

# HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN DAN PENGATURAN MAKAN (DIET) DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI PADA LANSIA DI KELURAHAN TUGU CIMANGGIS KOTA DEPOK

Nailus Suaidah Nasution

## Abstrak

Lansia merupakan seseorang yang telah mencapai usia 60 tahun ke atas dimana seseorang tersebut mengalami proses penuaan yang ditandai dengan kegagalan mempertahankan keseimbangan kesehatan dan rentan nya terserang berbagai penyakit seperti hipertensi. Hipertensi merupakan peningkatan tekanan darah sistolik diatas 140 mmHg dan diastolik diatas 90 mmHg. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan tingkat pengetahuan dan pengaturan makan (diet) dengan kejadian hipertensi pada lansia di Kelurahan Tugu Cimanggis Kota Depok. Metode penelitian menggunakan deskriptik analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Teknik sampling menggunakan *total random sampling* dengan jumlah sampel sebanyak 129 responden. Hasil dari uji statistik *spearman* menunjukkan nilai p value  $0,002 < 0,05$  yang berarti adanya hubungan antara tingkat pengetahuan dengan kejadian hipertensi. Hasil dari uji statistik *pearson correlation* menunjukkan nilai p value  $0,025 < 0,05$  yang berarti ada hubungan antara pengaturan makan (diet) dengan kejadian hipertensi. Penelitian ini diharapkan memberikan pengetahuan kepada lansia dengan hipertensi mengenai pengaturan makan (diet) yang baik untuk menghindari komplikasi yang terjadi.

**Kata Kunci :** Hipertensi, Lansia, Pengaturan Makan (Diet), Pengetahuan

# **RELATIONSHIP OF KNOWLEDGE AND EATING SETTINGS (DIET) WITH THE EVENT OF HYPERTENSION IN ELDERLY IN KELURAHAN TUGU CIMANGGIS CITY OF DEPOK**

**Nailus Suaidah Nasution**

## **Abstract**

Elderly is someone who has reached the age of 60 years and over where a person experiences an aging process that is characterized by a failure to maintain a balance of health and vulnerable to various diseases such as hypertension. Hypertension is an increase in systolic blood pressure above 140 mmHg and diastolic above 90 mmHg. This study aims to determine the relationship between the level of knowledge and regulation of diet (diet) with the incidence of hypertension in the elderly in Tugu Cimanggis Village, Depok City. The research method uses analytic descriptive with cross sectional approach. The sampling technique uses total random sampling with a total sample of 129 respondents. The results of the Spearman statistical test show a p value of  $0.002 < 0.05$ , which means there is a relationship between the level of knowledge and the incidence of hypertension. The results of the Pearson correlation statistic test show a p value of  $0.025 < 0.05$ , which means that there is a relationship between dietary settings and the incidence of hypertension. This research is expected to provide knowledge to the elderly with hypertension regarding proper diet (diet) management to avoid complications that occur.

Keywords: Hypertension, Elderly, Diet, Knowledge