

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

4.1 Hasil Penelitian

4.1.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilakukan di wilayah kerja puskesmas oesapa kota kupang. Puskesmas oesapa terletak di Kelurahan lasiana Kecamatan kelapa lima. Batas-batas wilayah kerja UPT Puskesmas Oesapa adalah sebelah selatan berbatasan dengan kecamatan oebobo, sebelah timur berbatasan dengan kota lama puskesmas oesapa memiliki wilayah kurang lebih 15,31 km atau 8,49% dari luas wilayah kota kupang (180,7 km).

Wilayah kerja UPT Puskesmas oesapa mencakup seluruh wilayah, kecamatan kelapa lima dengan 5 kelurahan yakni kelurahan oesapa, kecamatan kelapa lima, kota kupang, oesapa barat, oesapa selatan, dan lasiana, jumlah penduduk berdasarkan data badan pusat statistik kota kupang tahun 2024 dan data dari kantor kecamatan kelapa lima tercatat sebanyak 85,951 jiwa terdiri dari laki-laki sebesar 43.722 jiwa dan perempuan 42.229 jiwa. Batas-batas wilayah kerja UPTDD puskesmas oesapa adalah sebagai berikut:

1. Sebelah utara berbatasan dengan Teluk Kupang
2. Sebelah selatan berbatasan dengan kecamatan Oebobo
3. Sebelah timur berbatasan dengan Kecamatan Tarus
4. Sebelah barat berbatasan dengan Kecamatan Kota Lama

4.2 Analisa Univariat

4.2.1 Karakteristik Responden

Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Riwayat Hipertensi, Umur, Jenis kelamin, Pendidikan, Pekerjaan.

Karakteristik	Frekuensi	Presentase (%)
Riwayat Hipertensi		
Ya	25	100
Tidak	-	
Total	25	100
Umur		
36-45 tahun	14	56
46-60 tahun	8	32
61-75 tahun	3	12
Total	25	100
Jenis kelamin		
Laki-laki	7	28
Perempuan	18	72
Total	25	100
Pendidikan		
SD	7	28
SMP/SMA	10	40
D3/SI/S2	8	32
Total	25	100
Pekerjaan		
PNS	5	20
Wiraswasta	16	64
Pensiunan	4	16
Total	25	100

(Data primer 2025)

Berdasarkan tabel 4.1 Mayoritas responden memiliki riwayat hipertensi (100%), berusia 36–45 tahun (56%), berjenis kelamin perempuan (72%), berpendidikan SMP/SMA (40%), dan bekerja sebagai wiraswasta (64%)

4.2.2 Kepatuhan Responden Sebelum dan Sesudah Diberikan Edukasi Tentang Kepatuhan Diet Rendah Garam

Tabel 4.2 pre test dan post test edukasi kepatuhan diet rendah garam

Kepatuhan	Frekuensi (pre test)	Frekuensi (%)	Kepatuhan	Frekuensi (post test)	Presentase (%)
Baik	1	4	Baik	23	92
Cukup	9	36	Cukup	2	8
Kurang	15	16	Kurang	-	-

Data primer (2025)

Berdasarkan tabel 4.2 sebelum edukasi diet rendah garam, sebagian besar responden (60%) memiliki kepatuhan kurang, dan hanya 4% yang baik. Setelah edukasi diet rendah garam, 92% responden menunjukkan kepatuhan baik, dan tidak ada lagi yang kurang

4.2.3 Tekanan Darah Pre Test dan Post Test Edukasi Kepatuhan Diet Rendah Garam

Tabel 4.3 Tekanan Darah Pre Test dan Post Test Edukasi Kepatuhan Diet Rendah garam

Kategori	Sistolik (mmHg)	Diastol (mmHg)	Pre test	(%)	Post test	(%)
Optimal	< 120	< 80	0	0	0	0
Normal	< 130	< 85	0	0	0	0
Normal- Tinggi	130-139	85-89	5	20	5	20
Tingkat I (hipertensi ringan)	140-159	90-99	18	72	19	76
Sub-group: perbatasan	140-149	90-94	2	8	1	4
Tingkat 2	160-178	100-109	0	0	0	0

(hipertensi sedang)						
Tingkat 3 (hipertensi berat)	≥ 180	≥ 110	0	0	0	0
Hipertensi Sistolik Terisolasi	≥ 140	< 90	0	0	0	0
Sub-group :perbatasan	140-149	< 90	0	0	0	0
Total			25	100	25	100

(Sumber : Data Primer Penelitian, 2025)

Mayoritas responden tetap berada pada kategori Hipertensi Tingkat I, meningkat sedikit dari (972%) menjadi (76%). Tidak ada responden yang mencapai kategori normal atau optimal, namun terjadi sedikit penurunan pada sub-kategori perbatasan dari (8%) menjadi (4%), yang menunjukkan perbaikan ringan pada sebagian responden

4.3 Analisa Bivariat

4.3.1 Uji Wilcoxon Signed Rank Test

Tabel 4.3 Perbedaan rata-rata kepatuhan responden pre test dan post test diberikan edukasi kesehatan tentang diet rendah garam (n= 25)

Variabel	Baik	Cukup	Kurang	n	p-value
Rata-rata kepatuhan responden					
a. Sebelum diberikan edukasi kepatuhan diet rendah garam	1	9	15	25	0,000
b. Sesudah diberikan edukasi diet rendah garam	23	2	-	25	25

Berdasarkan tabel 4.3. Diatas, dari hasil uji statistik dengan uji wilcoxon signed rank diperoleh nilai p-value = 0.00 pada alpha (a) 5%, maka dapat disimpulkan bahwa ada “ Pengaruh Pemberian edukasi kepatuhan diet rendah garam pada penderita hipertensi”.

4.4 Pembahasan

4.4.1 Analisa Univariat

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan pada 25 responden di Puskesmas Oesapa Kota Kupang diperoleh karakteristik responden berdasarkan riwayat penderita hipertensi yaitu, terlihat bahwa mayoritas responden yaitu sebanyak 25 orang (100%) mengalami hipertensi. Hal ini dilihat dari hasil jawaban pada kuesioner yg menunjukkan bahwa semua responden memiliki riwayat hipertensi.

a) usia

Pada hasil penelitian yg dilakukan oleh peneliti terlihat bahwa klasifikasi mayoritas umur 36-44 tahun dengan jumlah 14 orang. Usia juga merupakan faktor yang berpengaruh terhadap hipertensi pasien yang telah memasuki usia lanjut mendukung terjadinya hipertensi karena risiko hipertensi akan bertambah dengan semakin bertambahnya umur. Setelah umur 45 tahun, dinding arteri akan mengalami penebalan oleh karena adanya penumpukan zat kolagen pada lapisan otot, sehingga pembuluh darah akan berangsur-angsur menyempit dan menjadi kaku.

b) Jenis kelamin

Berdasarkan jenis kelamin terlihat bahwa mayoritas responden berjenis kelamin perempuan yaitu sebanyak 18 orang dan laki-laki berjumlah 7 orang, hal ini sesuai dengan faktor penyebab hipertensi yang dimana Hipertensi atau tekanan darah tinggi lebih banyak terjadi pada pria usia dewasa muda. Tetapi lebih banyak menyerang wanita setelah umur 55 tahun pendidikan

Berdasarkan karakteristik tingkat pendidikan responden, tingkat pendidikan SD ada 7 orang, SMP/SMA 10 orang sebanyak, D3/S1/S2 ada sebanyak 8 orang. Semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang, semakin tinggi pula tingkat pengetahuannya yg merupakan salah satu faktor penting yg mempengaruhi perilaku seseorang. Perilaku seseorang akan lebih baik dan dapat bertahan lebih lama apabila didasari oleh tingkat pengetahuan dan kesadaran yang baik. Berdasarkan pekerjaan mayoritas pekerjaan responden adalah

wiraswasta dengan jumlah 16 orang , PNS 5 orang dan Pensiunan sebanyak 4 orang .

Penelitian menunjukkan sebelum diberikan edukasi kesehatan tentang kepatuhan diet rendah garam responden dengan kategori baik 1 orang, kategori cukup 9 orang , dan kurang sebanyak 15 orang. Penelitian menunjukkan sesudah diberikan edukasi kepatuhan diet rendah garam responden dengan kategori baik 23 orang kategori cukup 2 orang , dan kurang tidak ada lagi.

4.4.2 Analisa Bivariat

a) Pengaruh edukasi media leaflet terhadap kepatuhan diet rendah garam pada Penderita Hipertensi

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan pada masyarakat di Puskesmas Oesapa yang berjumlah 25 orang diperoleh hasil bahwa ada pengaruh pemberian edukasi media leaflet tentang kepatuhan diet rendah garam penderita hipertensi. Hasil uji statistik dengan uji wilcoxon signed rank diperoleh nilai p value = 0.00 pada alpha (α) 5%, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat Pengaruh pemberian edukasi media leaflet tentang kepatuhan diet rendah garam Penderita Hipertensi.

Hasil yang diharapkan dari suatu promosi atau edukasi media leaflet tentang kepatuhan diet rendah garam adalah perilaku kesehatan, atau perilaku untuk memelihara dan meningkatkan kesehatan yang kondusif oleh sasaran dari promosi kesehatan.

Hasil Penelitian ini sejalan dengan penelitian yg pernah dilakukan Septina Dwi Yuliana (2014) tentang Pengaruh Pemberian Pendidikan Kesehatan Diet Hipertensi DASH (Dietary Approach to Stop Hypertension) Terhadap Peningkatan kepatuhan dan Sikap Penderita Hipertensi Di wilayah Kerja Puskesmas Rakit 2. Hasil penelitian menunjukkan ada pengaruh dengan nilai 0,0001.

Hasil penelitian ini konsisten dengan temuan Nisa Aisah Murti (2018) yang meneliti pengaruh pendidikan kesehatan terhadap peningkatan kepatuhan

mengenai kualitas hidup pada pasien hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Pajang, Surakarta. Dalam penelitiannya, dengan menggunakan uji Paired Samples Test, diperoleh nilai p sebesar 0,001. Karena nilai ini lebih kecil dari 0,05, dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara tingkat kepatuhan pasien sebelum dan sesudah mendapatkan pendidikan kesehatan.

Pada saat dilakukannya penelitian terlihat bahwa dimana pendidikan kesehatan pada masyarakat sangat dibutuhkan karna pada hasil penelitian menunjukkan sebelum diberikan pendidikan kesehatan tentang kepatuhan diet rendah garam responden dengan kategori baik 1 orang kategori cukup 9 orang , dan kurang sebanyak 15 orang dan setelah diberikan pendidikan kesehatan pada masyarakat menunjukkan hasil yg sangat signifikan dimana responden dengan kepatuhan kategori baik 23 orang kategori cukup 2 orang, dan kurang tidak ada lagi.

4.4.3 Distribusi Tekanan Darah Responden Pre-test dan Post-test

Berdasarkan data tekanan darah responden sebelum (pre-test) dan sesudah (post-test) diberikan edukasi media leaflet, mayoritas responden berada pada kategori Tingkat I (Hipertensi Ringan), yaitu sebesar (72%) pada pre-test dan meningkat menjadi (76%) pada post-test. Selain itu, (20%) responden berada pada kategori Normal-Tinggi baik sebelum maupun sesudah intervensi. Tidak ada responden yang masuk ke kategori Optimal, Normal, Tingkat II, Tingkat III, ataupun Hipertensi Sistolik Terisolasi.

Peningkatan kecil pada proporsi responden di kategori hipertensi ringan pada post-test (dari (72%) menjadi (76%)), dapat diinterpretasikan sebagai indikasi bahwa tekanan darah responden tetap stabil setelah diberikan edukasi. Meskipun tidak terjadi penurunan signifikan dalam distribusi tekanan darah, keberadaan edukasi media leaflet kemungkinan besar membantu mencegah peningkatan tekanan darah yang lebih berat. Tidak adanya responden di kategori hipertensi sedang dan berat menandakan bahwa sampel penelitian ini didominasi oleh penderita hipertensi dengan tekanan darah yang relatif stabil dan belum

mencapai tingkat keparahan yang lebih tinggi. Hal ini memberikan peluang besar bahwa intervensi edukasi melalui leaflet dapat efektif diterapkan untuk mencegah progresi hipertensi ke tingkat yang lebih serius

Edukasi melalui media leaflet bertujuan meningkatkan pengetahuan dan kepatuhan pasien dalam menjalankan diet rendah garam, yang secara langsung berdampak pada pengendalian tekanan darah. Media leaflet yang mudah dipahami dan dapat dibawa pulang memungkinkan pasien mengakses informasi secara berulang sehingga memperkuat perilaku diet sehat. Meskipun data tekanan darah belum menunjukkan perubahan drastis dalam kategori hipertensi, peningkatan kepatuhan diet rendah garam yang dicapai melalui edukasi dapat memerlukan waktu lebih lama untuk memperlihatkan efek signifikan pada tekanan darah. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa perubahan pola makan dan gaya hidup memerlukan waktu berkelanjutan untuk menghasilkan penurunan tekanan darah yang nyata

Keberhasilan edukasi melalui leaflet juga dipengaruhi oleh berbagai faktor seperti tingkat pendidikan, dukungan keluarga, dan kesadaran diri pasien. Responden dengan latar belakang pendidikan SMP/SMA (40%) dan pekerjaan sebagai wiraswasta (64%) menunjukkan variasi tingkat pemahaman terhadap pesan edukasi yang disampaikan. Hambatan seperti kebiasaan lama, akses terbatas pada makanan rendah garam, dan keterbatasan ekonomi juga menjadi tantangan dalam menjalankan diet rendah garam secara konsisten.

4.5 Keterbatasan Penelitian

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan yang perlu diperhatikan, antara lain:

Penelitian ini hanya melibatkan 25 responden, yang merupakan jumlah sampel kecil. Edukasi dan pengukuran hasil dilakukan dalam rentang waktu yang relatif singkat. Perubahan perilaku seperti kepatuhan terhadap diet rendah garam biasanya membutuhkan waktu lebih lama untuk menunjukkan efek signifikan, termasuk perubahan tekanan darah. Penilaian terhadap kepatuhan diet dilakukan melalui kuesioner yang diisi oleh responden (self-report), yang sangat bergantung pada kejujuran dan daya ingat responden. Hal ini dapat menimbulkan bias laporan diri (self-report bias), karena responden mungkin melaporkan perilaku yang dianggap “baik” secara sosial. Penelitian ini tidak menggunakan kelompok kontrol (responden yang tidak diberikan edukasi), sehingga sulit untuk memastikan bahwa perubahan yang terjadi sepenuhnya disebabkan oleh intervensi leaflet, bukan oleh faktor lain seperti motivasi pribadi, pengaruh keluarga, atau perubahan lingkungan. Faktor-faktor seperti pola makan keluarga, tingkat ekonomi, akses terhadap makanan sehat, dan dukungan sosial tidak dikendalikan dalam penelitian ini, padahal faktor-faktor tersebut dapat memengaruhi kepatuhan pasien terhadap diet rendah garam.