

## HUBUNGAN PENGETAHUAN DAN ASUPAN NATRIUM TERHADAP KEJADIAN HIPERTENSI PADA PRALANSIA (MIDDLE AGE) DI KELURAHAN JAYA MUKTI KOTA DUMAI

*The Correlation Between Knowledge and Sodium Intake to The Incidence Of Hypertension In Middle Age  
In Jaya Mukti Village, Dumai City*

Zika Nursakinah<sup>1\*</sup>, Yanti Ernalia<sup>1</sup> & Sofya Maya<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Program Studi Gizi, Fakultas Pertanian dan Peternakan, UIN Sultan Syarif Kasim

JL. HR. Soebrantas KM.15 Simpang Baru Panam Pekanbaru

\*Email korespondensi: [nursakinahzika@gmail.com](mailto:nursakinahzika@gmail.com)

### ABSTRACT

*Hypertension is a high blood pressure in the blood flow through the arteries that occurs mostly in middle adulthood. Hypertension can be influenced by several factors, including knowledge and sodium intake. This study aims to analyze the correlation between knowledge and sodium intake with the incidence of hypertension in Jaya Mukti Village, Dumai City. This study used a cross-sectional design with 61 respondents selected through accidental sampling technique. Data were collected through a knowledge questionnaire, Food Frequency Questionnaire Semi-Quantitative (FFQ-SQ) for sodium intake, and blood pressure measurement using a digital sphygmomanometer. Data were analyzed bivariate using the Chi-Square test. The results of this research showed that 59% of respondents had a low level of knowledge, 16.4% had a moderate level of knowledge, and 24.6% had a good level of knowledge. A total of 62.3% of respondents consumed excessive amounts of sodium, while 37.7% consumed adequate amounts of sodium. of the total respondents, 62.3% had hypertension, while 37.7% did not have hypertension. Chi-Square test results showed that there was a correlation between knowledge and the incidence of hypertension, with a p value of 0.000 (p < 0.1). In addition, there is a correlation between sodium intake and the incidence of hypertension with a p value of 0.000 (p < 0.1) and an OR value of 77.778. The results of this study showed that there was a correlation between knowledge and sodium intake on the occurrence of hypertension on middle age in Jaya Mukti Village, Dumai City.*

**Keywords:** hypertension, knowledge, middle age, sodium intake

### PENDAHULUAN

Pralansia (*middle age*) merupakan usia pertengahan yang merupakan usia awal memasuki masa tua yang dikenal dengan pralansia sehingga sangat rentan terhadap berbagai penyakit kronis salah satunya hipertensi (Alhuda dkk., 2018). Hipertensi atau penyakit tekanan darah tinggi merupakan keadaan ketika terjadi kenaikan tekanan darah yaitu di atas 140 mmHg untuk tekanan darah sistolik dan 90 mmHg untuk tekanan darah diastolik (Hartono, 2014). Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular yang menjadi masalah kesehatan kronik di masyarakat, disebabkan oleh perubahan gaya hidup masyarakat secara global, seperti tingginya konsumsi garam yang terus meningkat memiliki peran besar dalam meningkatkan kejadian hipertensi (Kurnia, 2020). Fenomena tekanan darah tinggi ini terjadi terutama tanpa memandang usia, salah satunya menyerang usia dewasa pertengahan (*middle age*). Hipertensi sering kali disebut sebagai pembunuh gelap (*Silent Killer*), karena termasuk penyakit yang mematikan tanpa disertai dengan gejala terlebih dahulu (Hastuti, 2022).

Menurut data *World Health Organization* (2023), sebanyak 1,28 miliar orang dewasa berusia 30-79 tahun diseluruh dunia menderita hipertensi, sebagian besar (dua pertiga) tinggal di negara berpenghasilan rendah dan menengah. Selain itu diperkirakan terdapat 46% orang dewasa dengan hipertensi tidak menyadari bahwa mereka memiliki kondisi tersebut. Kurang dari setengah orang dewasa (42%) dengan hipertensi didiagnosis dan diobati. Sekitar 1 dan 5 orang dewasa (21%) dengan hipertensi dapat mengontrolnya. Hipertensi merupakan penyebab utama kematian dini di seluruh dunia. Prevalensi hipertensi berdasarkan hasil data *Survei Kesehatan Indonesia* (2023), pada pasien penduduk  $\geq 15$  tahun, berdasarkan hasil pengukuran tekanan darah hipertensi pada perempuan yaitu 32,8%, lebih tinggi dibanding dengan laki-laki yaitu 25,6%, begitu juga berdasarkan diagnosis dokter 10,5% (perempuan) dan 5,5% (laki-laki). Prevalensi hipertensi di Indonesia berdasarkan hasil pengukuran 29,2%, diagnosis dokter sebesar 8,0%. Prevalensi hipertensi Provinsi Riau berdasarkan hasil pengukuran sebesar 24,2%, sedangkan diagnosis dokter sebesar 6,8%. Prevalensi hipertensi berdasarkan pengukuran tekanan darah

pada kelompok umur 45-54 tahun peningkatan angka hipertensi sebanyak 39,1%, umur 55-64 tahun sebanyak 49,5%, berdasarkan diagnosis dokter umur 45-54 tahun 11,8%, umur 55-64 tahun 18,7%.

Menurut Riset Kesehatan Dasar Kabupaten/ Kota Dumai sebesar 32,29 % dan menempati posisi ke 2 tertinggi terjadi hipertensi dari kabupaten/kota di Provinsi Riau (Riskesdas, 2018). Dinas Kesehatan Provinsi Riau (2022), pelayanan kesehatan hipertensi di Kota Dumai 18% tahun 2021, meningkat menjadi 46,9% tahun 2022. Berdasarkan data hasil cakupan pelayanan Kesehatan oleh Dinas Kesehatan Kota Dumai 2023, Dumai Timur merupakan kecamatan yang memiliki kasus hipertensi tertinggi nomor 1 di Kota Dumai karena penduduk yang padat, sebesar 15.788 penderita hipertensi, sedangkan yang mendapatkan pelayanan kesehatan sebesar 8.049 (51%) penderita hipertensi usia  $\geq 15$  tahun. Berdasarkan data Puskesmas Jaya Mukti tahun 2023 prevalensi hipertensi di Kelurahan Jaya Mukti usia  $\geq 15$  tahun sebanyak 4.396 penderita hipertensi, mendapatkan pelayanan kesehatan sesuai standar sebanyak 2.385 (54,25%) menempati posisi ke 1 tertinggi di antara kelurahan lainnya.

Seseorang yang memiliki tekanan darah tinggi, maka berkemungkinan besar akan menyebabkan terjadinya berbagai penyakit antara lain, yaitu penyakit jantung, gagal jantung kongesif, stroke, gangguan penglihatan, gagal ginjal, gagal jantung, bahkan komplikasi (Tambunan dkk., 2021). Dampak utama hipertensi yaitu terhadap jantung berhubungan dengan peningkatan *afterload*, dimana jantung harus berkontraksi lebih kuat dan akan mempercepat pembentukan aterosklerosis pada arteri *coroner* (Kemenkes, 2021). Faktor risiko hipertensi yang tidak dapat dimodifikasi yaitu hipertensi yang terjadi karena faktor alami dan faktor yang tidak bisa diubah seperti jenis kelamin, usia dan genetik, sedangkan Faktor risiko hipertensi yang dapat dimodifikasi adalah faktor yang dapat dicegah meliputi pendidikan rendah, pengaturan pola makan yang baik, kurangnya aktifitas fisik, stress, obesitas atau peningkatan berat badan, asupan alkohol yang berlebihan, merokok, dan asupan natrium berlebihan (Pikir dkk., 2015).

Pengetahuan lansia dipengaruhi kesehatan lansia seperti pekerjaan, pendidikan, dan tingkat sumber informasi melalui pelatihan dan pendidikan. Pasien hipertensi perlu memiliki pengetahuan yang cukup. Pengetahuan pasien hipertensi dapat membantu menjalankan pencegahan, pengendalian dan penanganan komplikasi lebih lanjut, hal ini untuk menangkal pasien tersebut untuk jatuh dalam komplikasi (Hutagalung, 2021). Pengetahuan merupakan tahap awal timbulnya kemampuan, karena kemampuan merupakan hasil proses belajar yang dimulai dengan adanya alih pengetahuan dari sumber belajar kepada subjek belajar dengan memperoleh informasi kesehatan yang menimbulkan kesadaran akan kesehatan sehingga masyarakat mampu mengetahui tentang penyakit, baik penyakit menular maupun tidak menular, mampu mengatasi masalah kesehatan mereka secara mandiri dan memilih diri dari ancaman kesehatan (Notoatmodjo, 2014).

Pola makan tinggi natrium dapat meningkatkan tekanan darah. Oleh karena itu, konsumsi natrium sebaiknya tidak berlebihan, karena asupan berlebih secara terus-menerus dapat memicu hipertensi, jika garam dikonsumsi sesuai kebutuhan, kesehatan pembuluh darah, fungsi ginjal, serta proses kimiawi dan faal tubuh akan tetap normal (Hastuti, 2022). Salah satu yang dapat dilakukan adalah melakukan DASH (*Dietary Approach to Stop Hypertension*) atau dapat didefinisikan sebagai suatu pendekatan diet dalam pencegahan hipertensi dengan mengonsumsi makanan yang rendah garam (Savitri dan Romina, 2021).

Menurut Diana dkk. (2018), mengatakan usia pralansia (45-59 tahun) adalah 12,7 kali lebih tinggi untuk mengembangkan hipertensi dari pada orang yang berusia 18-24 tahun, untuk mengidentifikasi yang dapat menimbulkan faktor resiko. Berdasarkan data dari Puskesmas Jaya Mukti, Kecamatan Dumai Timur, Kelurahan Jaya Mukti didapatkan 70% dari jumlah pasien hipertensi itu berusia 45-59 tahun berjumlah 600 jiwa dimana Kelurahan Jaya Mukti menjadi peringkat tertinggi kasus hipertensi dibandingkan dengan kelurahan lain, sehingga peneliti memilih lokasi tersebut sebagai tempat penelitian.

Berdasarkan survei awal yang dilakukan di Kelurahan Jaya Mukti melalui wawancara dengan 10 orang responden didapatkan bahwa 6 orang (60%) kurang mengetahui tentang penyakit hipertensi seperti penyebab hipertensi, gejala klinis hipertensi dan pencegahan penyakit hipertensi. Responden juga sering mengkonsumsi makanan yang banyak mengandung natrium seperti ikan laut, ikan asin, sarden kaleng, daging olahan, dikarenakan masyarakat dumai adalah masyarakat kota yang suka mengonsumsi makanan cepat saji seperti mie bakso dan mie ayam yang termasuk makanan tinggi natrium. Data Puskesmas Jaya Mukti Kelurahan Jaya Mukti mengalami peningkatan setiap tahunnya, tahun 2021 penderita hipertensi sebanyak 15,9%, tahun 2022 sebesar 31,3% dan tahun 2023 sebanyak 54,25%. Berdasarkan letak geografis Kelurahan Jaya Mukti terletak berdekatan dengan laut yang merupakan penghasil ikan laut (makanan tinggi natrium), juga berdekatan dengan pasar jual beli ikan laut dan sebagian besar penduduknya bermata pencarian sebagai nelayan atau pencari ikan. Berdasarkan uraian tersebut maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang Hubungan Pengetahuan dan

Asupan Natrium Terhadap Kejadian Hipertensi pada Pralansia (*middle age*) di Kelurahan Jaya Mukti, Kota Dumai.

## BAHAN DAN METODE

### Tempat dan Waktu

Penelitian ini dilaksanakan di Kelurahan Jaya Mukti, Kota Dumai di 9 posyandu yaitu Posyandu Nuri, Posyandu Perkutut, Posyandu Cendrawasih, Posyandu Camar, Posyandu Merpati, Posyandu Kaswari, Posyandu Merak, Posyandu Kutilang, Posyandu Murai. Penelitian juga dilaksanakan di pengajian Mesjid Alhuda dan club senam hipertensi. Studi ini dilaksanakan selama satu bulan sejak akhir bulan Desember 2024 – akhir bulan Januari 2025. Berdasarkan letak geografis Kelurahan Jaya Mukti terletak berdekatan dengan laut merupakan penghasil ikan laut sebagai besar penduduk bermata pencarian sebagai nelayan atau pencari ikan. Pemilihan tempat ini juga berdasarkan karena tingginya prevalensi hipertensi di Kota Dumai yaitu sebesar 32% (Riskesdas, 2018).

### Metode Penelitian

Metode yang digunakan dalam penelitian ialah bermetode kuantitatif dan berpendekatan *cross-sectional* saat penggumpulan data. Pada penelitian penulis mengaplikasikan jenis penelitian *survei analitik* dengan menerapkan kuesioner guna instrumen pengumpulan data serta guna mendapatkan korelasi ataupun keterkaitan diantara variabel independen (pengetahuan dan asupan natrium) dan variabel dependen (kejadian hipertensi) pada Pralansia (*middle age*) di Kelurahan Jaya Mukti, Kota Dumai. Penelitian dilakukan di posyandu yang kebetulan ditemui cocok sebagai sumber data, jika belum terpenuhi jumlah sampel penelitian, peneliti melakukan dengan menemui sampel di club senam hipertensi dan tempat pengajian yang juga kebetulan cocok sebagai sumber data. Sebanyak 61 responden yang diambil di Kelurahan Jaya Mukti. Cara pemilihan sampel penelitian ialah dengan *accidental sampling* termasuknya bagian *Nonprobability Sampling*. Instrumen dengan diaplikasikan ialah kuesioner pengetahuan dengan rancangan kuesioner digunakan untuk mengumpulkan data pengetahuan dan lembar SQ FFQ (*Semi Quantitative Food Frequency Questionnaire*) untuk menghitung asupan natrium setiap responden. Data dengan diaplikasikan pada penelitian berbentuk data primer juga data sekunder. Data primer dalam penelitian yaitu data karakteristik responden, pengukuran pengetahuan hipertensi dengan kuesioner, asupan energi dengan lembar SQ FFQ dan data hipertensi terkait tekanan darah. Data sekunder dalam penelitian yaitu pengumpulan data yang diperoleh dengan mengumpulkan data awal yaitu data dari Puskesmas Jaya Mukti prevalensi penderita hipertensi di Kelurahan Jaya Mukti yang berumur 45-59 tahun. Analisis data pada penelitian yakni melalui beberapa tahapan yaitu Teknik analisis data dengan diterapkan pada perihal diteliti yakni dengan deskriptif kuantitatif. Analisis data univariat dan bivariat dengan *uji chi-square*.

### Analisis Data

Analisis data dilakukan dengan menggunakan SPSS. Analisis pada penelitian ini menggunakan 2 jenis analisis yaitu, analisis univariat dan analisis bivariat. Analisis univariat yaitu untuk mendeskripsikan karakteristik pada variabel independent dan dependent yang meliputi hubungan pengetahuan dan asupan natrium dengan kejadian hipertensi. Kuesioner yang diuji validitas dan uji reliabilitas yaitu pengetahuan hipertensi pada pralansia (*middle age*) terhadap kejadian hipertensi. Uji validitas dan reliabilitas akan dilakukan pada pralansia (*middle age*) berjumlah 30 responden. Uji coba instrumen dilakukan pada 30 orang dengan karakteristik sama seperti responden (usia 45–59 tahun, bersedia mengikuti kegiatan, komunikatif, sehat, tinggal dengan keluarga, dan tidak pikun). Uji validitas menggunakan Microsoft Excel dengan korelasi Pearson pada taraf signifikansi 0,5. Item dinyatakan valid jika  $r$ -hitung >  $r$ -tabel (0,361). Sebanyak 20 item yang diuji seluruhnya valid karena  $r$ -hitung lebih besar dari  $r$ -tabel. Setelah itu dilakukan uji reliabilitas menggunakan teknik belah dua (split-half) ganjil-genap, dan koefisien reliabilitas keseluruhan dihitung dengan rumus Spearman-Brown. Data hasil uji coba pada 30 responden ditampilkan pada Tabel 1

Tabel 1. Uji validitas

Pertanyaan	r-hitung	r-tabel	Keterangan
Item 1	.717**	0,361	Valid
Item 2	.638**	0,361	Valid
Item 3	.946**	0,361	Valid
Item 4	.619**	0,361	Valid
Item 5	.802**	0,361	Valid
Item 6	.840**	0,361	Valid
Item 7	.948**	0,361	Valid
Item 8	.844**	0,361	Valid
Item 9	.666**	0,361	Valid
Item 10	.946**	0,361	Valid
Item 11	.946**	0,361	Valid
Item 12	.306	0,361	Tidak Valid
Item 13	.287	0,361	Tidak Valid
Item 14	.818**	0,361	Valid
Item 15	.764**	0,361	Valid
Item 16	.862**	0,361	Valid
Item 17	.818**	0,361	Valid
Item 18	.823**	0,361	Valid
Item 19	.286	0,361	Tidak Valid
Item 20	.211	0,361	Tidak Valid

Berdasarkan Tabel 1. hasil uji validitas menggunakan korelasi Pearson pada taraf signifikansi 0,5 menunjukkan bahwa empat item (nomor 12, 13, 19, dan 20) memiliki nilai korelasi di bawah r-tabel (0,361), sehingga dinyatakan gugur. Tanda bintang (\*) dan (\*\*) menunjukkan tingkat signifikansi, masing-masing pada 0,5 dan 0,1. Dengan demikian, dari 20 item pernyataan, sebanyak 16 item dinyatakan valid dan layak digunakan sebagai instrumen penelitian. Uji reliabilitas dilakukan setelah seluruh item dinyatakan valid. Reliabilitas kuesioner pengetahuan hipertensi pada pralansia dinilai dengan membandingkan nilai Cronbach's alpha dengan r-tabel. Instrumen dinyatakan reliabel apabila Cronbach's alpha  $\geq 0,60$ . Hasil uji dapat dilihat pada Tabel 2.

Tabel 2. Uji Reabilitas

Total Nilai	r-tabel	Kriteria	Keterangan
0,949	0,361	Reliabel	Sangat Tinggi

Berdasarkan Tabel 1. diketahui hasil uji reliabilitas dari kuesioner pengetahuan tentang hipertensi dengan nilai cronbach's alpha sebesar 0,361. Hal ini menunjukkan kuesioner pengetahuan tentang hipertensi termasuk dalam kategori reliabel.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik responden dalam penelitian disajikan dalam Tabel 3

Tabel 3. Karakteristik Responden

Jenis Kelamin	Frekuensi (n)	Percentase (%)
Perempuan	49	80.3
Laki Laki	12	19.7
Usia	Frekuensi (n)	Percentase (%)
45-49	15	24.6
50-54	23	37.7
55-59	23	37.7
Pendidikan	Frekuensi (n)	Percentase (%)
Dasar	29	47.5
Menengah	20	32.8
Tinggi	12	19.6
Total	61	100%

Berdasarkan tabel 3. rata-rata responden lebih banyak berjenis kelamin perempuan, memiliki usia rentang 50-54 dan 5-59 tahun, dan pendidikan rata-rata responden adalah pendidikan dasar. Gambaran umum pengetahuan mengenai Hipertensi pada pralansia (*middle age*) dapat dilihat pada Tabel 4.

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Pengetahuan Responden

Pengetahuan	N	%
Rendah	36	59.0
Cukup	10	16.4
Baik	15	24.6
Total	61	100%

Berdasarkan Tabel 4. distribusi frekuensi pengetahuan responden menunjukkan bahwa mayoritas responden, sebanyak 36 orang (59.0%), memiliki pengetahuan yang rendah. Sebanyak 10 orang (16.4%) memiliki pengetahuan yang cukup, dan sebanyak 15 orang (24.6%), memiliki pengetahuan yang baik. Data asupan natrium responden diketahui dengan menggunakan SQ-FFQ. Distribusi frekuensi asupan natrium responden disajikan dalam Tabel 5.

Tabel 5. Distribusi Frekuensi Asupan Natrium Responden

Asupan Natrium	Jumlah (n)	%
Lebih	38	62.3
Cukup	23	37.7
Total	61	100 %

Berdasarkan Tabel 5, distribusi frekuensi asupan natrium responden menunjukkan bahwa sebagian besar responden, yaitu 38 orang (62.3%), memiliki asupan natrium yang lebih. Sedangkan sebanyak 23 orang (37.7%) memiliki asupan cukup

Data Kejadian Hipertensi responden diketahui dengan menggunakan *Sphygmomanometer digital*, pengukuran paling sedikit 2 kali dalam satu waktu dengan memberi selang waktu sedikitnya 1-2 menit dari satu pengukuran ke pengukuran berikutnya. Distribusi Kejadian Hipertensi Responden disajikan dalam Tabel 6.

Tabel 6. Distribusi Kejadian Hipertensi Responden

Kejadian Hipertensi	Jumlah (n)	%
Hipertensi	38	62.3
Tidak Hipertensi	23	37.7
Total	61	100%

Berdasarkan Tabel 6. distribusi frekuensi responden yang mengalami Kejadian menunjukkan bahwa 38 orang (62.3%) mengalami hipertensi, sementara 23 orang (37.7%) tidak mengalami hipertensi. Hasil analisis statistik mengenai hubungan pengetahuan terhadap kejadian hipertensi di Kelurahan Jaya Mukti, Kota Dumai dapat dilihat pada Tabel 7.

Tabel 7. Hubungan Pengetahuan Terhadap Kejadian hipertensi

Pengetahuan	Kejadian Hipertensi						P Value	
	Hipertensi		Tidak Hipertensi		Total			
	F	%	F	%	F	%		
Kurang	34	94.4	2	5.6	36	100		
Cukup	4	40.0	6	60.0	10	100	0.000	
Baik	0	0.0	15	100	15	100		

Berdasarkan Tabel 7. didapatkan hasil penelitian menunjukkan 61 responden usia dewasa menengah mayoritas memiliki pengetahuan yang rendah dengan tekanan darah tinggi. 34 dari 36 (94.4%) responden yang berpengetahuan rendah memiliki kejadian hipertensi dan 2 (5.6%) lainnya tidak memiliki kejadian hipertensi. Artinya, mayoritas responden yang memiliki pengetahuan rendah adalah mereka yang memiliki kejadian hipertensi. Sementara itu, responden dengan pengetahuan yang cukup sebanyak 10 responden, dengan rincian yang memiliki tekanan darah tinggi sebanyak 4 responden (40.0%), sedangkan responden dengan pengetahuan cukup tidak memiliki kejadian hipertensi sebanyak 6 responden (60.0%) dan responden dengan pengetahuan yang tinggi atau baik tidak memiliki kejadian hipertensi sama sekali. Artinya 15 responden yang memiliki pengetahuan hipertensi, kesemuannya tidak memiliki kejadian hipertensi. Berdasarkan hasil analisis dengan uji Chi-Square menunjukkan ada hubungan yang bermakna antara pengetahuan hipertensi terhadap kejadian hipertensi pada pralansia (*middle age*) di Kelurahan Jaya Mukti, Kota Dumai dengan *p-value* sebesar 0,000 (*p*<0,1) dimana kurang dari batas kritis 0.1 sehingga hipotesis diterima.

Hasil analisis statistik mengenai hubungan asupan natrium terhadap kejadian hipertensi di

Kelurahan Jaya Mukti, Kota Dumai dapat dilihat pada Tabel 8.

Tabel 8. Hubungan Asupan Natrium Terhadap Kejadian Hipertensi

Asupan Natrium	Kejadian Hipertensi				P Value	Total
	Hipertensi		Tidak Hipertensi			
	F	%	F	%		
Lebih	35	92.1	3	5.6	36	100
Cukup	3	13	20	60	10	100

Berdasarkan Tabel 8. dapat dilihat bahwa 61 responden yang berusia pralansia (*middle age*) mayoritas memiliki asupan natrium lebih, memiliki tekanan darah tinggi atau mengalami kejadian hipertensi. Sementara responden dengan asupan natrium cukup, tidak mengalami kejadian hipertensi. 35 dari 38 responden (92.1%) yang mengonsumsi natrium lebih mengalami hipertensi, sedangkan 3 (7.9%) lainnya tidak mengalami kejadian hipertensi. 20 dari 23 responden (87.0%) yang mengonsumsi natrium cukup tidak mengalami kejadian hipertensi, sedangkan 3 (13.0%) lainnya mengalami kejadian hipertensi. Berdasarkan hasil analisa dengan uji *chi square* menunjukkan terdapat hubungan yang bermakna antara asupan natrium terhadap kejadian hipertensi pada pralansia (*middle age*) di Kelurahan Jaya Mukti Kota Dumai dengan nilai *p-value* sebesar 0.000 dimana kurang dari batas kritis 0.1 ( $0,000 < 0,1$ ) sehingga hipotesis diterima, sedangkan nilai OR adalah 77.778 artinya bahwa responden yang mengonsumsi natrium lebih memiliki peluang 78 kali lebih tinggi mengalami hipertensi dibandingkan dengan responden yang mengonsumsi natrium cukup

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan di Kelurahan Jaya Mukti Kota Dumai dengan 61 responden yang mayoritas adalah berjenis kelamin perempuan yaitu sebanyak 49 orang (80.3%) dan laki-laki 12 orang (19.7%). Responden dengan pengetahuan rendah mendominasi, yaitu sebanyak 36 orang (59%), sementara 10 responden (16.4%) memiliki pengetahuan yang cukup, sedangkan responden dengan tingkat pengetahuan yang baik berjumlah 15 orang (24.6%). Sebanyak 38 responden (62.3%) tercatat mengkonsumsi natrium dalam jumlah berlebih, sedangkan 23 responden (37.7%) memiliki asupan natrium yang cukup. Hasil penelitian menunjukkan bahwa responden dengan tekanan darah tinggi sebanyak 38 responden (62.3%), sedangkan responden dengan kejadian tidak hipertensi sebanyak 23 responden (37.7%). Berdasarkan hasil uji *Chi Square* menunjukkan adanya hubungan pengetahuan terhadap kejadian hipertensi yaitu *p-value*  $0,000 < 0,1$  dan ada hubungan antara asupan natrium terhadap kejadian hipertensi yaitu *p-value*  $0,000 < 0,1$  dengan nilai OR 77.778.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih disampaikan kepada pihak Posyandu dan masyarakat Jaya Mukti, Kota Dumai yang telah memberikan izin, menfasilitasi, membantu dan bersedia menjadi subjek pada penelitian ini.

## DAFTAR PUSTAKA

- Alhuda, T. R., S. Prastiwi, dan N. Dewi. 2018. Hubungan Antara Pola Makan dan Gaya Hidup Dengan Tingkatan Hipertensi pada Middle Age 45-59 Tahun di Wilayah Kerja Puskesmas Dinoyo Kota Malang. *Nursing News*, 3(1): 550-562. DOI: <https://doi.org/10.33366/nn.v3i1.827>
- Almatsier, S. 2009. Prinsip Dasar Ilmu Gizi. Gramedia Pustaka Utama. Jakarta. 348 hal
- Amalina, F., M. B. Ilmi., R. Hayati, dan A. Fauzana. 2022. Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Hipertensi pada Pra Lansia di Wilayah Kerja UPT Puskesmas Sungai Karias. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*, 11(2):260-267. DOI: <https://doi.org/10.36565/jab.v11i2.533>
- Audina, R. 2019. Hubungan Asupan Natrium, Pengetahuan, Aktivitas Fisik, Stres, Kebiasaan Merokok dengan Kejadian Hipertensi pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Sungai Penuh. *Journal of Nutrition College*, 6(2): 84-94. DOI : <https://doi.org/10.14710/jnc.v6i4.1879fara>

- Azrimaidaliza., Resmiati., W. Famelia., I. Purnakarya., Firdaus, dan Y. Khairany. 2020. *Buku Ajar Dasar Ilmu Gizi Kesehatan Masyarakat*. LPPM Universitas Andalas. 237 hal
- Chen, J., Y. Tian., Y. Liao., S. S. Yang., L. Zhouting., C. Dia., D. Tung., dan M. Xinying. 2013. Sendok Pembatasan Garam Meningkatkan Asupan Garam di Antara Penduduk di Tiongkok, *Journal Plosone*, 8(11): 1-9. DOI : <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0078963>
- Diana, R., A. Khomson., N. M. Nurdin., F. Anawar, dan H. Riyadi. 2018. Kebiasaan Merokok, Aktivitas Fisik dan Hipertensi pada Laki-laki Usia Pertengahan Dewasa. *Jurnal Media Gizi Indonesia*, 13(1): 57-61. DOI: <https://doi.org/10.20473/mgi.v13i1.57-61>
- Dinas Kesehatan Provinsi Riau. 2022. *Profil Kesehatan Provinsi Riau Tahun 2022*. Dinkes Riau. Riau. 323 hal.
- Ekaningrum, A.Y. Hubungan Asupan Natrium, lemak, gangguan Mental Emosional, dan Gaya Hidup dengan Hipertensi pada Dewasa di DKI Jakarta. *Journal of Nutrition College*, 10(2) :82-92. DOI : <https://doi.org/10.14710/jnc.v10i2.30435>
- Fitri, D. Y., A. D. Puteri, dan Widawati. 2023. Asupan Protein, Serat, Natrium, dan Hipertensi pada Dewasa Pertengahan 45-59 Tahun di Desa Palung Raya, Riau. *Journal Gizi Dietetik*, 2(3): 199-206, DOI: <https://doi.org/10.25182/jgdi.2023.2.3.199-206>
- Fitri, Y., Rusmikawati., S. Zulfah, dan Nurbaiti. 2018. Asupan Natrium dan Kalium Sebagai Faktor Penyebab Hipertensi Pada Usia Lanjut. *Aceh Nutrition Journal*, 3(2); 158-163. DOI : 10.30867/action.v3i2.117
- Hardiyanti, D, dan N. Yuliana. 2021. Hubungan Tingkat Pengetahuan dan Pola Konsumsi Natrium dengan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Cempaka. *Jurnal Ilmu Kesehatan Insan Sehat*, 9(2): 143-147. DOI : <http://dx.doi.org/10.54004/jikis.v9i2.43>
- Hartono. R. I. W. 2014. *Terapi Gizi Medik untuk Berbagai Penyakit*. Rapha Publishing. Yogyakarta. 144 hal.
- Hasiando, C. N., I. Amar, dan I. Fatmawati. 2019. Hubungan Kebiasaan Konsumsi Natrium, Lemak dan Durasi Tidur dengan Hipertensi pada Lansia di Puskesmas Cimanggis Kota Depok Tahun 2018. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat*, 11(2):214-218, DOI: <https://doi.org/10.52022/jikm.v11i2.27>
- Hastuti, A. P. 2022. *Hipertensi*. Lakeisha. Jawa Tengah. 89 hal
- Hendriyani, H., E. D. Pertiwi., S. N. Mintarsih. 2014. Perilaku Pemilihan Makanan Tinggi Natrium Berpengaruh Terhadap Asupan Natrium Penderita Hipertensi di Kota Semarang. *Jurnal Gizi Indonesia*, 37(1): 41-50. DOI : <https://doi.org/10.36457/gizindo.v37i1.149>
- Hutagalung, S. 2021. *Pengetahuan, Sikap dan Tindakan Stroke dan Tentang Hipertensi Sebagai Faktor Risiko Stroke*. Nusamedia. Jakarta. 103 hal.
- Irwan. 2016. *Epidemiologi Penyakit Tidak Menular*. Deepublish. Yogyakarta. 122 hal. Kemenkes RI.
2013. *Pencantuman Informasi Kandungan Gula, Garam, dan Lemak Serta Pesan Kesehatan untuk Pangan Olahan dan Pangan Siap Saji*. Jakarta. 8 hal.
- \_\_\_\_\_. 2018. *Laporan Nasional Riskesdas 2018*. Badan penelitian dan pengembangan kesehatan. Jakarta. 628 hal.
- \_\_\_\_\_. 2018. *Laporan Provinsi Riau Riskesdas 2018*. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. Jakarta. 482 hal.
- \_\_\_\_\_. 2021. *Pedoman Nasional Pelayanan Kedokteran Tata Laksana Hipertensi Dewasa Tahun 2021*. Jakarta. 85 hal.
- \_\_\_\_\_. 2023. *Survey Kesehatan Indonesia (SKI)*. Jakarta. 926 hal
- Kurnia, A. 2020. *Self Management Hipertensi*. Jakad Media Publishing. Surabaya. 64 hal. Kurnia, A. 2020. *Self Management Hipertensi*. Jakad Media Publishing. Surabaya. 64 hal.
- Kusumo. M. P. 2020. *Buku Lansia*. Lembaga penelitian, publikasi dan pengabdian Masyarakat (LP3M) UMY, Yogyakarta. 64 hal
- Limbong, V., A. Rumayar., dan Grace D. Kandou. 2018. Hubungan Pengetahuan dan Sikap dengan Kejadian Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Tateli Kabupaten Minahasa. *Jurnal Kesmas*, 7(4) :20-25
- Notoatmodjo, S. 2014. *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Rineka Cipta, Jakarta. 248 hal

- Octarini, D. L., W. Meikawati, dan I. A. Purwanti. 2023. Hubungan kebiasaan konsumsi makanan tinggi natrium dan kalium dengan tekanan darah pada usia lanjut. *Jurnal Prosiding Seminar Kesehatan Masyarakat*, 1(10): 10-17. DOI: <https://doi.org/10.26714/pskm.v1iSeptember.186>
- Octarini, D. L., W. Meikawati, dan I. A. Purwanti. 2023. Hubungan kebiasaan konsumsi makanan tinggi natrium dan kalium dengan tekanan darah pada usia lanjut. *Jurnal Prosiding Seminar Kesehatan Masyarakat*, 1(10): 10-17. DOI: <https://doi.org/10.26714/pskm.v1iSeptember.186>
- Patandianan, M., C. Oktafbipian., Mahmudi, dan S. Ndraha. 2023. Hubungan Pengetahuan tentang Hipertensi dengan Pengendalian Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi Dewasa. *Jurnal Med Scientiae*, 2(3): 391-400. DOI: <https://doi.org/10.36452/JMedScientiae.v2i3.2896>
- Pikir, B. S., M. Aminuddin., A. Subagjo., B. Baktijasa., I. Gde Rurus, dan J. Nugroho. 2015. *Hipertensi Manajemen Kompprehensif*. Airlangga University Press, Surabaya. 303 hal
- Prabaadzmajah, N. F. 2021. Hubungan Tingkat Pengetahuan dan Dukungan Keluarga dengan Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi di Kabupaten Malang. *Skripsi. Program Studi Farmasi Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan. Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim*.
- Pradono, J., N. Kusmawardani, dan R. Rachmalina. 2020. *Hipertensi Pembunuhan Terselubung di Indonesia*. Lembaga Penerbit Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. Jakarta. 110 hal
- Pramono, B. A., B. B. Tiksanadi., R. Handayani., M. Ardiana., F. F. Abudullah., M. Simanjuntak., dan A. Prabhaswara. 2024. *Resep rendah Garam Ramah Hipertensi*. Ziafatama Jawara. Sidoarjo. 60 hal.
- Prasetyaningrum, Y. I. 2014. *Hipertensi Bukan Ditakuti*. FMedia, Jakarta. 148 hal
- Savitri, E. W, dan F. Romina. 2021. *DASH (Dietery Approach to Stop Hypertension) Upaya Penurunan Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi*. Penerbit NEM. Jakarta. 63 hal.
- Suaib, M., Cheristina, dan Dewiyanti. 2019. Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Kejadian Hipertensi pada Lansia. *Jurnal Fenomena Kesehatan*, 2(1), 269–275.
- Suireoka. 2012. *Penyakit Degeneratif (Mengenal, Mencegah dan Mengurangi Faktor Risiko 9 Penyakit Degeneratif)*. Medical Book. Yogyakarta. 123 hal
- Tambunan, F. F., Nurmayni., P. R. Rahayu., P. Sari, dan S. I. Sari. 2021. *Hipertensi Si Pemb Sen*. Pusdikra Mitra Jaya. Medan. 31 hal
- Utami, D. S., S. Syafriani, dan L. M. A. Isnaeni. 2021. Hubungan indeks massa tubuh dan asupan natrium dengan kejadian hipertensi di Desa Koto perambahan. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 2(4): 18-25. DOI: <https://doi.org/10.31004/jkt.v2i4.2410>
- Wahyuni, T., L. Widajanti., dan S. F. Pradigdo. 2016. Perbedaan Tingkat Kecukupan Natrium Kalium, Magnesium, dan Kebiasaan Minum Kopi pada Pralansia Wanita Hipertensi dan Normotensi (Studi di Wilayah Kerja Puskesmas Kedungmundu Kota Semarang Tahun 2016). *Jurnal Kesehatan Masyarakat FKM Undip*, 4(2) : 68-75.
- WHO. 2023. Hypertension <https://www.who.int/health-topics/hypertension>. Diakses tanggal 1 Maret 2024 (14:27).
- Wiranto, E., L. N. Tambunan, dan E. P. Baringbing. 2023. Hubungan pengetahuan dengan kejadian hipertensi di Puskesmas Jekan Raya Kota Palangka Raya Provinsi Kalimantan Tengah. *Jurnal Surya Medika*, 9(1): 226-232. DOI: <https://doi.org/10.33084/jsm.v9i1.5189>
- Wirayudha, G., I. M. B. Ilmi., dan A. Q. Marjan. 2024. Analisis faktor resiko kejadian hipertensi pada pralansia dan lansia di kelurahan kedaung kota depok. *Juornal Amerta Nutrition*

## HUBUNGAN PENGETAHUAN ANEMIA DAN DUKUNGAN TEMAN SEBAYA DENGAN KEPATUHAN KONSUMSI TABLET TAMBAH DARAH DI SMK NEGERI PERTANIAN TERPADU PROVINSI RIAU

*The Correlation of Knowledge About Anemia and Peer Support with Adherence to Iron Supplementation In Adolescent at Integrated Agricultural Statevocational School Riau Province*

Latifa Hanum<sup>1</sup>, Novfitri Syuryadi<sup>1</sup>, Tahrir Aulawi<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Program Studi Gizi, Fakultas Pertanian dan Peternakan, UIN Sultan Syarif Kasim Riau.  
Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau, Pekanbaru, Riau, Indonesia  
\*E-mail: hnmfa1407@gmail.com

### ABSTRACT

*Adolescent females are at high risk of anemia and malnutrition. One way to prevent anemia is by consuming iron supplementation. Adolescent female adherence in consuming iron supplementation is still low. It is influenced by internal and external individual factors, such as knowledge and peer support. The study aimed to analyze the correlation of knowledge about anemia and peer support with adherence in consuming iron supplementation in adolescent female at Integrated Agricultural State Vocational School Riau Province. The study used an analytic observational method with a cross-sectional approach. The sampling technique used purposive sampling of 168 respondents and used the chi-square test. The results showed univariate analysis, majority of respondents had a poor level of knowledge (47.0%), a moderate level of peer support (48.8%), and a non-adherence level of iron supplementation consumption (50.0%). There was a correlation between peer support and adherence in consuming iron supplementation in adolescent female at Integrated Agricultural State Vocational School Riau Province with a p-value of 0.005 and there was no correlation between anemia knowledge and adherence in consuming iron supplementation with a p-value of 0.877. In conclusion, there was a correlation between peer support and adherence in consuming iron supplementation and there was no correlation between anemia knowledge and adherence in consuming iron supplementation in adolescent female.*

**Keywords:** anemia, adherence, iron supplementation, knowledge, peer support.

### PENDAHULUAN

Masa remaja adalah periode perubahan yang cepat dalam hal pertumbuhan fisik, kognitif dan psikososial. Pada masa ini merupakan masa peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa yang ditandai dengan banyak perubahan antara lain bertambahnya massa otot, jaringan lemak tubuh, dan perubahan hormon. Perubahan-perubahan tersebut berpengaruh pada kebutuhan gizi remaja (Hardinsyah dan Supariasa, 2017). Masalah gizi yang sering dihadapi pada saat ini yaitu obesitas, kurang energi kronis (KEK), stunting dan anemia. Anemia adalah suatu kondisi jumlah sel darah merah atau kadar hemoglobin dalam darah lebih rendah dari normal (Permanasari dkk, 2021). Remaja putri dikategorikan anemia jika kadar hemoglobin di dalam tubuhnya kurang dari 12 g/dL (Kementerian Kesehatan RI, 2018).

Kejadian anemia di Indonesia berdasarkan data Riskesdas 2018 sebesar 23,7% dan prevalensi anemia pada remaja berusia 15-24 tahun sebesar 32% (Kementerian Kesehatan RI, 2019). Hal ini menunjukkan 3-4 orang dari 10 orang remaja mengalami anemia. Nilai prevalensi anemia di Indonesia termasuk dalam kategori masalah masyarakat pada tingkat sedang yaitu rentang 20,0 – 39,9% (WHO, 2008).

Remaja putri memiliki risiko tinggi untuk anemia dan kekurangan gizi. Kebutuhan zat besi pada remaja putri meningkat karena mengalami pertumbuhan pesat pada masa pubertas. Anemia pada remaja putri dapat menurunkan daya tahan tubuh, kebugaran, prestasi belajar dan pengaruh pada jangka panjang yaitu kehamilan nantinya. Remaja putri merupakan calon ibu yang dapat meningkatkan risiko Pertumbuhan Janin Terhambat (PJT), prematur, BBLR, stunting dan gangguan neurokognitif (Dinkes Pemprov Riau, 2019). Faktor