

## PENGARUH PEMBERIAN EDUKASI TENTANG STATUS GIZI PADA LANSIA DENGAN HIPERTENSI DIWILAYAH KERJA PUSKESMAS NGUTER SUKOHARJO TAHUN 2024

Aldya Herdeaningsih<sup>1\*</sup>, Rovica Probowati<sup>2</sup>, Marni<sup>3</sup>

Program Pendidikan S1 Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Duta Bangsa Surakarta, Indonesia<sup>1,2,3</sup>

\*Corresponding Author : aldyaherdean@gmail.com

### ABSTRAK

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan desain penelitian yang digunakan yaitu *Pre-Experimental Design One Group Pre-Post Test Design*. Populasi dalam penelitian ini adalah lansia yang aktif terdaftar melakukan kunjungan di Wilayah Kerja Puskesmas Nguter, Kabupaten Sukoharjo yaitu sebanyak 174 orang. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini dilakukan dengan Teknik Random Sampling dan menggunakan rumus slovin dengan hasil yang didapat sebanyak 121 responden. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan kuesioner pre-test dan post-test, untuk mengetahui adanya pengaruh atau tidak sebelum dan setelah dilakukan edukasi tentang status gizi. Analisis data statistik menggunakan Uji Kolmogorov Smirnov karena jumlah data lebih dari 50 orang, sedangkan untuk menguji pengaruh edukasi antara variabel independen (status gizi) dengan variabel dependen (hipertensi) menggunakan Uji Wilcoxon Signed Rank. Berdasarkan hasil penelitian, terdapat perbedaan bermakna dari pengetahuan sebelum dan sesudah dilakukan edukasi gizi terhadap lansia dengan hipertensi ( $p \leq 0,5$ ). Berdasarkan hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa edukasi gizi memberikan dampak positif dalam mengubah gaya hidup sehat dan meningkatkan pengetahuan tentang hipertensi. Adanya hubungan tentang usia yaitu lansia dengan usia > 60 dan tingkat pendidikan rendah yang mempengaruhi pengetahuan sehingga dapat terjadinya hipertensi pada lansia, tingkat pengetahuan pada responden saat setelah diberi perlakuan lebih besar nilainya, yaitu : baik sebanyak 98,3%, daripada sebelum diberikan edukasi tentang status gizi pada lansia yang memiliki hipertensi, yaitu : cukup sebanyak 76,0%. Maka, dari hasil pemberian edukasi terdapat peningkatan pengetahuan sebanyak 22,3%. Adanya pengaruh pengetahuan pada responden sesudah diberikan edukasi tentang status gizi yaitu responden lebih memahami apa yang harus dilakukan terhadap penyakit hipertensi pada lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Nguter Sukoharjo.

**Kata kunci** : edukasi, hipertensi, lansia, status gizi

### ABSTRACT

*This research uses quantitative research methods with the research design used, namely Pre-Experimental Design One Group Pre-Post Test Design. The population in this study were elderly people who were actively registered to visit the Nguter Community Health Center Work Area, Sukoharjo Regency, namely 174 people. The sampling technique in this research was carried out using the Random Sampling Technique and using the Slovin formula with the results obtained as many as 121 respondents. Based on these results, it can be concluded that nutrition education has a positive impact in changing a healthy lifestyle and increasing knowledge about hypertension. There is a relationship regarding age, namely elderly people aged > 60 years and a low level of education which influences education so that hypertension can occur in the elderly, the level of knowledge of respondents after being given treatment is of greater value, namely: good as much as 98.3%, than before being given education regarding the nutritional status of elderly people suffering from hypertension, namely: sufficient, 76.0%. So from the results of this education there was an increase in knowledge of 22.3%. There is an influence of knowledge on respondents after being given education about nutritional status, namely that respondents understand better what to do about hypertension in the elderly in the Nguter Sukoharjo Community Health Center Working Area.*

**Keywords** : elderly, education, hypertension, nutritional status

## PENDAHULUAN

Lansia merupakan seseorang yang berusia diatas 60 tahun keatas, seiring bertambahnya usia kondisi seseorang akan menurun sehingga membuatnya rentan terhadap penyakit. Hal ini yang menyebabkan lansia beresiko tinggi mengalami berbagai macam penyakit *degeneratif*, yaitu memburuknya kondisi kesehatan pada suatu jaringan atau organ seiring berjalannya waktu, seperti hipertensi, diabetes melitus, kanker, jantung koroner dan rematik. Proses penuaan pada lansia akan terjadi perubahan mulai dari fisik, mental, sosial, ekonomi dan fisiologi. Salah satu penyakit yang sering dialami oleh lansia adalah hipertensi, yakni perubahan yang terjadi pada struktur vena besar sehingga menyebabkan terjadinya hipertensi (Ni Kadek, 2022).

Saat ini pola penyakit hipertensi tidak lagi didominasi kelompok lansia namun terjadi pada kelompok usia dewasa di bawah 50 tahun yang terkena hipertensi sehingga sering ditemukan kematian mendadak atau disfungsi gerak, bicara dan memori. Prevalensi hipertensi di Indonesia pada tahun 2017 meningkat menjadi 30,9 % menurut hasil survei Indikator Kesehatan Nasional. Hipertensi merupakan kondisi darah yang mengalami peningkatan atau berada diatas batas normal yaitu tekanan darah sistolik diatas 140 mmHg, sedangkan tekanan darah diastolik diatas 90 mmHg. Kondisi ini yang akan menyebabkan pembuluh darah akan terus-menerus mengalami peningkatan tekanan. Tekanan darah normal berada pada nilai 120 mmHg sistolik dan 80 mmHg. Apabila tekanan darah melewati batas tersebut maka dapat dikatakan darah seseorang itu tinggi. Hipertensi dapat dikatakan pembunuh terselubung, walaupun tidak memberikan gejala pada penderitanya, bukan berarti hipertensi tidak berbahaya. Pada umumnya segala gangguan medis yang timbul akan diikuti tanda dan gejalanya. Namun tidak dengan hipertensi, hipertensi akan cenderung meningkat dengan bertambahnya usia dan faktanya hipertensi lebih banyak menyerang pada : orang dewasa, muda dan paruh baya dengan perbandingan hipertensi lebih banyak dialami oleh perempuan dari pada laki-laki yaitu 10:8 (Ni Kadek, 2022).

Menurut *WHO (World Health Organization)* angka kejadian hipertensi di dunia yang menduduki peringkat tertinggi adalah di Afrika sebesar 46%, kawasan Asia Tenggara 36%, prevalensi hipertensi tertinggi berada dibeberapa negara yang berpendapatan rendah seperti di Afrika memperkirakan bahwa pada tahun 2020 penyakit tidak menular akan menyebabkan 73% kematian dan 60% kesakitan di dunia, insiden dan prevalensi hipertensi di Indonesia meningkat, sedangkan kasus hipertensi di Jawa Tengah mengalami kenaikan dari tahun sebelumnya yaitu 25,8% menjadi 37,57%. Berdasarkan data dari Profil Kesehatan Sukoharjo laporan Puskesmas pada tahun 2019 kasus hipertensi sebanyak 85.418 kasus yang ditemukan, dengan kasus terbanyak di Puskesmas Mojolaban 27.043 kasus (31,66%) dan paling sedikit di Puskesmas Weru 1.693 kasus ( 1,98 %). Jumlah kasus yang ditemukan di Puskesmas meliputi pasien yang berkunjung ke Pos Binaan Terpadu (Profil Kesehatan Kabupaten Sukoharjo, 2019).

Peningkatan status hipertensi ini dapat disebabkan oleh dia faktor yaitu, faktor yang dapat diubah dan faktor yang tidak dapat diubah. Salah satu faktor yang dapat diubah yaitu status gizi yang mana merupakan keadaan dimana adanya ketidakseimbangan antara asupan zat gizi dari makanan dengan kebutuhan zat gizi yang diperlukan oleh metabolisme tubuh. Ada 4 (empat) kategori adanya ketidakseimbangan antara asupan zat gizi dari makanan dengan kebutuhan zat gizi yang diperlukan oleh metabolisme tubuh. Ada 4 (empat) kategori status gizi antara lain : Status gizi kategori kurus, normal, berat badan lebih dan obesitas. Menurut penelitian oleh Ghesya, 2021 Terdapat peningkatan pengetahuan dan sikap pada kedua kelompok setelah diberi edukasi gizi dengan media leaflet dan ceramah (p0,05). Setelah dilakukan edukasi gizi tentang hipertensi dengan media leaflet, pada kelompok

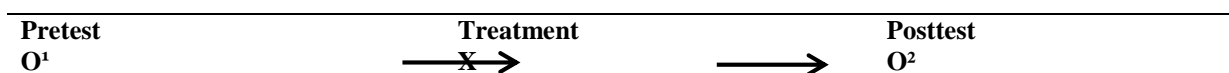
perlakuan mengalami peningkatan pengetahuan sebesar 17,34 dan sikap sebesar 0,02. Sedangkan edukasi gizi tentang hipertensi dengan ceramah pada kelompok kontrol mengalami peningkatan pengetahuan sebesar 20,88 dan sikap sebesar 0,10 (Ghesya, 2021).

Menurut penelitian oleh Siti, 2019 menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara status gizi terhadap tekanan darah dengan nilai p yaitu 0,001 yang berkaitan dengan ketidaknormalan pada elastisitas dinding pembuluh darah, curah jantung serta tahanan perifer yang mengakibatkan tekanan darah menjadi tidak normal. Status gizi yang tidak normal seperti obesitas dapat menggambarkan bahwa tingginya komposisi lemak dan karbohidrat pada tubuh mengakibatkan penumpukan deposit lemak *trigliserida* secara kontinyu dipembuluh darah dan akan mengalami penurunan elastisitasnya. Kondisi tersebut bisa menyebabkan peningkatan tahanan perifer, sehingga kerja jantung akan semakin berat untuk memompakan darah keseluruh tubuh (Siti, 2019). Berdasarkan hasil penelitian oleh Langingi, 2021 berasumsi bahwa status gizi dapat mempengaruhi hipertensi karena faktor pencetus yaitu obesitas atau berat badan berlebih sehingga yang banyak menderita Hipertensi Derajat 1 di dibandingkan Hipertensi Derajat 2 (Langingi, 2021). Berdasarkan penelitian Fitriyani, 2020 adalah lansia mengkonsumsi garam sebanyak 50%, status gizi dengan obesitas sebanyak 11,7%, dan berat badan berlebih sebanyak 20,8% (Muslimah & Khasanah, 2023).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan pada tanggal 04 Januari 2024 di Puskesmas Nguter Sukoharjo hasil survei yang dilakukan oleh peneliti, prevalensi lanjut usia (>60 tahun) dengan hipertensi adalah sebanyak 174 orang. Berdasarkan survei tersebut diketahui bahwa hipertensi banyak dialami oleh perempuan. Kecamatan Nguter memiliki 16 desa yang masing-masing terdapat Posbindu PTM aktif, salah satunya adalah di Desa Pondok, ada hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti sebanyak 10 responden mengaku bahwa masalah hipertensi terjadi akibat dari kurangnya mengatur pola gizi seimbang seperti kebiasaan mengkonsumsi makanan berlemak dan tidak membatasi diet garam, sehingga data prevalensi hipertensi pada lansia dan status gizi terutama di Indonesia masih tinggi termasuk di Nguter, Sukoharjo.

## METODE

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan desain penelitian yang digunakan yaitu *Pre-Experimental Design One Group Pre-Post Test Design*. Dalam penelitian ini adalah terdapat sebanyak 121 lansia yang mengalami hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Nguter pada bulan Maret 2024, yang nantinya akan dilakukan *pretest* sebelum dilakukan pengukuran tekanan darah. Kemudian setelah hasil *pretest* terlihat hal selanjutnya yaitu memberikan *treatments* atau perlakuan yang diberikan untuk melihat hasil selanjutnya. Tahap selanjutnya yaitu *posttest*, tahap ini dilakukan sebagai evaluasi setelah *terreatment* yang sudah diberikan dilakukan. Desain *one group pretest-posttest* digunakan sesuai dengan tujuan yang hendak dicapai yaitu untuk mengetahui pengaruh pemberian edukasi tentang status gizi pada kejadian hipertensi lansia. Penelitian ini dilakukan karena telah menerima sertifikat etik dari komite etik RSUD Dr. Moewardi sejumlah 1 lembar.



Grafik 1. Desain Penelitian *One Group Pretest dan Posttest*

Analisis data penelitian menggunakan aplikasi Software SPSS Versi 25. Data dianalisis menggunakan Uji *Wilcoxon Paired Signed test* (Uji berpasangan) untuk mengetahui pengaruh edukasi tentang status gizi terhadap pengetahuan lensia dengan hiepertensi.

**HASIL**

Dari hasil penelitian yang telah dilakukan terhadap 121 responden yang terdiri dari lansia dengan hipertensi oleh peneliti di Wilayah Kerja Puskesmas Nguter Sukoharjo didapatkan hasil dengan karakteristik responden pada penelitian ini adalah usia, jenis kelamin, pendidikan, pekerjaan dan Indeks Massa Tubuh (IMT).

**Tabel 1. Data Hasil Observasi Karakteristik Responden**

Usia	Jumlah	Persen %
Lanjut Usia 60-74 Tahun	110	90,9%
Lanjut Usia Tua 75-90 Tahun	11	9,1%
<b>Jenis Kelamin</b>		
Perempuan	107	88,4%
Laki – Laki	14	11,6%
<b>Pendidikan</b>		
SD	68	56,2%
SMP	12	9,9%
SMA	7	5,8%
D1/D2/D3/PT	1	0,8%
Tidak Bersekolah	33	27,3%
<b>Pekerjaan</b>		
Buruh/Tani	14	11,6%
Pedagang	12	9,9%
Karyawan/Kantor	15	12,4%
Tidak Berkerja	80	66,1%
<b>Indeks Massa Tubuh</b>		
<18,5 kg/m <sup>2</sup>	Kurus	73
18,5 – 24,9 kg/ m <sup>2</sup>	Normal	38
25 – 27kg/ m <sup>2</sup>	Gemuk	9
>27 kg/ m <sup>2</sup>	Obesitas	1

Pada tabel 1 menunjukkan bahwa usia responden terbanyak adalah lansia dengan rentang usia 60-70 tahun yaitu sebanyak 110 orang (90,9%), sedangkan pada tabel jenis kelamin di dapatkan hasil responden terbanyak adalah perempuan yaitu sebanyak 107 orang (88,4%) dibandingkan dengan laki – laki sebanyak 14 orang (11,6%). Tingkat pendidikan terakhir terbanyak adalah pada tingkat pendidikan SD yaitu sebanyak 68 orang (56,2%), sedangkan pada tingkat pendidikan SMP sebanyak 12 orang (9,9%), SMA sebanyak 7 orang (5,9%), Perguruan Tinggi sebanyak 1 orang (0,8%) dan yang tidak bersekolah sebanyak 33 orang (27,3%). Sebagian besar pekerjaan responden adalah tidak berkerja atau sebagai ibu rumah tangga sebanyak 80 orang (66,1%), pekerjaan lainnya adalah sebagai buruh yaitu sebanyak 14 orang (11,6%), pedagang sebanyak 12 orang (9,9%) dan karyawan/kantor sebanyak 15 orang (12,4%). Dari hasil IMT responden paling banyak yaitu <18,5 atau bisa disebut berat badan kurang sebanyak 73 orang (60,3%) diketahui banyak lansia yang hidup sendiri dan tidak dapat mengatur serta tidak ada yang memantau pola makan yang sehat. Dibawah ini merupakan tabel distribusi frekuensi lansia dengan hipertensi yang menunjukkan bahwa lansia dengan Hipertensi Tahap 1 sebanyak 79 orang (65,3%), sedangkan lansia dengan Hipertensi Tahap 2 sebanyak 42 orang (34,7%).

**Tabel 2. Data Lansia dengan Hipertensi**

Klasifikasi Hipertensi	Jumlah	Persen
Hipertensi Tahap 1 (140-159 / 90-99 mmHg)	79	65,3%
Hipertensi Tahap 2 (>160// >100 mmHg)	42	34,7%

Tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah dilakukan pemberian edukasi tentang status gizi dapat dilihat pada tabel 3, sebagai berikut :

**Tabel 3. Distribusi Frekuensi Pengetahuan Responden**

Kategori	Pretest		Posttest	
	n	%	n	%
Pengetahuan Kurang <56%	9	7,4%	0	0%
Cukup (56 – 75%)	92	76,0%	2	1,7%
Baik (76 – 100%)	20	16,5%	119	98,3%

Hasil penelitian menunjukkan sebelum diberikan edukasi ada 9 orang (7,4%) dengan kategori tingkat pengetahuan kurang dan kategori cukup sebanyak 92 orang (76,0%), sedangkan dengan kategori baik sebanyak 20 orang (16,5%). Berbanding dengan sesudah diberikan edukasi tingkat pengetahuan responden meningkat menjadi kategori baik sebanyak 119 orang (98,3%) dan kategori cukup 2 orang (1,7%) serta tidak ada responden dengan tingkat pengetahuan kurang. Maka, dari hasil pemberian edukasi terdapat peningkatan pengetahuan sebanyak 22,3%.

Tingkat pengetahuan kurang saat sebelum diberikan edukasi terdiri dari 27,3% responden yang tidak bersekolah dan 56,2% responden yang tingkat pendidikan SD, walaupun sudah sering mendapatkan edukasi tentang hipertensi namun masih saja banyak lansia yang belum mengetahui pentingnya menjaga pola gizi dan makanan yang dianjurkan untuk penderita hipertensi. Pendidikan yang rendah dan pengetahuan kurang terutama terhadap kesehatan dan sulit menerima informasi (penyuluhan) yang diberikan oleh petugas akan berdampak pada perilaku atau pola hidup individu sehingga ada kecenderungan untuk mudah mengalami hipertensi (Hanifa, 2022).

Hal ini dapat terjadi karena responden belum memahami betul tentang hipertensi dan pola makan yang benar agar gizi tercukupi untuk tubuh. Hal ini sama dengan penelitian yang dilakukan oleh (Retno Dewi, 2022) dari hasil pretest yang telah dilakukan sebelum pelaksanaan edukasi gizi, rata-rata peserta memiliki tingkat pengetahuan dalam kategori baik dengan hasil skor rata-rata 77,2%. Pemberian edukasi gizi mengenai gizi baik bagi lansia sebagai sarana peningkatan pengetahuan gizi lansia.

**Tabel 4. Uji Non Parametrik Wilcoxon Signed Rank Test**

Wilcoxon Signed Rank Test	Pengaruh Edukasi	Hipertensi	
		N	Asymp. Sig. (2-tailed)
	Pre-test	121	,000
	Post-test	121	,000

Berdasarkan output hasil dari Uji Non Parametrik Mann Whitney U Test, diketahui nilai signifikansi *Asymp. Sig. (2-tailed)* adalah  $< ,001$  yaitu data berdistribusi normal atau “Hipotesis Diterima”, karena data dari uji test tersebut menunjukkan nilai *Asymp. Sig*  $< 0,05$ , berarti data tersebut dikatakan berdistribusi normal karena nilai yang dihasilkan adalah  $< ,001$  kurang dari  $p$  value  $< 0,05$ , dengan demikian dapat dikatakan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan atau dapat disebut juga “ada pengaruh” dari hasil *pre-test* dan *post-test* setelah dilakukan Edukasi Tentang Status Gizi terhadap Lansia Dengan Hipertensi.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Finda Istiqomah, 2022) yang mana terjadi peningkatan pengetahuan setelah responden diberi materi edukasi. Hal tersebut diketahui dari nilai rata-rata posttest lebih tinggi dari pretest dengan meningkatkan nilai sebanyak 14,22%..



## PEMBAHASAN

Usia merupakan lamanya waktu hidup seseorang sejak dilahirkan, semakin meningkatnya usia seseorang, maka dapat meningkatkan peluang terjadinya hipertensi, karena bertambahnya usia akan merubah struktur pembuluh darah besar sehingga mempersempit lumen dan dinding pembuluh darah menjadi lebih kaku. Akibatnya, elastisitas pembuluh darah arteri menjadi berkurang. Selain itu, bertambahnya usia seseorang dapat mengganggu mekanisme neurohormonal, seperti peningkatan konsentrasi plasma perifer, glomerulosklerosis, serta intestinal fibrosis yang menyebabkan peningkatan vasokonstriksi dan ketahanan vaskuler sehingga tekanan darah meningkat (Nuraeni, 2019). Berdasarkan penelitian yang dilakukan di Wilayah kerja Puskesmas Nguter ini menunjukkan bahwa usia responden terbanyak adalah lansia dengan rentang usia 60-70 tahun yaitu sebanyak 110 orang (90,9%), hal ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Rahmah, 2022), yang menunjukkan fakta bahwa sebagian besar penduduk lansia di Kalimantan Timur yang mengalami hipertensi berusia 65-74 tahun (41,4%). Hal ini diduga terjadi karena pengaruh jumlah responden yang diteliti sebagian besar berusia 65-74 tahun (74,9%).

Berdasarkan data yang diperoleh dari hasil penelitian penderita hipertensi berjenis kelamin perempuan lebih banyak yaitu sebanyak 107 orang (88,4%), dibandingkan dengan yang laki – laki yaitu sebanyak 14 orang(11,6%). Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh (Risna Damayanti, dkk, 2022), didapatkan sebagian besar 85,7% berjenis kelamin perempuan. Hipertensi lebih banyak terjadi pada pria dibandingkan wanita sampai kira-kira umur 55 tahun, resiko pada pria dan wanita hampir sama antara usia 55 sampai 74 tahun. Hal ini sejalan dengan penelitian (Novita, dkk, 2017) mengatakan bahwa resiko terjadinya hipertensi pada wanita meningkat setelah berusia lebih dari 45 tahun (masa menopause). Sebelum memasuki masa menopause, perempuan mulai kehilangan hormon estrogen sedikit demi sedikit dan sampai masanya hormon estrogen harus mengalami perubahan sesuai dengan umur perempuan, yaitu dimulai sekitar umur 45-55 tahun. Perempuan menopause mengalami perubahan hormonal yang menyebabkan kenaikan berat badan dan tekanan darah menjadi lebih reaktif terhadap konsumsi natrium, sehingga mengakibatkan peningkatan tekanan darah. Hal ini menyebabkan bahwa orang yang berjenis kelamin perempuan lebih banyak menderita hipertensi dibandingkan laki-laki terutama pada penderita hipertensi dewasa tua dan lansia (Glenn, 2020).

Tingkat pengetahuan kurang saat sebelum diberikan edukasi terdiri dari 27.3% responden yang tidak bersekolah dan 56,2% responden yang tingkat pendidikan SD, walaupun sudah sering mendapatkan edukasi tentang hipertensi namun masih saja banyak lansia yang belum mengetahui pentingnya menjaga pola gizi dan makanan yang dianjurkan untuk penderita hipertensi. Pendidikan yang rendah dan pengetahuan kurang terutama terhadap kesehatan dan sulit menerima informasi (penyuluhan) yang diberikan oleh petugas akan berdampak pada perilaku atau pola hidup individu sehingga ada kecenderungan untuk mudah mengalami hipertensi (Hanifa, 2022).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan responden sebelum diberikan edukasi paling banyak adalah cukup dengan persentase nilai (56 - 75%) sebanyak 92 orang (76,0%). Sesudah diberikan edukasi pengetahuan responden meningkat menjadi baik dengan persentase nilai (76 – 100%) sebanyak 119 orang (98,3%). Maka, dari hasil pemberian edukasi terdapat peningkatan pengetahuan sebanyak 22,3%. Hal ini dapat terjadi karena responden belum memahami betul tentang hipertensi dan pola makan yang benar agar gizi tercukupi untuk tubuh. Hal ini sama dengan penelitian yang dilakukan oleh (Retno Dewi, 2022), dari hasil *pretest* yang telah dilakukan sebelum pelaksanaan edukasi gizi, rata-rata peserta memiliki tingkat pengetahuan dalam kategori baik dengan hasil skor rata-rata 77,2%. Pemberian edukasi gizi mengenai gizi baik bagi lansia sebagai sarana peningkatan

pengetahuan gizi lansia. Setelah diberikan edukasi tentang status gizi melalui penyuluhan yang dilakukan terjadi peningkatan ke arah yang lebih baik yaitu kategori yang awalnya cukup dengan persentasi 76,0% menjadi baik yaitu 98,3% dan tidak ada responden dengan tingkat pengetahuan kurang. Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian oleh (Maharani, 2019), yang menyimpulkan bahwa tingkat pengetahuan responden setelah mendapatkan penyuluhan kesehatan (*posttest*) mengalami peningkatan jumlah tingkat pengetahuan yang baik sebanyak 6,94% dan diberikan penyuluhan meningkat menjadi sebanyak 20,83%. Pengetahuan pasien hipertensi tentang status gizi dan pengaturan pola makan akan menimbulkan kesadaran yang berdampak dan berpengaruh dalam mengontrol tekanan darah. Terjadinya perubahan tekanan darah setelah dilakukan intervensi pemberian edukasi, terjadi peningkatan pengetahuan tentang hipertensi, sehingga keluarga dan lansia menghindari hal-hal yang dapat menyebabkan terjadinya peningkatan tekanan darah, keluarga dan lansia berusaha menerapkan pola hidup yang sehat dengan memperbaiki pola makan/diet hipertensi, rajin melakukan aktivitas fisik, istirahat yang cukup dan mampu mengelola stress (Risna Damayanti, dkk, 2022). Melalui edukasi, bukan hanya mengubah seseorang dari tidak tahu menjadi tahu tetapi lebih mengubah suatu prinsip yang sebelumnya tidak diketahui benar atau salah, sehingga memberikan kepastian terhadap pengetahuannya (Hanifa, 2022).

Berdasarkan output hasil dari Uji *Non Parametrik Wilcoxon Signed Rank Test* , diketahui nilai signifikansi *Asymp. Sig. (2-tailed)* adalah ,000 yaitu data berdistribusi normal atau “Hipotesis Diterima”, karena data dari uji test tersebut menunjukkan nilai *Asymp. Sig* <0,05, berarti data tersebut dikatakan berdistribusi normal karena nilai yang dihasilkan adalah ,000 kurang dari  $\rho$  value <0,05, dengan demikian dapat dikatakan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan atau dapat disebut juga “ada pengaruh” dari hasil *pre-test* dan *post-test* setelah dilakukan Edukasi Tentang Status Gizi terhadap Lansia Dengan Hipertensi. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Finda Istiqomah,2022), yang mana terjadi peningkatan pengetahuan setelah responden diberi materi edukasi. Hal tersebut diketahui dari nilai rata-rata *post-test* lebih tinggi dari *pre-test* dengan peningkatkan nilai sebanyak 14,22%.

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan “Pengaruh Pemberian Edukasi Tentang Status Gizi Pada Lansia Dengan Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Nguter Sukoharjo Tahun 2024” maka dapat disimpulkan bahwa karakteristik jenis kelamin lansia dengan hipertensi terbanyak adalah dengan jenis kelamin perempuan yaitu 107 (88,4%) dibandingkan dengan llaku-laki dari 121 responden. Diketahui bahwa adanya hubungan tentang usia yaitu lansia dengan usia > 60 dan tingkat pendidikan rendah yang mempengaruhi pengetahuan sehingga dapat terjadinya hipertensi karena responden yang tingkat pendidikan SD, walaupun sudah sering mendapatkan edukasi tentang hipertensi namun masih saja banyak lansia yang belum mengetahui pentingnya menjaga pola gizi dan makanan yang dianjurkan untuk penderita hipertensi. Pendidikan yang rendah dan pengetahuan kurang terutama terhadap kesehatan dan sulit menerima informasi (penyuluhan) yang diberikan oleh petugas akan berdampak pada perilaku atau pola hidup individu sehingga ada kecenderungan untuk mudah mengalami hipertensi pada lansia, tingkat pengetahuan pada responden saat setelah diberi perlakuan lebih besar nilainya, yaitu : baik sebanyak 98,3%, daripada sebelum diberikan edukasi tentang status gizi pada lansia yang memiliki hipertensi, yaitu : cukup sebanyak 76,0%. Maka, dari hasil pemberian edukasi terdapat peningkatan pengetahuan sebanyak 22,3%. Adanya pengaruh pengetahuan pada responden sesudah diberikan edukasi tentang status gizi yaitu responden lebih memahami apa yang harus dilakukan terhadap penyakit hipertensi pada lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Nguter Sukoharjo.

## UCAPAN TERIMAKASIH

Saya mengucapkan banyak Terimakasih kepada pembimbing karena telah dengan sabar dan bersedia mendampingi serta mengarahkan saya dari awal hingga proses skripsi ini selesai, saya juga mengucapkan banyak terimakasih kepada Universitas Duta Bangsa Surakarta yang mana selama saya menuntut ilmu banyak wawasan dan relasi yang saya terima, dosen dengan berbagai pengalamannya dan ilmu yang bermanfaat bagi saya dan semoga bisa saya jadikan motivasi untuk lebih maju dan berkembang.

## DAFTAR PUSTAKA

- Andrian, K. (2020). Gambaran Status Gizi Lansia Di Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia Pucung Gading Semarang.
- Atik, S. (2021). Hubungan Perilaku Kesehatan Dengan Tingkat Hipertensi di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Selogiri Wonogiri.
- Aulia, D. H. (2023). Pengaruh Pemberian Teh Daun Murbei (*Morus alba L.*) dengan Penambahan Kayu Manis (*Cinnamomum burmanii*) terhadap Kadar Kolesterol Darah pada Penderita Obesitas”.
- Dinda, D. U. (2021). Pengaruh Edukasi DASH Diet Menggunakan Video Animasi dan Leaflet Terhadap Pengetahuan Pada Orang Dewasa di Kelurahan Padang Kapuk Kabupaten Bengkulu Selatan Tahun 2021.
- Finda Istiqomah. Pengaruh Pemberian Edukasi Terhadap Pengetahuan Hipertensi Peserta Prolanis Perempuan di Puskesmas Brambang, Kabupaten Jombang. Published online 2022.
- Ghesya, P. R. (2021). Pengaruh Edukasi Gizi Tentang Hipertensi Dengan Media Leaflet Terhadap Pengetahuan dan Sikap Lansia di Desa Ambarwinangun Kecamatan Ambal Kebumen.
- Glenn FL. Gambaran Penderita Hipertensi Pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Karangjati Kabupaten Ngawi. Published Online 2020
- Hanifa R. Pengaruh Edukasi Gizi Melalui Media Sosial Whatsapp Terhadap Pengetahuan dan Sikap Pasien Hipertensi di Puskesmas Air Tabit Kota Payakumbuh Tahun 2022. Published online 2022.
- Hanum, R. (2022). Faktor – Faktor yang Mempengaruhi Status Gizi Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Muara Dua Kota Lhokseumawe. 8(2).
- Langingi, A. R. C. (2021). Hubungan Status Gizi dengan Derajat Hipertensi Pada Lansia Di Desa Tombolango Kecamatan Lolak. *Coping: Community of Publishing in Nursing*, 9(1), 46. <https://doi.org/10.24843/coping.2021.v09.i01.p07>
- Kerja Puskesmas Ciputat Timur Kota Tangerang Selatan Tahun 2019. Suaib, M. (2019). Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia.
- Miyahul, J. (2022). Studi Kasus Penerapan Asuhan Keperawatan Gerontik Pada Penderita Hipertensi Dengan Pendekatan Keluarga Binaan di Desa Rejeni Krembung Sidoarjo.
- Muslimah, N. F., & Khasanah, T. A. (2023). Hubungan Pengetahuan, Asupan Natrium, dan Status Gizi Dengan Kejadian Hipertensi di Poli Lansia Puskesmas Kecamatan Ciracas. 1.
- Ni Kadek, D. P. (2022). Gambaran pemberian Senam *Ergonomik* pada Lansia Penderita Hipertensi di desa gelgel kecamatan klungkung kabupaten klungkung tahun 2022.
- Ni Luh, S. Y. (2022). Gambaran Kepatuhan Diet dan Tekanan Darah Pasien Hipertensi di Puskesmas Abiansemal II.
- Profil Kesehatan Kabupaten Sukoharjo 2019.pdf. (n.d.).



- Rahmah AA. Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Hipertensi Pada Kelompok Lanjut Usia ( $\leq 65$  Tahun) di Kalimantan Timur (Analisis Lanjut Data RISKESDAS 2018). Published Online 2022
- Retno Dewi dkk. Edukasi Gizi dan Penilaian Status Gizi Lansia Di Desa Karangasem Sukoharjo. Published online 2022.
- Risna Damayanti, dkk D. Pengaruh Pemberian Edukasi Terhadap Perubahan
- Rohkuswara, T. D., & Syarif, S. (2017). Hubungan Obesitas dengan Kejadian Hipertensi Derajat 1 di Pos Pembinaan Terpadu Penyakit Tidak Menular (Posbindu PTM) Kantor Kesehatan Pelabuhan Bandung Tahun 2016. *Jurnal Epidemiologi Kesehatan Indonesia*, 1(2).
- Sakinah, S. M. (2019). Asuhan Keperawatan Lansia Dengan Hipertensi Di Panti Tresna Werdha Nirwana Puri Samarinda.
- Siti, R. (2019). Hubungan Status Gizi Dengan Kejadian Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Ciputat Timur Kota Tangerang Selatan TAHUN 2019.
- Siti, R. (2019b). Hubungan Status Gizi Dengan Kejadian Hipertensi Di Wilayah
- Sumarlin, R. (2021). Penilaian Status Gizi, *Open Science Framework*. <https://doi.org/10.31219/osf.io/tem7f>
- Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi. Published online 2022.
- Tiara, T. T. (2021). Pengaruh Pemberian Daun Salam (*Syzygium polyanthum*) Pada Penyakit Hipertensi : Sebuah Studi Literatur.
- Umbas, I. M., Tuda, J., & Numansyah, M. (2019). Hubungan Antara Merokok Dengan Hipertensi Di Puskesmas Kawangkoan. *Jurnal Keperawatan*, 7(1).
- Warjiman, E. E. (2020). *Srining Dan Edukasi Penderita Hipertensi*. 2. WHO. (2023). *Hipertensi*.
- Yulanda, G., & Lisiswanti, R. (2017). *Penatalaksanaan Hipertensi Primer*.