

HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN LANSIA TENTANG HIPERTENSI DENGAN KEPATUHAN DIET HIPERTENSI DI PANTI SOSIAL TRESNA WERDHA JARA MARA PATI BULELENG

Desak Made Firsia Sastra Putri^{1,2} Komang Dodik Supartayana^{1,2}

¹Program Studi Ilmu Keperawatan Ners, ²STIKES Advaita Medika Tabanan

Korespondensi penulis: firshasastra86@gmail.com

Abstrak

Latar belakang dan tujuan: Hipertensi merupakan suatu penyakit yang ditandai dengan meningkatnya tekanan darah arteri lebih dari normal yaitu tekanan darah sistolik ≥ 140 mmHg dan Diastolik ≥ 85 mmHg. Hipertensi dapat diatasi salah satunya dengan diet hipertensi yang tepat, hal ini bisa diterapkan bila penderita hipertensi memiliki pengetahuan yang cukup. Mengidentifikasi tingkat pengetahuan lansia tentang hipertensi, mengidentifikasi tingkat kepatuhan diet hipertensi, dan menganalisa hubungan antara tingkat pengetahuan lansia mengenai hipertensi dengan kepatuhan diet hipertensi.

Metode: Merupakan penelitian deskriptif korelasi dengan pendekatan *Cross Sectional*. Subjek pada penelitian ini adalah lansia yang berumur 60 tahun ke atas. Uji statistik yang digunakan *Korelasi Spearman Rank*, dengan derajat kesalahan 5% dan nilai *p-value* $< 0,05$.

Hasil: Tingkat pengetahuan responden menunjukkan sebagian besar responden memiliki tingkat pengetahuan baik yaitu 59,61%, tingkat pengetahuan cukup sebanyak 30,77% dan tingkat pengetahuan kurang sebanyak 9,62%. Tingkat kepatuhan responden menunjukkan sebagian besar responden patuh terhadap diet hipertensi yaitu 51,92%, tingkat kepatuhan diet cukup patuh sebanyak 34,62% dan tingkat kepatuhan diet kurang sebanyak 13,46%. Hasil uji statistik *Spearman Rank (Rho)* diperoleh nilai 0,887 dengan *p-value* = 0,000 yang berarti ada hubungan positif antara pengetahuan dengan kepatuhan pada lansia.

Simpulan: Semakin tinggi tingkat pengetahuan lansia mengenai hipertensi maka semakin tinggi tingkat kepatuhan lansia dalam mengkonsumsi diet hipertensi.

Kata kunci: Diet, Hipertensi, Kepatuhan, Pengetahuan

1. Pendahuluan

Lansia adalah proses menjadi lebih tua dengan umur mencapai 55 tahun ke atas. Pada lansia akan mengalami kemunduran fisik, mental, dan sosial. Salah satu contoh kemunduran fisik pada lansia adalah rentannya lansia terhadap penyakit, khususnya penyakit degeneratif. Penyakit degeneratif yang umum di derita lansia salah satunya adalah hipertensi (Nugroho, 2016).

Hipertensi merupakan suatu penyakit yang ditandai dengan meningkatnya tekanan darah arteri lebih dari normal. Tekanan darah sistolik ≥ 140 mmHg dan Diastolik

≥ 85 mmHg merupakan batas normal tekanan darah (Junaidi, 2010).

Data *World Health Organization (WHO)* Tahun 2013 menyatakan bahwa prevalensi hipertensi tahun 2008 pada usia 25 tahun ke atas sebesar 45%, dimana terdapat peningkatan jumlah penderita hipertensi tahun 1980 sebesar 600 juta dan tahun 2008 menjadi 1 milyar. Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas, 2013) menunjukkan prevalensi hipertensi di Indonesia tertinggi terjadi pada lansia, yaitu usia 65-74 tahun sebesar 57,6%, dan usia 75 tahun ke atas sebesar 63,8%. Dari Riskedas Provinsi Bali (2013) lansia yang mengalami

hipertensi usia 65-74 tahun sebanyak 43,3%, dan usia 75 tahun ke atas sebesar 43,0%. Menurut data Dinas Kesehatan Kabupaten Buleleng tahun 2017, Dari hasil pengukuran, lansia yang menderita hipertensi, yaitu laki-laki sebanyak 21,56% dan perempuan sebanyak 28,43%. (Dinkes Kabupaten Buleleng, 2017).

Kurangnya pengetahuan akan mempengaruhi pasien hipertensi untuk dapat mengatasi kekambuhan atau melakukan pencegahan agar tidak terjadi komplikasi. Pengetahuan adalah hasil penginderaan manusia, atau hasil tahu seseorang terhadap suatu objek dari indra yang dimilikinya (Notoatmodjo, 2012). Diredang umur lansia yang semakin menua kemungkinan intelegensi dan kemampuan penerimaan atau mengingat akan mengalami penurunan (Abu Ahmadi, 2001 dalam Devita, 2014). Hal ini dikarenakan sebagian besar penderita hipertensi lansia bertempat tinggal di pedesaan dan pendidikannya masih rendah. Pendidikan yang rendah pada pasien hipertensi lansia tersebut mempengaruhi tingkat pengetahuan mengenai penyakit hipertensi secara baik.

Pengetahuan pasien hipertensi lansia yang kurang ini berlanjut pada kebiasaan yang kurang baik dalam hal perawatan hipertensi. Lansia tetap mengkonsumsi garam berlebih, kebiasaan minum kopi merupakan contoh bagaimana kebiasaan yang salah tetap dilaksanakan. Pengetahuan yang kurang dan kebiasaan yang masih kurang tepat pada lansia hipertensi dapat mempengaruhi motivasi lansia dalam menjalani kepatuhan diet hipertensi (Inaya Prabandari, 2014)

Kepatuhan adalah suatu perubahan perilaku dari perilaku yang tidak mentaati peraturan ke perilaku yang menaati peraturan (Notoatmodjo, 2010). Kepatuhan diet hipertensi yang dijalani merupakan tujuan yang ingin dicapai oleh lansia dalam mempertahankan tekanan darah yang normal (Maghfirah Utari, 2017). Hipertensi terjadi karena dipengaruhi oleh berbagai faktor. Beberapa faktor yang mempengaruhi kekambuhan hipertensi antara lain faktor

gaya hidup meliputi pola makan atau diet rendah garam, pengobatan, olahraga, kontrol yang teratur, dan manajemen stres. Fenomena ini disebabkan karena perubahan gaya hidup masyarakat secara global, seperti semakin mudahnya mendapatkan makanan siap saji membuat konsumsi sayuran dan serat berkurang, kemudian konsumsi garam, lemak, gula, dan kalori yang terus meningkat sehingga berperan besar dalam meningkatkan angka kejadian hipertensi (Agrina, 2011).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan di Panti Sosial Tresna Werdha Jara Mara Pati Desa Kaliasek Kecamatan Banjar Kabupaten Buleleng, pada tanggal 12 Juli 2018 menunjukkan bahwa dari 71 lansia yang terdiri dari 18 lansia laki-laki dan 53 lansia perempuan, 60 lansia yang mengalami hipertensi. Berdasarkan survey langsung ke lansia, dari sepuluh lansia yang di wawancarai berpengetahuan kurang dengan tidak mengetahui Diet hipertensi serta mengatakan tidak teratur baik jumlah dan jenis makanan dalam mengkonsumsi makanan sehari-hari mereka cenderung acuh tak acuh terhadap penyakitnya dan menganggapnya tidak berbahaya. Tekanan darah lansia yang menderita hipertensi di Panti Sosial Tresna Werdha Jara Mara Pati tersebut lebih dari 140/90 mmHg, dimana para lansia terbiasa minum kopi di pagi hari.

Berdasarkan latar belakang diatas maka penulis ingin melakukan penelitian tentang "Hubungan Tingkat Pengetahuan Lansia Tentang Hipertensi Dengan Kepatuhan Diet hipertensi Di Panti Sosial Tresna Werdha Jara Mara Pati Buleleng".

2. Metode Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif korelasi dengan pendekatan secara *cross sectional*, yaitu jenis penelitian yang menekankan waktu pengukuran/ observasi data variable independen dan dependen hanya satu kali pada suatu saat (Nursalam, 2013). Pada penelitian ini data dikumpulkan satu kali saja dengan cara memberikan 2 jenis kuesioner untuk masing-masing variabel yang diteliti kepada responden.

Populasi dalam penelitian ini adalah lansia penderita hipertensi yang tinggal di Panti Sosial Tresna Wredha Jaya Mara Pati Desa Kaliasek Kecamatan Banjar Kabupaten Buleleng sejumlah 60 orang lansia. Dalam penelitian ini teknik *sampling* yang digunakan yaitu *nonprobability sampling* dengan teknik *purposive sampling*, yang dilakukan dengan mencari subyek penelitian berdasarkan pada hasil penghitungan maka sampel dalam penelitian ini di gunakan sebanyak 52 lansia.

Alat pengumpulan data yang digunakan dengan menggunakan dua kuesioner. Kuesioner A (Kuesioner pengetahuan tentang hipertensi) Kuesioner ini berisi 15 pertanyaan dengan skor pengetahuan lansia tentang hipertensi yang akan dikategorikan menjadi baik, cukup dan kurang. Dikatakan baik apabila responden bisa menjawab dengan benar >75% (skor 12-15). Dikatakan cukup apabila responden bisa menjawab pertanyaan (skor 9-11). Dikatakan kurang apabila responden bisa menjawab (skor 0-8). Kuesioner B (Lembar kuesioner kepatuhan Diet Hipertensi) Kuesioner ini berisi 15 pertanyaan dengan jawaban sering, kadang-kadang, dan tidak. Di kategorikan jika patuh >75% (Skor 23-30), Cukup patuh 60-75% (skor 18-22), dan Tidak patuh jika <60% (Skor 0-17).

Pada penelitian ini, analisa Variabel Bebas (*Independent*) Merupakan variabel yang mempengaruhi atau nilainya menentukan variabel lainnya (Nursalam, 2013). Adapun variabel bebas yang digunakan dalam penelitian ini adalah tingkat pengetahuan lansia tentang hipertensi. Variabel Terikat (*dependent*) Merupakan variabel yang dipengaruhi nilainya ditentukan oleh variabel lain (Nursalam, 2013). Adapun variabel terikat yang digunakan dalam penelitian ini adalah kepatuhan diet hipertensi.

3. Hasil dan Pembahasan

Berdasarkan table 1 mengenai karakteristik responden berdasarkan umur dari sampel 52 orang diperoleh sebagian besar responden berumur 60-74 tahun

sebanyak 36 orang (69,23%), responden yang berumur 75-90 tahun sebanyak 15 orang (28,85%) dan responden yang berumur lebih dari 90 tahun sebanyak 1 orang (1,92%). Berdasarkan tabel 2 mengenai karakteristik responden berdasarkan pendidikan diperoleh sebagian besar responden dengan latar belakang pendidikan dasar sebanyak 29 orang (55,77%), responden dengan latar belakang tidak sekolah sebanyak 14 orang (26,92%), dan responden dengan pendidikan menengah sebanyak 9 orang (17,31%).

Berdasarkan Tabel 3 menunjukkan sebagian besar responden memiliki tingkat pengetahuan baik yaitu 31 orang (59,61%), responden dengan tingkat pengetahuan cukup sebanyak 16 Orang (30,77%) dan responden dengan tingkat pengetahuan kurang sebanyak 5 orang (9,62%). Berdasarkan Tabel 4 menunjukkan sebagian besar responden patuh terhadap diet hipertensi yaitu 27 orang (51,92%), responden dengan tingkat kepatuhan diet cukup patuh sebanyak 18 Orang (34,62%) dan responden dengan tingkat kepatuhan diet kurang sebanyak 7 orang (13,46%).

Berdasarkan Tabel 5 menunjukkan responden yang memiliki tingkat pengetahuan baik dan patuh terhadap diet hipertensi sebanyak 27 orang (87,1%), sedangkan tingkat pengetahuan baik dan cukup patuh terhadap diet hipertensi sebanyak 4 orang (12,9%). Responden yang memiliki tingkat pengetahuan cukup dan cukup patuh terhadap diet hipertensi sebanyak 14 orang (87,5%), sedangkan tingkat pengetahuan cukup dan kurang patuh terhadap diet hipertensi sebanyak 2 orang (12,5%). Responden yang memiliki tingkat pengetahuan kurang dan kurang patuh terhadap diet hipertensi sebanyak 5 orang (100%). Hasil uji statistik *Spearman Rank (Rho)* diperoleh nilai 0,887 dengan *p value* = 0,000 yang menunjukkan nilai *p value* < 0,05 yang berarti ada hubungan sangat kuat atau signifikan antara pengetahuan tentang hipertensi dengan kepatuhan diet hipertensi pada lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Jaya Mara Pati Desa Kaliasek Kecamatan Banjar Kabupaten Buleleng Tahun 2018.

Hubungan tersebut merupakan hubungan positif, hal ini juga membuktikan bahwa semakin baik pengetahuan lansia maka

semakin patuh tingkat kepatuhannya dalam melakukan diet hipertensi.

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Umur di Panti Sosial Tresna Werdha Jara Mara Pati Buleleng Tahun 2018

| No | Karakteristik | Frekuensi (f) | Persentase (%) |
|---------------|---------------|---------------|----------------|
| 1 | 60 - 74 Tahun | 36 | 69,23 |
| 2 | 75 - 90 Tahun | 15 | 28,85 |
| 3 | > 90 Tahun | 1 | 1,92 |
| Jumlah | | 52 | 100 |

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pendidikan di Panti Sosial Tresna Werdha Jara Mara Pati Buleleng Tahun 2018

| No | Karakteristik | Frekuensi (f) | Persentase (%) |
|---------------|---------------------|---------------|----------------|
| 1 | Tidak Sekolah | 14 | 26,92 |
| 2 | Pendidikan Dasar | 29 | 55,77 |
| 3 | Pendidikan Menengah | 9 | 17,31 |
| Jumlah | | 52 | 100 |

Tabel 3 Distribusi Frekuensi Tingkat Pengetahuan Responden Mengenai Hipertensi di Panti Sosial Tresna Werdha Jara Mara Pati Buleleng Tahun 2018

| No | Pengetahuan | Frekuensi (f) | Persentase (%) |
|---------------|-------------|---------------|----------------|
| 1 | Baik | 31 | 59,61 |
| 2 | Cukup | 16 | 30,77 |
| 3 | Kurang | 5 | 9,62 |
| Jumlah | | 52 | 100 |

Tabel 4 Distribusi Frekuensi Tingkat Kepatuhan Responden Mengenai Diet Hipertensi di Panti Sosial Tresna Werdha Jara Mara Pati Buleleng Tahun 2018

| No | Kepatuhan | Frekuensi (f) | Persentase (%) |
|---------------|--------------|---------------|----------------|
| 1 | Patuh | 27 | 51,92 |
| 2 | Cukup Patuh | 18 | 34,62 |
| 3 | Kurang Patuh | 7 | 13,46 |
| Jumlah | | 52 | 100 |

Tabel 5 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Tingkat Pengetahuan dan Kepatuhan Diet Hipertensi

| No | Pengetahuan | Kepatuhan | | | Total | p-value | Rho | | |
|----|-------------|-----------|-------------|--------------|-------|---------|------|----|-----|
| | | Patuh | Cukup Patuh | Kurang Patuh | | | | | |
| | | f | % | f | % | f | % | | |
| 1. | Baik | 27 | 87,1 | 4 | 12,9 | 0 | 0 | 31 | 100 |
| 2. | Cukup | 0 | 0 | 14 | 87,5 | 2 | 12,5 | 16 | 100 |
| 3. | Kurang | 0 | 0 | 0 | 0 | 5 | 100 | 5 | 100 |

Berdasarkan tabel 5 hasil uji statistik *Spearman Rank (Rho)* diperoleh nilai 0,887 dengan *p value* = 0,000. Hal ini berarti ada hubungan sangat kuat atau signifikan antara pengetahuan tentang hipertensi dengan kepatuhan diet hipertensi pada lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Jaya Mara Pati, dimana ini menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat pengetahuan maka semakin tinggi tingkat kepatuhan, begitu pula sebaliknya yang berarti ada hubungan positif antara tingkat pengetahuan seseorang dengan kepatuhan diet hipertensi.

Hasil penelitian ini membuktikan bahwa lansia yang memiliki pengetahuan dan pemahaman yang baik mengenai hipertensi, akan berusaha untuk mematuhi atauran-aturan diet hipertensi yang mereka pahami yang akan dapat mengontrol tekanan darah sehingga kesehatannya tetap terjaga dengan baik. Namun apabila lansia memiliki pengetahuan dan pemahaman yang kurang tentang hipertensi maka mereka cenderung tidak akan mematuhi aturan-aturan diet hipertensi yang telah diberikan.

Pengetahuan merupakan hasil tahu setelah seseorang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu dan perilaku yang didasari oleh pengetahuan akan lebih langgeng daripada perilaku yang tidak didasari oleh pengetahuan (Notoatmodjo, 2010). Pengetahuan dapat dipengaruhi oleh banyak faktor dimana pada penelitian ini faktor yang paling dominan yaitu pemberian informasi dan pengawasan diet yang dilakukan secara terus menerus. Pengawasan dan dukungan teman-teman serta informasi dari orang terdekat atau petugas dipanti sangat berpengaruh terhadap pengetahuan lansia mengenai hipertensi. Peningkatan pengetahuan lansia mengenai hipertensi terbukti berdampak pada penerapan diet hipertensi pada lansia.

Hasil penelitian ini juga didukung oleh penelitian Devita (2014) tentang hubungan pengetahuan dengan kepatuhan diet hipertensi pada lansia yang mengalami hipertensi di Panti Werdha Dharma Bhakti Kasih Surakarta yang diperoleh hasil nilai *p-value* 0,016 yang berarti ada hubungan antara

pengetahuan dengan kepatuhan diet hipertensi pada lansia yang mengalami hipertensi di Panti Werdha Dharma Bhakti Kasih Surakarta. Pengetahuan dengan kepatuhan jika dihubungkan maka akan didapatkan adanya hubungan yang bersifat positif, artinya jika tingkat pengetahuan tinggi maka tingkat kepatuhan juga tinggi. Responden yang berpengetahuan tinggi berarti mampu mengetahui, dan memahami arti, manfaat, dan tujuan menjalani diet hipertensi secara teratur.

Hasil penelitian ini sejalan juga dengan penelitian yang dilakukan oleh Arisqiyani (2017) tentang hubungan pengetahuan dengan kepatuhan diet hipertensi pada lansia di Kampung Honje Luhur Kelurahan Sukagalih Kecamatan Tarogong Kabupaten Garut dimana diperoleh hasil analisa data nilai *p-value* 0,029 yang berarti ada hubungan antara tingkat pengetahuan dengan kepatuhan diet hipertensi pada lansia. Penelitian ini menerangkan semakin tinggi tingkat pengetahuan seseorang tentang hipertensi maka semakin tinggi pula tingkat kepatuhan seseorang dalam menerapkan diet hipertensi.

Tingkat pengetahuan seseorang yang baik mengenai hipertensi akan membuat seseorang menjadi paham tentang penyakit tersebut yang akan mendorong adanya perubahan perilaku ke arah positif khususnya bagaimana seseorang akan berusaha memberikan respons dari stimulus seperti mengurangi faktor penyebab dari penyakit tersebut dengan penerapan diet hipertensi yang tepat. Hasil penelitian ini menyimpulkan bahwa terdapat hubungan antara tingkat pengetahuan dengan kepatuhan, dimana semakin tinggi tingkat pengetahuan lansia maka semakin tinggi pula tingkat kepatuhan dalam penerapan diet hipertensi, dan semakin rendah tingkat pengetahuan lansia maka semakin rendah tingkat kepatuhan lansia dalam menerapkan diet hipertensi di Panti Sosial Tresna Wredha Jara Mara Pati Buleleng tahun 2018.

4. Simpulan

Dapat disimpulkan bahwa Ada hubungan antara tingkat pengetahuan lansia tentang hipertensi dengan kepatuhan diet hipertensi di Panti Sosial Tresna Werdha Jara Mara Pati Buleleng dengan nilai korelasi 0,887 yaitu terdapat hubungan sangat kuat dengan $p\text{-value} = 0,000$ yang berarti terdapat hubungan positif antara tingkat pengetahuan dengan kepatuhan diet hipertensi yaitu semakin tinggi tingkat pengetahuan maka semakin tinggi tingkat kepatuhan, begitu pula sebaliknya semakin rendah tingkat pengetahuan maka semakin rendah tingkat kepatuhan.

5. Referensi

- Agrina, Rini S. S., 2011. *Kepatuhan Lansia Penderita Hipertensi Dalam Pemenuhan Diet Hipertensi Di Kelurahan Sidomulyo Barat Tampan Kota Pekanbaru*. Jurnal Keperawatan Universitas Riau.
- Arikunto, S. 2010. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik* Jakarta: Renika Cipta.
- Arum, A.A. 2014. *Gambaran Tingkat Pengetahuan Lansia Tentang Penyakit Hipertensi Di Desa Pucangan Kartasura Sukoharjo*. Surakarta: STIKES PKU Muhammadiyah.
- Aspiani, R., Y. 2015. [Buku Ajar Asuhan Keperawatan Klien Gangguan Kardiovaskuler](#). Jakarta : Buku Kedokteran EGC
- Badan Pusat Statistik, 2017. Statistik Penduduk Lanjut Usia 2017 Diakses: 23 agustus 2018, dari www.bps.go.id/publication/2018/04/13/7a130a22aa29cc8219c5d153/statistik-penduduk-lanjut-usia-2017.html
- Budiman & Riyanto A. 2013. *Kapita Selekta Kuisisioner Pengetahuan Dan Sikap Dalam Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Salemba Medika pp 66-69.
- Devita, Indra.K. 2014. *Hubungan Pengetahuan Dengan Kepatuhan Diet Hipertensi Pada Lansia Yang Mengalami Hipertensi Di Panti Wredha Dharma Bakti Kasih Surakarta*: STIKES Kusuma Husada Surakarta.
- Dinas Kesehatan kabupaten Buleleng. 2017. Profil Dinas Kesehatan Buleleng. Diunduh tanggal 24 Juli 2018 dari: http://www.depkes.go.id/resources/download/profil/PROFIL_KAB_KOTA_2017/5108_Bali_Kab_Buleleng_2017.pdf.
- Hannys Shely Permata Sari. 2018. *Hubungan Tingkat Pengetahuan Lansia Tentang Hipertensi Dengan Kepatuhan Dalam Meminum Obat Di Posyandu Lansia Drupadi*. Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan. Universitas Tribhuwana Tungadewi Malang.
- Inaya Prabandari. 2014. *Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Motivasi Untuk Memeriksa Diri Pasien Hipertensi Pada Lanjut Usia Di Puskesmas Kerjo Karanganyar*. Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Junaidi, Iskandar., 2010. *Hipertensi Pengenalan, Pencegahan, dan Pengobatan*. Jakarta: PT Bhuana Ilmu Populer.
- Kartikasari, AN. 2012. *Faktor Risiko Hipertensi pada Masyarakat di Desa Kabongan Kidul, Kabupaten Rembang*. Jurnal Semarang FK-Undip.
- Maghfirah Utari. 2017. *Dukungan keluarga Tentang Kepatuhan Diet Hipertensi Pada Lansia Di Puskesmas Pembantu Kelurahan Persiapan Tebing Tinggi*. Medan: Fakultas Kesehatan Universitas Sumatra Utara.
- Notoatmodjo, 2010. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, Soekidjo. 2012. *Promosi kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka cipta.
- Nugroho, B.Sc, SKM, H. Wahjudi. 2016. *Keperawatan Gerontik & Geriatrik*. Jakarta: EGC.

- Nursalam, 2013. *Metodologi Penelitian dan Riset Ilmu Keperawatan*. Jakarta:Salemba Medika.
- Tanendri Arrizqiyani. 2017. *Hubungan Pengetahuan Dengan Kepatuhan Diet Hipertensi Pada Lansia Di Kampung Honje Luhur Kelurahan Sukagalih Wilayah Kerja Pkm Pembangunan Kecamatan Tarogong Kidul Kabupaten Garut*. Jurnal Kesehatan Bakti Tunas Husada. Volume 18 Nomor 1 Februari 2018.
- Panti Sosial Tresna Werdha Jara Mara Pati. 2018. *Profil Panti social Tresna Werdha Jara Mara Pati*. Buleleng
- Priambodo, 2013. *Gambaran Faktor-Faktor Kepatuhan Diet Lanjut Usia Penderita Hipertensi*. Jurnal Kebidanan dan Keperawatan, 9 (1) . Pp. 57-64. ISSN 1858-0610.
- Rampengan, Starry H. 2015. *Hipertensi Resisten* Jurnal Kedokteran Yarsi (2) : 114-127 2015.R.Siti Maryam. 2008. *Mengenal usia lanjut dan perawatannya*. Jakarta: Salemba Medika.
- Reber, S.A., Reber, S.E. (2010). *Kamus Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Riset Kesehatan Dasar (Riskesmas). (2013). *Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian RI tahun 2013*.Diakses: 24 juli 2018, dari <http://www.depkes.go.id/resources/download/general/Hasil%20Riskesmas%202013.pdf>.
- Riset Kesehatan Dasar Provinsi Bali, 2013. *Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian RI tahun 2013*. Diakses: 24 juli 2018, dari www.scribd.com/document/354653194/Riskesmas-Bali-2013
- Sriningsih, I. 2011. *Faktor Demografi, Pengetahuan Ibu Tentang Air Susu Ibu dan Pemberian ASI Eksklusif*. Jurnal Kesehatan Masyarakat.6(2).
- Sugiyono. 2018. *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sutanto, 2010. *Cekal Penyakit Modern Hipertensi, Stroke, Jantung, Kolesterol, dan Diabetes*. Yogyakarta: C.V ANDI OFFSET.
- Utami. 2009. *Hubungan Antara Aktivitas Fisik, Asupan Zat Gizi Makro, Asupan Serat dengan Obesitas PNS di Kepolisian Resor Kota Besar Banda Aceh*. Skripsi. Depok: FKM UI