

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Gambaran Umum Daerah Penelitian

Di dalam Posyandu Bakal Pokoh berdiri sejak 6 bulan yang lalu. Pada Posyandu ini dikelola oleh 8 kader. Kegiatan posyandu adalah penimbangan berat badan, tinggi badan serta mengukur tekanan darah. Kegiatan lain dalam satu bulan sekali diadakan penyuluhan oleh petugas kesehatan dari Puskesmas Sedayu.

2. Pengetahuan Tentang Hipertensi

Tabel 4.1. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Pengetahuan Tentang Hipertensi

Pengetahuan Tentang Hipertensi	n	%
Baik	7	14.0
Cukup	15	30.0
Kurang	28	56.0
Jumlah	50	100,0

Sumber : Data Primer diolah (2012)

Berdasarkan tabel 4.1. dapat diketahui bahwa sebagian besar responden merupakan lansia dengan pengetahuan tentang hipertensi kurang, yaitu ada 28 responden dengan persentase 56,0%.

B. Pembahasan

1. Pengetahuan Lansia Tentang Hipertensi

Hipertensi adalah suatu keadaan yang abnormal pada tekanan darah seseorang. Menurut WHO batas tekanan darah yang masih normal adalah 120/80 mmHg. Jika lebih dari 140/90 dinyatakan sebagai hipertensi.

Hipertensi terbentuk melalui *angiotensin II* dari *angiotensin I converting enzyme* (ACE). ACE ini memegang peran fisiologis penting dalam mengatur tekanan darah. Peninggian tekanan sistolik tanpa diikuti oleh peninggian tekanan diastolik disebut hipertensi sistolik terisolasi. Hipertensi sistolik umumnya dijumpai pada usia lanjut. Dikatakan hipertensi jika pada dua kali lebih kunjungan yang berbeda didapatkan tekanan darah rata-rata dari dua atau lebih pengukuran setiap kunjungan, diastoliknya 90 mmHg atau lebih, atau sistoliknya di atas 140 mmHg (Suheni, 2007). Sebagian besar hipertensi dialami oleh lansia, dimana lansia dengan usia 55 tahun ke atas rentan mengalami hipertensi. Salah satu faktor yang mempengaruhi lansia rentan terhadap hipertensi adalah makanan atau gizi yang dikonsumsi. Salah satu penyebab hipertensi akibat asupan natrium yang mereka konsumsi dalam sehari berlebihan. Banyak lansia yang tidak memperhatikan tentang kandungan garam yang terlalu banyak dalam makanan. Hal tersebut mengakibatkan lansia mengalami hipertensi. Ditambah faktor usia pada lansia seperti berkurangnya kemampuan mencerna makanan akibat kerusakan gigi atau ompong, hal lain seperti berkurangnya indera pengecapan mengakibatkan penurunan terhadap cita rasa antara lain rasa asin. Hal ini menyebabkan dilakukannya penambahan garam pada makanan supaya makanan menjadi lebih nikmat. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan lansia tentang hipertensi kurang, yaitu sebanyak 28 lansia (56.0%). Dengan kurangnya tingkat pengetahuan lansia ini, mengakibatkan seringnya kejadian

hipertensi yang tidak terkontrol. Tingkat pengetahuan lansia dalam kategori rendah tersebut karena lansia memberikan jawaban yang salah pada pertanyaan tentang pengelolaan stress yang merupakan salah satu pencegahan hipertensi. Dan pada pertanyaan lain yaitu tentang mengatur pola makan rendah lemak yang baik untuk mengontrol tekanan darah. Padahal bila lansia tidak mengetahui bahwa stress merupakan salah satu penyebab hipertensi, maka lansia yang mengalami hipertensi akan meningkat. Karena kunci untuk terhindar dari hipertensi adalah salah satu dalam mengelola stress tersebut. Lansia harus memperhatikan pula tentang makanan yang dikonsumsi setiap hari, dalam porsi dan jenis makanan yang di makan. Karena dengan jumlah makanan yang banyak dimakan oleh lansia terutama yang mengandung kolesterol, itu sangat tidak baik bagi kesehatan lansia. Adapun beberapa jenis makanan mengandung kolesterol yang masih dikonsumsi berlebihan seperti telur, gorengan yang banyak mengandung minyak, daging ayam, daging kambing ataupun daging sapi. Untuk itu lebih baik lansia mengurangi asupan makanan yang mengandung kolesterol. Dan mengganti dengan makanan yang rendah kolesterol seperti sayur-sayuran hijau, buah, kacang hijau, tahu, tempe. Hal ini ditunjukan masih banyak yang belum mengetahui bahwa pola makan rendah lemak itu sangat penting bagi lansia. Mengurangi asupan garam dalam makanan merupakan salah satu pencegahan dalam hipertensi. Terutama dalam mempertahankan tekanan darah. Karena asupan garam yang berlebihan pada akhirnya membahayakan kesehatan lansia. Adapun

hasil penelitian lain menyatakan bahwa ada hubungan antara status gizi, konsumsi garam serta keteraturan minum obat dengan tekanan darah penderita hipertensi.

Menurut Notoatmojo (2007), pengetahuan yang dimiliki seseorang mempengaruhi perilakunya, semakin baik pengetahuan seseorang maka perilakunya juga akan semakin baik dan pengetahuan itu sendiri dipengaruhi tingkat umur, pendidikan, sumber informasi, dan pengalaman. Pengetahuan merupakan hasil dari penggunaan pancaindera yang didasarkan atas intuisi dan kebetulan, otoritas dan kewibawaan, tradisi, dan pendapat umum (Effendy, 2006). Menurut (Soejati, 2005) dalam (Kristina, 2008), salah satu faktor yang menyebabkan timbulnya perubahan, pemahaman, sikap dan perilaku seseorang, sehingga seseorang mau mengadopsi perilaku baru, yaitu kesiapan psikologis yang ditentukan oleh tingkat pengetahuan.