

ABSTRAK

Hipertensi seringkali tidak menimbulkan tanda dan gejala sehingga disebut dengan *silent killer*. Upaya yang dapat dilakukan untuk pencegahan komplikasi hipertensi tersebut adalah dengan adanya penatalaksanaan hipertensi yang baik dengan diet rendah garam. Kurangnya pengetahuan tentang diet rendah garam akan berdampak pada asupan natrium yang tinggi, sehingga dapat memicu peningkatan tekanan darah tinggi. Dari hasil penelitian menunjukkan ada hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan tentang penatalaksanaan diet mempengaruhi tekanan darah pada lansia penderita hipertensi di lokasi penelitian. Sebagian besar mengetahui tentang pengertian hipertensi, penyebab hipertensi, tanda dan gejala hipertensi, komplikasi hipertensi, pencegahan hipertensi dan diet hipertensi. Fakta penelitian ini dapat dijelaskan bahwa, dari 41 responden yang patuh menjalankan diet hipertensi, sebagian besar (2,5%) memiliki pengetahuan yang baik tentang hipertensi dan (97,5) pengetahuannya cukup. Pelaksanaan diet yang baik, hanya dapat dilakukan oleh pasien yang memiliki pengetahuan yang baik, karena pengetahuan yang baik akan membentuk pemahaman atau persepsi yang baik untuk melaksanakan diet hipertensi dengan patuh. Hasil analisis juga mengungkapkan bahwa mereka yang memiliki pengetahuan yang tinggi lebih patuh melaksanakan diet dibanding mereka yang berpengetahuan rendah.

ABSTACT

Hypertension often does not cause signs and symptoms, so it is called the silent killer. Efforts that can be made to prevent complications of hypertension are by having good management of hypertension with a low-salt diet. Lack of knowledge about a low-salt diet will have an impact on high sodium intake, which can trigger an increase in high blood pressure. The research results show that there is a significant relationship between the level of knowledge about diet management and blood pressure in elderly people with hypertension at the research location. Most people know about the meaning of hypertension, causes of hypertension, signs and symptoms of hypertension, complications of hypertension, prevention of hypertension and hypertension diet. The facts of this research can be explained that, of the 41 respondents who adhere to the hypertension diet, the majority (2.5%) have knowledge good knowledge about hypertension and (97.5) sufficient knowledge. Implementing a good diet can only be done by patients who have good knowledge, because good knowledge will form a good understanding or perception to adhere to the hypertension diet. The results of the analysis also revealed that those with high knowledge were more compliant with dieting than those with low knowledge