yang signifikan, sehingga memerlukan perawatan jangka Panjang (Kurnia, 2020).

Hipertensi didefinisikan sebagai tekanan darah sistolik mencapai  $\geq 140$  mmHg dan tekanan darah diastolik mencapai 90 mmHg (Ernawati et al., 2020). Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) pada tahun 2021, prevalensi hipertensi di kalangan dewasa berusia 30 hingga 79 tahun telah mengalami peningkatan yang signifikan, dari 650 juta menjadi 1,28 miliar selama 30 tahun terakhir. Indonesia menempati posisi kelima di antara negara-negara dengan kasus Hipertensi tertinggi, dengan angka mencapai 34,11% dari total populasi (Kemenkes, 2019). Dari jumlah tersebut, sekitar 60% penderita hipertensi berisiko menghadapi stroke, sedangkan sisanya berpotensi mengalami masalah jantung, gagal ginjal, dan bahkan kebutaan (Rahayu et al., 2024).

Provinsi Jawa Barat menempati posisi kedua dengan tingkat prevalensi mencapai 39,6%, setelah Kalimantan Selatan yang memiliki angka 44,13%. Angka prevalensi di Jawa Barat ini menunjukkan kenaikan sejak tahun 2013, yang sebelumnya hanya berjumlah 29,4%. Dari pengukuran yang dilakukan, kasus hipertensi pada penduduk yang berusia 18 tahun ke atas di Kabupaten Bandung mencapai 41,36% (Abate et al., 2022; Al-Noumani et al., 2019; Fentaw & Adamu, 2022). Data mengenai penanganan hipertensi di Kota Cirebon (Dinas Kesehatan Kota Cirebon, 2022) menunjukkan Pada tahun 2020, tercatat sebanyak 79.418 kunjungan untuk hipertensi. Angka ini sedikit menurun pada tahun 2021 menjadi 77.481 kunjungan, namun mengalami lonjakan signifikan pada tahun 2022 dengan total 90.582 kunjungan. Berdasarkan data (Rekam medis Rs Ciremai Kota Cirebon pada bulan Desember 2024 menyebutkan terdapat 103 kasus Hipertensi di Ruang poli penyakit dalam, dengan 38 pasien laki – laki, dan 65 pasien perempuan.

Beberapa penelitian terdahulu menunjukkan adanya hubungan antara pengetahuan dan kepatuhan diet pada penderita hipertensi. Penelitian (Darmarani et al., 2020) menemukan bahwa pengetahuan berhubungan dengan kepatuhan diet hipertensi pada lansia, di mana responden dengan tingkat pengetahuan yang lebih baik cenderung memiliki kepatuhan yang lebih tinggi dalam menjalankan diet hipertensi. Penelitian (Iceu, 2020) juga menunjukkan bahwa sebagian besar pasien memiliki pengetahuan yang baik tentang hipertensi dan pencegahan komplikasinya, yang menjadi dasar penting dalam meningkatkan perilaku patuh terhadap anjuran kesehatan. Selain itu, penelitian (Sodiq et al., 2023) menemukan bahwa tingkat pengetahuan memiliki hubungan dengan kepatuhan diet hipertensi, sehingga semakin baik pemahaman pasien, semakin baik pula kepatuhan mereka dalam mengatur pola makan. Penelitian (Rahman, 2023) juga memperkuat temuan tersebut dengan menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan dan dukungan keluarga berhubungan dengan kepatuhan diet pada penderita hipertensi.

Meskipun demikian, hasil penelitian terdahulu masih dilakukan pada lokasi, populasi, dan karakteristik responden yang berbeda. Sebagian penelitian menyoroti lansia di masyarakat, sebagian lainnya dilakukan di puskesmas atau wilayah di luar Kota Cirebon. Penelitian yang secara khusus mengkaji hubungan pengetahuan tentang pencegahan komplikasi hipertensi dengan kepatuhan diet pada pasien hipertensi di ruang poli penyakit dalam Rumah Sakit Tingkat III 03.06.01 Ciremai Kota Cirebon masih terbatas. Padahal, karakteristik pasien rawat

jalan di rumah sakit militer atau rumah sakit rujukan dapat memiliki kondisi yang berbeda, baik dari segi pola kunjungan, latar belakang pendidikan, maupun pengalaman penyakit. Kesenjangan ini menunjukkan pentingnya penelitian yang lebih spesifik sesuai konteks tempat pelayanan.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan di Ruang Poli penyakit dalam Rumah sakit Ciremai Kota Cirebon Peneliti melakukan wawancara terhadap 10 pasien hipertensi, berdasarkan hasil wawancara terhadap 10 pasien yang memiliki tingkat pengetahuan tentang pencegahan komplikasi hipertensi baik 2 orang, 2 pasien memiliki tingkat pengetahuan tentang pencegahan komplikasi hipertensi sedang, dan 6 orang memiliki tingkat pengetahuan tentang pencegahan komplikasi hipertensi rendah, pasien mengatakan kurang memahami tentang pencegahan komplikasi pada hipertensi, menurut pasien mengatakan untuk mengobati penyakit hipertensi yang penting minum obat. Pasien pun mengatakan untuk aktivitas sehari – hari jarang olahraga dan kurang menjaga pola hidupnya, sehingga memungkinkan pasien tidak patuh akan diet hipertensi yang dianjurkan dokter.

Berdasarkan fenomena pada latar belakang tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan antara pengetahuan tentang pencegahan komplikasi hipertensi dengan kepatuhan diet pada penderita hipertensi di Ruang poli penyakit dalam Rumah sakit Tingkat III III 03.06.01 Ciremai Kota Cirebon Tahun 2025”, karena peran perawat pemberi asuhan keperawatan diharapkan mampu menjalankan perannya sebagai edukator yang memberikan edukasi untuk membantu pasien meningkatkan Tingkat pengetahuannya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran tingkat pengetahuan pasien tentang pencegahan komplikasi hipertensi, mengetahui gambaran kepatuhan diet pasien hipertensi, serta menganalisis hubungan antara kedua variabel tersebut. Hasil penelitian ini diharapkan bermanfaat bagi rumah sakit, khususnya tenaga kesehatan, sebagai dasar dalam meningkatkan edukasi kepada pasien hipertensi agar lebih memahami pentingnya pencegahan komplikasi dan kepatuhan diet. Selain itu, penelitian ini juga diharapkan dapat menjadi referensi bagi pengembangan ilmu keperawatan serta bahan pertimbangan bagi peneliti selanjutnya dalam mengembangkan intervensi edukatif yang lebih efektif.

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan jenis penelitian deskriptif analitik dan pendekatan korelasional, yang bertujuan untuk mengetahui hubungan antara pengetahuan tentang pencegahan komplikasi hipertensi dengan kepatuhan diet pada penderita hipertensi. Variabel yang diteliti pada penelitian ini yaitu variabel bebas yakni pengetahuan tentang pencegahan komplikasi hipertensi, serta variabel terikatnya adalah kepatuhan diet Penelitian ini menggunakan jenis penelitian deskriptif analitik dengan rancangan cross sectional. Populasi pada penelitian ini adalah penderita hipertensi di poli penyakit dalam Rumah Sakit Ciremai Kota Cirebon dengan jumlah 103 pasien. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah Purposive sampling.

Besar sampel dihitung menggunakan rumus slovin 5%. Sehingga mendapatkan sampel 82 responden. Pada penelitian ini menggunakan kuesioner tertutup yang diisi oleh responden dan tidak melakukan uji instrumen, karena instrumen mengadopsi dari peneliti sebelumnya yang sudah melalui proses uji validitas dan uji reliabilitas. Pada tahap analisa data, analisis univariat dilakukan untuk distribusi frekuensi dan analisis bivariat dilakukan menggunakan Uji

Korelasi Rank Spearmens untuk melihat hubungan antar variabel. Etika Penelitian dilakukan dengan informed consent dan menjaga kerahasiaan responden.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil dari pengumpulan data dengan kuesioner yang telah diisi dengan 82 responden yang dilaksanakan pada tanggal 21 April – 25 April tahun 2025 di ruang poli penyakit dalam rumah sakit Ciremai Kota Cirebon. Data yang diperoleh dianalisis untuk mengetahui distribusi pengetahuan tentang pencegahan komplikasi hipertensi serta hubungan antar variabel tersebut.

### Gambaran Pengetahuan tentang pencegahan komplikasi hipertensi pada penderita hipertensi di ruang poli penyakit dalam Rumah sakit Ciremai Kota Cirebon tahun 2025.

**Tabel 1. Distribusi frekuensi Pengetahuan pencegahan komplikasi hipertensi pada penderita hipertensi ruang poli penyakit dalam Rumah sakit Ciremai Kota Cirebon.**

No	Pengetahuan	Frekuensi	Persentase
	tentang pencegahan komplikasi hipertensi	(f)	(%)
1	Rendah	11	<b>13,4</b>
2	Sedang	21	<b>25,6</b>
3	Baik	50	<b>61,0</b>
	<b>Total</b>	<b>82</b>	<b>100.0</b>

Sumber: Data Penelitian Tahun 2025

Berdasarkan tabel 1. menunjukkan sebagian besar responden penderita hipertensi memiliki Pengetahuan tentang pencegahan komplikasi hipertensi baik, yaitu sebanyak 50 responden (61%).

### Gambaran Kepatuhan diet pada penderita hipertensi Di Ruang Poli penyakit dalam Rumah sakit Ciremai Kota Cirebon tahun 2025.

**Tabel 2. Distribusi frekuensi Kepatuhan diet pada penderita hipertensi ruang poli penyakit dalam Rumah sakit Ciremai kota Cirebon.**

No	Kepatuhan diet	Frekuensi	Persentase
		i (f)	(%)
1	Tidak patuh	18	<b>22,0</b>
2	Patuh	64	<b>78,0</b>
	<b>Total</b>	<b>82</b>	<b>100.0</b>

Sumber: Data penelitian Tahun 2025

Berdasarkan tabel 2. menunjukkan hampir seluruhnya responden penderita hipertensi di ruang poli penyakit dalam RS Ciremai memiliki kepatuhan diet dengan kategori patuh, yaitu sebanyak 64 responden (78%).

**Hubungan antara pengetahuan tentang pencegahan komplikasi hipertensi dengan kepatuhan diet pada penderita hipertensi Di Ruang poli penyakit dalam Rumah sakit Ciremai Kota Cirebon tahun 2025.**

**Tabel 3. Hubungan antara pengetahuan tentang pencegahan komplikasi hipertensi dengan kepatuhan diet pada penderita hipertensi di Ruang poli penyakit dalam Rumah sakit Ciremai Kota Cirebon.**

<b>Pengetahuan tentang Pencegahan Komplikasi Hipertensi</b>	<b>Tidak Patuh (f)</b>	<b>Tidak Patuh (%)</b>	<b>Patuh (f)</b>	<b>Patuh (%)</b>	<b>Total (f)</b>	<b>Total (%)</b>
Rendah	11	100,0	0	0,0	11	100
Sedang	6	28,6	15	71,4	21	100
Baik	1	2,0	49	98,0	50	100
Total	18	22,0	64	78,0	82	100

Sumber: Data Penelitian Tahun 2025

Berdasarkan tabel 3. menunjukkan dari 11 responden dengan pengetahuan tentang pencegahan komplikasi hipertensi rendah seluruhnya memiliki kepatuhan diet kategori tidak patuh sebanyak 11 responden (100%), dan 21 responden memiliki pengetahuan tentang pencegahan komplikasi hipertensi memiliki kategori sedang, sebagian besar memiliki kepatuhan diet kategori patuh yaitu sebanyak 15 responden (71,4%), dan 50 responden memiliki pengetahuan tentang pencegahan komplikasi hipertensi memiliki kategori baik, hampir seluruhnya memiliki kepatuhan diet dengan kategori patuh yaitu sebanyak 49 responden (98%).

Berdasarkan uji rank spearman diperoleh nilai korelasi koefisien sebesar 0,704 dan signifikan 0,000 (<0,05) artinya terdapat hubungan positif yang signifikan dengan kategori kuat antara pengetahuan tentang pencegahan komplikasi hipertensi dengan kepatuhan diet pada penderita hipertensi di ruang poli penyakit dalam Rumah Sakit Ciremai tahun 2025.

**Gambaran pengetahuan tentang pencegahan komplikasi hipertensi pada penderita hipertensi di ruang poli penyakit dalam Rumah sakit Ciremai tahun 2025.**

Berdasarkan hasil analisis univariat menunjukkan sebagian besar responden penderita hipertensi memiliki Pengetahuan tentang pencegahan komplikasi hipertensi baik, yaitu sebanyak 50 responden (61%). Penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh (Iceu, 2020) yang menyatakan bahwa sebagian besar didapatkan pasien memiliki pengetahuan tentang pencegahan komplikasi hipertensi dengan kategori baik sebanyak 56 responden dengan presentase (56,57%). Dari 99 pasien yang menjadi sampel responden. Ini menunjukkan bahwa pengetahuan pasien tentang pencegahan komplikasi hipertensi sudah cukup baik, walaupun ada sebagian kecil yang masih memiliki pengetahuan cukup.

Pengetahuan adalah hasil ingatan mengenai sesuatu, termasuk mengingat kembali peristiwa yang telah dialami baik dengan kesadaran maupun tanpa kesadaran, dan hal ini terjadi setelah seseorang berinteraksi atau mengamati obyek tertentu. Pengetahuan yang mendalam akan mendorong seseorang untuk bertindak dengan benar, terutama dalam mencegah komplikasi hipertensi (Abza et al., 2024; Delavar et al., 2020; Foroumandi et al., 2020). Di mana tindakan seseorang biasanya dipengaruhi oleh cara mereka bereaksi terhadap rangsangan,

tergantung pada bagaimana individu tersebut merespon terhadap rangsangan yang terkait dengan suatu tindakan atau perilaku (Darmarani et al., 2020).

Berdasarkan Asumsi Peneliti jika seseorang memiliki pengetahuan yang baik tentang pencegahan komplikasi hipertensi, maka akan berperilaku sesuai dengan pengetahuan yang dimilikinya seperti seperti menjaga pola makan, rutin minum obat, dan memeriksakan tekanan darah secara berkala, Memiliki kesadaran lebih tinggi terhadap risiko komplikasi, sehingga termotivasi untuk menjalani gaya hidup sehat. Mampu mengambil keputusan kesehatan yang tepat, misalnya segera mencari pertolongan medis saat muncul gejala. Menjadi sumber informasi bagi orang terdekat, sehingga berpotensi mendorong lingkungan sekitarnya untuk juga menerapkan perilaku sehat.

### **Gambaran kepatuhan diet pada penderita hipertensi ruang poli penyakit dalam Rumah sakit Ciremai tahun 2025.**

Berdasarkan hasil analisis univariat menunjukkan hampir seluruhnya penderita hipertensi memiliki kepatuhan diet kategori patuh, yaitu sebanyak 64 responden (78%). Penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh (Sodiq et al., 2023) yang menyatakan bahwa hampir seluruhnya pasien penderita hipertensi memiliki kepatuhan diet kategori patuh sebanyak 23 responden (76,7%) dari 30 orang menjadi sampel responden.

Kepatuhan diet pada penderita hipertensi juga biasanya fokus pada diet makanan. Makanan yang kita konsumsi dapat memengaruhi stabilitas tekanan darah, baik secara langsung maupun tidak (Ndanuko et al., 2016; Oliveria et al., 2005; Wartak et al., 2011). Misalnya, jenis makanan yang mengandung zat gizi seperti lemak dan sodium sangat terkait dengan munculnya hipertensi. Untuk mengatur hipertensi agar tetap normal atau stabil, penting untuk menjalani diet teratur, yang mencakup pengurangan asupan garam dan makanan berlemak, meningkatkan konsumsi makanan kaya serat, serta melakukan olahraga (Khalil et al., 2015). Menurut American Dietetic Association (ADA), “diet berperan dalam menurunkan tekanan darah serta mengurangi risiko penyakit jantung dan stroke. Ketika menjalani diet rendah garam, disarankan untuk mengikuti prinsip DASH (Dietary Approaches to Stop Hypertension). DASH adalah sebuah pendekatan diet yang ditujukan untuk menurunkan tekanan darah tinggi, dengan fokus pada konsumsi makanan yang kaya akan buah dan sayuran, mengutamakan produk susu rendah lemak, serta mengonsumsi ikan, kacang-kacangan, dan unggas yang berasal dari lemak jenuh (saturated fatty acid/SAFA) dalam jumlah moderat (Siregar et al., 2022).

Berdasarkan asumsi peneliti Kepatuhan dipengaruhi oleh sejumlah faktor dalam menjalankan program diet, termasuk pemahaman terhadap petunjuk, kualitas interaksi, dukungan sosial dari keluarga, serta keyakinan, sikap, dan karakter pasien. Dari keempat faktor tersebut, yang paling penting adalah dukungan sosial dari keluarga. Ini karena dukungan tersebut berperan sebagai pendorong yang memberikan kontribusi signifikan terhadap kepatuhan pasien. Ada beberapa hal yang dapat mempengaruhi hal ini, contohnya adalah keberadaan dukungan dari keluarga yang senantiasa membantu responden dalam memilih makanan yang dikonsumsi setiap hari. Selain itu, kepercayaan atau budaya yang ada di sekitar responden juga dapat membuat mereka lebih patuh. Responden cenderung mematuhi peraturan dan meyakini budaya tempat tinggal mereka, yang pada dasarnya merupakan langkah positif untuk menjaga tekanan darah tetap dalam batas normal.

## **Hubungan antara pengetahuan tentang pencegahan komplikasi hipertensi dengan kepatuhan diet pada penderita hipertensi diruang poli penyakit dalam Rumah sakit Ciremai tahun 2025.**

Berdasarkan uji rank spearman diperoleh nilai korelasi koefisien sebesar 0,704 dan signifikan 0,000 ( $<0,05$ ) artinya terdapat hubungan positif yang signifikan dengan kategori kuat antara Pengetahuan tentang pencegahan komplikasi hipertensi dengan Kepatuhan diet pada penderita hipertensi di ruang poli penyakit dalam Rumah Sakit Ciremai tahun 2025. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Rahman, 2023) yang menunjukkan bahwa pengetahuan tentang pencegahan komplikasi hipertensi memiliki hubungan positif dengan kepatuhan diet pada penderita hipertensi di Rumah Sakit Jakarta dengan nilai hasil kontingensi yaitu 0,832 dan p-value 0,000 yang berarti korelasi antara dua variabel Pengetahuan tentang pencegahan komplikasi hipertensi dengan kepatuhan diet dengan keeratan korelasi yang kuat.

Masyarakat yang memahami mengenai tekanan darah tinggi harus memiliki kesadaran yang lebih untuk menghindari faktor-faktor yang bisa menyebabkan peningkatan tekanan darah. Memahami dan menyadari faktor-faktor risiko yang dapat memicu hipertensi sangat penting, karena hal ini berkaitan dengan perubahan perilaku sehari-hari. Pengetahuan ini akan membentuk sikap individu terhadap penyakit tersebut, termasuk timbulnya sikap disiplin dalam menjalani pengobatan yang diberikan oleh tenaga medis, sehingga dapat meningkatkan tingkat kepatuhan seseorang. Pengetahuan yang memadai dan dukungan dari keluarga bisa membantu penderita untuk menjalani diet dengan baik. Cara pandang seseorang terhadap perilaku dan sikapnya dalam mencapai diet hipertensi berkaitan dengan pengetahuan yang mereka miliki. Pengetahuan yang cukup dapat membantu individu untuk mematuhi diet karena mereka menyadari manfaat dari diet tersebut. Seseorang yang kurang memahami tentang diet hipertensi bisa saja menjadi kurang sadar akan pentingnya menjalani diet tinggi tekanan darah, yang dapat mengakibatkan komplikasi berkepanjangan. Ketaatan pada diet hipertensi bisa tercapai jika penderita menjalankan diet tersebut secara teratur atau konsisten (Viki et al., 2025).

Pengetahuan berkaitan erat dengan kebiasaan sehari-hari. Pengetahuan adalah salah satu elemen krusial yang diperlukan untuk mengendalikan hipertensi. Ini menunjukkan bahwa Perilaku individu dipengaruhi oleh tingkat pengetahuan. Semakin tinggi pengetahuan yang dimiliki, semakin baik pula pola makan bagi mereka yang memiliki hipertensi. Dengan demikian, Perilaku yang didasarkan pada pengetahuan akan bertahan lebih lama dibandingkan dengan yang tidak didasari oleh pengetahuan (Fitriani et al., 2023).

Berdasarkan pandangan peneliti seseorang yang memiliki pengetahuan yang baik tentang pencegahan komplikasi hipertensi akan cenderung untuk memiliki pola hidup yang baik pula, termasuk perilaku diet hipertensi. Dengan pengetahuan yang dimiliki maka seseorang akan cenderung untuk berhati-hati dalam memilih asupan makanan yang dapat memicu peningkatan tekanan darahnya. Demikian pula sebaliknya, dengan pengetahuan yang kurang, maka seseorang akan lebih cenderung untuk tidak memperhatikan asupan makanan yang dapat memicu kekambuhan hipertensinya. Penderita hipertensi yang memiliki pengetahuan yang baik mengenai pencegahan komplikasi umumnya memiliki pemahaman yang baik seperti memahami makna dari penyakit hipertensi, mengetahui faktor – faktor yang dapat meningkatkan resiko hipertensi, mengenali gejala gejala yang mungkin muncul seiring dengan

peningkatan tekanan darah, mengikuti pengobatan yang teratur sesuai dengan dosis yang dianjurkan, lebih peduli terhadap pola makan dan lebih memilih makanan yang tinggi serat, Karbohidrat yang kompleks, yang mengandung vitamin dan mineral seperti buah dan sayur, makanan yang tinggi akan kalium seperti kedelai, kacang hijau, kacang tanah dan bayam yang dapat membantu menjaga keseimbangan garam dan mengontrol tekanan darah. Mereka juga biasanya menghindari konsumsi makanan yang kaya garam dan lemak jenuh yang dapat memperbesar kemungkinan terjadinya komplikasi hipertensi. Secara keseluruhan, menjalankan gaya hidup sehat, yang mencakup diet yang seimbang, aktivitas fisik yang rutin, serta cukup istirahat merupakan hal yang penting.

## **KESIMPULAN**

Gambaran pengetahuan tentang pencegahan komplikasi hipertensi pada penderita hipertensi di ruang poli penyakit dalam RS Ciremai tahun 2025, sebagian besar responden memiliki pengetahuan tentang pencegahan komplikasi hipertensi baik. yaitu sebanyak 50 responden dengan presentase (61%). Gambaran kepatuhan diet pada penderita hipertensi di ruang poli penyakit dalam RS Ciremai tahun 2025, hampir seluruhnya memiliki kepatuhan diet kategori patuh, yaitu sebanyak 64 responden dengan presentase (78%). Terdapat hubungan positif yang signifikan antara pengetahuan tentang pencegahan komplikasi hipertensi dengan kepatuhan diet pada penderita hipertensi di ruang poli penyakit dalam RS Ciremai tahun 2025, dengan nilai korelasi 0,704 dengan signifikan  $p$  – value 0,000 dengan kategori kuat.

Pihak rumah sakit diharapkan dapat meningkatkan peran tenaga kesehatan, khususnya perawat dan tenaga konselor, dalam memberikan edukasi yang berkelanjutan mengenai Pengetahuan tentang pencegahan komplikasi, mengadakan pelatihan komunikasi terapeutik bagi tenaga kesehatan agar lebih efektif dalam memberikan pendekatan emosional dan spiritual kepada pasien, melibatkan pengetahuan tentang pencegahan komplikasi hipertensi dan Kepatuhan diet kepada pasien serta keluarganya. Edukasi ini dapat dilakukan melalui program rutin seperti kelas edukasi pasien, konseling individu/keluarga, serta pendampingan psikososial dengan jangka waktu seminggu satu sampai dua kali. Peneliti selanjutnya dapat memperluas penelitian ini dengan pendekatan yang lebih mendalam. Salah satunya adalah melakukan studi intervensi atau eksperimen untuk meningkatkan pengetahuan tentang pencegahan komplikasi hipertensi pasien seperti edukasi yang lebih terstruktur, penggunaan aplikasi Kesehatan, atau pendekatan berbasis teknologi. Penerapan edukasi terstruktur ini dapat memberikan wawasan tentang cara meningkatkan pengetahuan tentang pencegahan komplikasi hipertensi terhadap kepatuhan diet pasien.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Abate, T. W., Gedamu, H., Ayalew, E., Genanew, A., Ergetie, T., & Tesfa, G. (2022). A systematic review and meta-analysis of the Ethiopian cohort of adult hypertensive people's adherence to healthy behaviors. *Heliyon*, 8(11). <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2022.e11555>
- Abza, L. F., Yesuf, M. A., Emrie, A. A., Belay, A. S., Bekele, T. G., & Tetema, M. D. (2024). Self-care adherence and associated factors among hypertensive patients at Guraghe Zone, 2023. *Heliyon*, 10(17). <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2024.e36985>
- Al-Noumani, H., Wu, J.-R., Barksdale, D., Sherwood, G., AlKhasawneh, E., & Knafelz, G. (2019). Health beliefs and medication adherence in patients with hypertension: A

- systematic review of quantitative studies. *Patient Education and Counseling*, 102(6), 1045–1056. <https://doi.org/10.1016/j.pec.2019.02.022>
- Darmarani, A., Darwis, H., & Mato, R. (2020). Hubungan Pengetahuan Dengan Kepatuhan Diet Hipertensi Pada Lansia Yang Menderita Hipertensi Di Desa Buntu Buda Kecamatan Mamasa. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Diagnosis*, 15(4), 366–370.
- Delavar, F., Pashaeypoor, S., & Negarandeh, R. (2020). The effects of self-management education tailored to health literacy on medication adherence and blood pressure control among elderly people with primary hypertension: A randomized controlled trial. *Patient Education and Counseling*, 103(2), 336–342. <https://doi.org/10.1016/j.pec.2019.08.028>
- Ernawati, I., Fandinata, S., & Permatasari, S. N. (2020). *Kepatuhan Konsumsi Obat Pasien Hipertensi*. Graniti.
- Fentaw, Z., & Adamu, K. (2022). Hypertensive patients' compliance for clinician counseling in Dessie city, Ethiopia. *Heliyon*, 8(11). <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2022.e11645>
- Fitriani, T. I. A., Syam, S. H., & Mangemba, D. (2023). Hubungan Pengetahuan Dengan Perilaku Diet Hipertensi. *Lentora Nursing Journal*, 4(1), 1–7. <https://doi.org/10.33860/lnj.v4i1.3079>
- Foroumandi, E., Kheirouri, S., & Alizadeh, M. (2020). The potency of education programs for management of blood pressure through increasing self-efficacy of hypertensive patients: A systematic review and meta-analysis. *Patient Education and Counseling*, 103(3), 451–461. <https://doi.org/10.1016/j.pec.2019.09.018>
- Iceu, A. (2020). Hubungan Pengetahuan Dengan Kepatuhan Diet Hipertensi Pada Lansia Di Kampung Honje Luhur Kelurahan Sukagalih Wilayah Kerja PKM Pembangunan Kecamatan Tarogong Kidul Kabupaten Garut Tahun 2017. *Jurnal Kesehatan Bakti Tunas Husada: Jurnal Ilmu-Ilmu Keperawatan, Analisis Kesehatan Dan Farmasi*, 18(1), 105. <https://doi.org/10.36465/jkbth.v18i1.311>
- Khalil, A. A., Hall, L., Moser, D., Lennie, T., & Frazier, S. (2015). Health behaviour changes after a hypertension diagnosis: a review of the literature. *Journal of Advanced Nursing*, 71(3), 488–501. <https://doi.org/10.1111/jan.12521>
- Kurnia, A. (2020). *Self-Management Hipertensi*. CV. Jakad Media Publishing.
- Ndanuko, R. N., Tapsell, L. C., Charlton, K. E., Neale, E. P., & Batterham, M. J. (2016). Dietary patterns and blood pressure in adults: A systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials. *Advances in Nutrition*, 7(1), 76–89. <https://doi.org/10.3945/an.115.009753>
- Oliveria, S. A., Chen, R. S., McCarthy, B. D., Davis, C. C., & Hill, M. N. (2005). Hypertension knowledge, awareness, and attitudes in a hypertensive population. *Journal of General Internal Medicine*, 20(3), 219–225. <https://doi.org/10.1111/j.1525-1497.2005.40263.x>
- Rahayu, S., Hoedayana, A. P., & Inriyana, R. (2024). Hubungan Pengetahuan Tentang Pencegahan Komplikasi Hipertensi Dengan Kepatuhan Diet Hipertensi Pada Penderita Hipertensi. *Jurnal Keperawatan Masyarakat*, 8.
- Rahman, A. V. (2023). Hubungan Tingkat Pengetahuan Dan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Diet Pada Penderita Hipertensi. *JPS (Jurnal Pengabdian Kesehatan)*, 1(2), 13–19. <https://doi.org/10.69606/jps.v1i02.47>
- Siregar, M. A., Dedi, Sinaga, S. W., & Adawiyah, Y. (2022). Diet Pada Pasien Hipertensi Di Klinik Pratama. *Jurnal Ilmu Keperawatan*, 2(2), 99–109.
- Sodiq, B., Dyah, V. H., & Alam, F. P. (2023). Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Kepatuhan Diet Hipertensi Di Griya PMI Kota Surakarta. 3, 267–273.
- Viki, M., Stella, S., & Wisnusakti, K. (2025). Hubungan Pengetahuan Lansia Tentang Diet Hipertensi Dan Dukungan Keluarga Terhadap Diet Hipertensi Dengan Kepatuhan Diet Hipertensi Di PKM Muka Kabupaten Cianjur Tahun 2024. 6590–6600.

Wartak, S. A., Friderici, J., Lotfi, A., Verma, A., Bhattacharya, A., Fickley, M., & Rothberg, M. B. (2011). Patients' knowledge of risk and protective factors for cardiovascular disease. *The American Journal of Cardiology*, *107*(10), 1480–1488. <https://doi.org/10.1016/j.amjcard.2011.01.032>