

## HUBUNGAN KEPATUHAN DIET RENDAH GARAM DENGAN TEKANAN DARAH PASIEN HIPERTENSI DI KLINIK INTAN HUSADA JATIROGO TUBAN

Fakhrun Nisa<sup>1</sup>

STIKes Husada Jombang

E-mail : [fiddaroininissa@gmail.com](mailto:fiddaroininissa@gmail.com)

Fiddaroini<sup>2</sup>

STIKes Husada Jombang

E-mail : [fiddaroininissa@gmail.com](mailto:fiddaroininissa@gmail.com)

Karisma Dwi Ana<sup>3</sup>

STIKes Husada Jombang

E-mail : [fiddaroininissa@gmail.com](mailto:fiddaroininissa@gmail.com)

### ABSTRAK

**Pendahuluan** Kepatuhan diet rendah garam merupakan tantangan besar bagi pasien hipertensi, jika pasien hipertensi tidak patuh maka akan menyebabkan komplikasi terhadap penyakit-penyakit lain serta meningkatkan angka morbiditas dan mortalitas. Penelitian ini bertujuan mengetahui hubungan kepatuhan diet rendah garam dengan tekanan darah pasien hipertensi di Klinik Intan Husada Jatirogo Tuban. **Metode** Desain penelitian ini adalah analitik korelasional dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pasien hipertensi di Klinik Intan Husada Jatirogo Tuban, bulan September tahun 2023, sebanyak 38 pasien. Besar sampel penelitian ini sebanyak 34 responden. Teknik sampling penelitian ini adalah *accidental sampling*. Teknik analisis data menggunakan uji *spearman rho*. **Hasil** penelitian menunjukkan sebanyak 15 responden yang tidak patuh menjalankan diet rendah garam lebih dari sebagian (66,7%) mengalami hipertensi sedang, dan sebanyak 18 responden yang patuh menjalankan diet rendah garam sebagian besar (89,5%) mengalami hipertensi ringan. Hasil uji *spearman rho* didapatkan p value = (0,000) < (0,050) dan nilai *Correlation Coefficient* = 0,820\* sehingga  $H_1$  diterima, maka ada hubungan kepatuhan diet rendah garam dengan tekanan darah pasien hipertensi di Klinik Intan Husada Jatirogo Tuban dengan tingkat keeratan hubungan yang sangat kuat. **Kesimpulan** Pasien disarankan mematuhi diet dan diimbangi dengan aktivitas fisik atau olahraga secara rutin setiap hari, serta konsumsi obat sesuai anjuran. Perawat diharapkan selalu memberikan motivasi dan dorongan kepada pasien menjaga kesehatan dimulai dengan perubahan gaya hidup yang lebih sehat untuk mencegah terjadinya hipertensi maupun komplikasi lainnya.

**Kata Kunci** : Kepatuhan, Diet Rendah Garam, Tekanan Darah, Hipertensi.

### ABSTRACT

**Introduction** Compliance with a low salt diet is a big challenge for hypertensive patients, if hypertensive patients do not comply it will cause complications with other diseases and increase morbidity and mortality rates. This study aims to determine the relationship between adherence to a low-salt diet and blood pressure in hypertensive patients at the Intan Husada Jatirogo Clinic, Tuban. **Method** The design of this study is a correlational analytic with a cross-sectional approach. The population in this study were all hypertensive patients at Intan Husada Jatirogo Tuban Clinic, in September 2023, a total of 38 patients. The sample size of this study was 43 respondents. A side technique of this research is accidental sampling. Data analysis technique using Spearman Rho test. The results of the study showed that more than half of the 15 respondents who did not comply with the low-salt diet (66.7%) had moderate hypertension, and the majority of the 18 respondents who adhered to the low-salt diet (89.5%) experienced mild hypertension. The **results** of the Spearman rho test showed that p-value =

*(0.000) < (0.050) and Correlation Coefficient value = 0.820\* so that H1 was accepted, so there was a relationship between adherence to a low salt diet and the blood pressure of hypertensive patients at the Intan Husada Clinic Jatirogo Tuban with a very strong level of relationship.*

**Conclusion** *Patients are advised to adhere to a diet and balance it with regular physical activity or exercise every day, as well as taking medication as recommended. Nurses are expected to always provide motivation and encouragement to patients to maintain their health starting with healthier lifestyle changes to prevent hypertension and other complications.*

**Keywords:** *adherence, low salt diet, blood pressure, hypertension.*

## PENDAHULUAN

Kepatuhan pasien hipertensi mempunyai peranan penting dalam meningkatkan kesadaran dan perilaku dalam mengontrol tekanan darah. Gaya hidup sehat merupakan salah satu upaya meminimalkan komplikasi akibat hipertensi yang dapat berujung pada kematian (Mafrur, A. K., 2018). Kepatuhan dalam menjalani diet menjadi permasalahan tersendiri bagi pasien ketika peraturannya harus diikuti secara berkala dalam kurun waktu yang sangat lama. Kepatuhan jangka panjang terhadap perencanaan makan merupakan tantangan besar bagi pasien hipertensi, jika pasien tidak patuh terhadap diet hipertensi maka akan menyebabkan komplikasi terhadap penyakit-penyakit lain serta meningkatkan angka morbiditas dan mortalitas (Anisa, M., & Bahri, T.S, 2017).

Menurut *World Health Organizaton* (WHO) (2018) prevalensi hipertensi diperkirakan pada tahun 2025 hipertensi salah satu penyebab kematian dini di seluruh dunia. Jumlah 1,56 miliar orang dewasa akan mengalami hipertensi. Hipertensi juga menyebabkan hampir 8 juta orang meninggal diseluruh dunia, dan hampir 1,5 juta orang meninggal di Wilayah Asia Tenggara pada setiap tahun (Hasanah, 2019).

Data Riskesdas tahun 2018, prevalensi hipertensi di Indonesia pada penduduk berusia  $\geq 18$  tahun adalah 34,1%, lebih tinggi dari prevalensi pada tahun 2013 sebesar 25,8%. Prevalensi hipertensi tertinggi sebanyak 44,1% di Kalimantan Selatan, sedangkan paling sedikit 22,2% di Papua. Prevalensi gaya hidup penduduk hipertensi tahun 2018 di Indonesia yaitu 9,1% merokok, 3,3% konsumsi alkohol, 33,5% kurang aktivitas fisik serta 95,5%

kurang konsumsi buah dan sayur. Proporsi obesitas sentral 31% dan 21,8% proporsi obesitas umum. Proporsi riwayat minum obat dan alasan tidak minum obat pada penduduk hipertensi berdasarkan diagnosis dokter atau minum obat tahun 2018 meliputi, 54,4% minum obat rutin, 32,3% tidak rutin, dan 13,3% tidak minum obat. Sedangkan proporsi alasan tidak minum obat karena merasa sudah sehat 59,8%, tidak rutin ke fasilitas pelayanan kesehatan 31,3%, sering lupa 11,5%, tidak mampu beli obat rutin 8,1%, tidak tahan efek samping obat 4,5% dan 2,0% obat tidak ada difasilitas pelayanan kesehatan (Riskesdas, 2018).

Berdasarkan Profil Kesehatan Kabupaten Tuban tahun 2020 jumlah penderita hipertensi sebanyak 378.961 orang, dengan rincian 185.699 laki-laki dan 193.262 perempuan. Sedangkan di Klinik Intan Husada Jatirogo Tuban pada tahun 2020, jumlah penderita hipertensi sebanyak 15.309 orang dengan rincian 7.373 laki-laki dan 7.936 perempuan (Dinas Kesehatan Kabupaten Tuban, 2021). Tingginya angka kejadian hipertensi di Klinik Intan Husada Jatirogo Tuban disebabkan oleh kurangnya pengetahuan mengenai hipertensi khususnya makanan yang dianjurkan dan yang tidak dianjurkan.

Diet merupakan salah satu cara untuk mengatasi hipertensi tanpa adanya efek samping dengan tujuan kadar tekanan darah bisa normal atau terkontrol. Pengaturan pola makan atau modifikasi diet telah secara luas dianggap sebagai strategi modifikasi gaya hidup dengan potensi yang sangat besar untuk mencegah hipertensi dengan biaya yang kurang dari intervensi farmakologis (Bertish et al, 2018). Faktor-faktor yang mempengaruhi diet rendah

garam diantaranya adalah usia, pendidikan pekerjaan, lama menderita penyakit, faktor keikutsertaan asuransi kesehatan, pengetahuan, dukungan keluarga, peran petugas kesehatan, motivasi diet, dan pola makan (Anisa, M., & Bahri, T.S, 2017). Komplikasi pembuluh darah terkait hipertensi dapat menyebabkan penyakit jantung koroner, stroke, dan gagal ginjal. Adanya komplikasi pada organ tubuh tersebut menyebabkan angka kematian yang tinggi. Kerusakan organ tidak hanya meningkatkan biaya terapi dan perawatan pasien, keluarga, dan pemerintah, tetapi juga menurunkan kualitas hidup pasien dan akan menjadi masalah yang lebih besar jika tidak ditangani sejak dini (Herawati *et al.*, 2020).

Pengendalian hipertensi dapat dilakukan dengan cara menjalani program terapi pasien hipertensi meliputi diet rendah garam, pasien hipertensi lebih kesulitan dalam mematuhi diet dibandingkan dengan program terapi lainnya, karena mematuhi diet berarti mengubah gaya hidup. Modifikasi gaya hidup dan diet yang direkomendasikan untuk semua penderita hipertensi adalah diet *DASH* (*Dietary Approaches to Stop Hypertension*), yaitu diet yang menganjurkan konsumsi serat dan kalium melalui buah-buahan dan sayur-sayuran, pengurangan total konsumsi lemak jenuh produk hewani, dan peningkatan asupan cukup protein (Fachry, 2020).

Upaya untuk mencegah tingkat keparahan hipertensi dapat dilakukan dengan cara patuh mengendalikan faktor berisikonya, diantaranya dengan memonitoring tekanan darah secara teratur, menghindari merokok, menghindari diet yang tidak sehat (kurang konsumsi sayur dan buah serta konsumsi gula, garam dan lemak berlebih), obesitas, kurang aktifitas fisik, konsumsi alkohol berlebihan dan stress. Hal ini dimaksudkan agar keadaan tekanan darah penderita hipertensi tetap terkontrol sehingga dapat terhindar dari penyakit hipertensi dan komplikasinya. Karena masing-masing mempunyai efek penurunan tekanan darah yang berperan dalam pencegahan hipertensi dan bila dilakukan secara bersamaan akan mempunyai efek penurunan tekanan darah yang lebih nyata (Risca *et al.*, 2019).

Berdasarkan latar belakang atau fenomena diatas, peneliti tertarik untuk mengambil penelitian dengan judul : “Hubungan kepatuhan diet rendah garam dengan tekanan darah pasien hipertensi di Klinik Intan Husada Jatirogo Tuban”.

## METODE PENELITIAN

Desain penelitian adalah analitik korelasional dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pasien hipertensi di Klinik Intan Husada Jatirogo Tuban tahun 2023 sebanyak 38 pasien (Data RM Bulan September 2023).

Sampel penelitian ini adalah sebagian pasien hipertensi di Klinik Intan Husada Jatirogo Tuban tahun 2023 sebanyak 34 responden. Pada sampling penelitian ini menggunakan teknik *non probability sampling* dengan cara *accidental sampling* yaitu suatu teknik memilih setiap anggota populasi yang dijumpai untuk dijadikan sebagai sampel selama waktu penelitian yang ditetapkan (Notoatmodjo S, 2018).

Variabel *independent* adalah kepatuhan diet rendah garam. Variabel *dependent* adalah tekanan darah pasien hipertensi serta uji statistic yang digunakan yaitu uji *Spearman Rho*.

## HASIL PENELITIAN

Pada bagian ini berisi hasil dari pengumpulan data yang telah dilaksanakan selama bulan September 2023, yang dilaksanakan di Klinik Intan Husada Jatirogo Tuban.

**Tabel 1 Distribusi Frekuensi berdasarkan Data Umum**

No	Karakteristik	(f)	(%)
1	Jenis Kelamin		
	Laki-laki	11	32,4
	Perempuan	23	67,6
2	Umur		
	< 30 Tahun	1	2,9
	31 – 40 Tahun	3	8,8
	41 – 50 Tahun	5	14,7
	51 – 60 Tahun	10	29,4
	>60 tahun	15	44,1

3	Pendidikan			
	Dasar (SD/Mi-SMP/Mts)	23	67,6	
	Menengah (SMA,SMK)	8	23,5	
	Tinggi (D3,S1)	3	8,8	
4	Pekerjaan			
	Petani	9	26,5	
	ASN	3	8,8	
	Wiraswasta	4	11,8	
	Tidak bekerja (IRT)	18	52,9	
5	Lama Menderita DM			
	<1 Tahun	3	8,8	
	1-5 Tahun	20	58,8	
	>5 Tahun	11	32,4	

Sumber : Data Primer, 2023

Berdasarkan tabel 1 didapatkan bahwa dari 34 responden lebih dari sebagian responden berjenis kelamin perempuan yaitu sebanyak 23 responden (67,6%). Kurang dari sebagian responden berumur >60 tahun sebanyak 15 responden (44,1%). Lebih dari sebagian responden berpendidikan pendidikan dasar (SD/Mi-SMP/Mts) yaitu 23 responden (67,6%). Lebih dari sebagian responden tidak bekerja (IRT) yaitu sebanyak 18 responden (52,9%). Serta lebih dari sebagian responden memiliki lama menderita hipertensi selama 1-5 tahun yaitu sebanyak 20 responden (58,8%).

**Tabel 2 Distribusi frekuensi berdasarkan Kepatuhan Diet Rendah Garam Pasien Hipertensi**

Kepatuhan diet rendah garam pasien hipertensi	(f)	(%)
Tidak patuh	15	44,1
Patuh	19	55,9
Total	34	100

Sumber : Data Primer, 2023

Berdasarkan tabel 2 didapatkan bahwa dari 34 pasien hipertensi di Klinik Intan Husada Jatirogo Tuban, lebih dari sebagian responden yaitu sebanyak 19 responden (55,9%) patuh dalam menjalankan diet rendah garam.

**Tabel 3 Distribusi Frekuensi berdasarkan Tekanan Darah Pasien Hipertensi**

Tekanan Darah Pasien	(f)	(%)
----------------------	-----	-----

Hipertensi		
Hipertensi ringan	18	52,9
Hipertensi sedang	12	35,3
Hipertensi berat	4	11,8
Total	34	100

Sumber : Data Primer, 2023

Berdasarkan tabel 3 didapatkan bahwa dari 34 pasien hipertensi di Klinik Intan Husada Jatirogo Tuban lebih dari sebagian besar responden yaitu sebanyak 18 responden (52,9%) mengalami mengalami hipertensi ringan.

Serta berdasarkan Uji *Spearman Rho* didapatkan p value = (0,000) < (0,050) dengan nilai *Correlation Coefficient* = 0,820\* sehingga  $H_1$  diterima, maka ada hubungan kepatuhan diet rendah garam dengan tekanan darah pasien hipertensi di Klinik Intan Husada Jatirogo Tuban, dengan tingkat keeratan hubungan yang sangat kuat.

## PEMBAHASAN

### Kepatuhan Rendah Garam

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa dari 34 pasien hipertensi di Klinik Intan Husada Jatirogo Tuban, lebih dari sebagian responden yaitu sebanyak 19 responden (55,9%) patuh dalam menjalankan diet rendah garam. Kepatuhan diartikan sebagai kemampuan seseorang dalam mempertahankan program-program yang berhubungan dengan promosi kesehatan yang diberikan dari penyelenggara perawatan kesehatan (Puspita et al., 2019). Kepatuhan diet merupakan suatu perilaku seseorang dalam menjaga pola hidup sehat dan mengikuti proses pengobatan (Hastuti et al., 2017). Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kepatuhan diet rendah garam pada pasien hipertensi sebagian besar adalah patuh. Hal ini dikarenakan responden pada penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian dari mereka memiliki kepatuhan yang positif yang dipengaruhi oleh karakteristik pendidikan, gaya hidup sehat, pengalaman, dan pengetahuan yang cukup tentang hal yang harus dilakukan untuk menjaga kesehatannya. Selain itu responden juga mendapatkan konseling tentang program

diet yang sesuai dengan anjuran tenaga kesehatan selama berobat ke Poliklinik Intan Husada Jatirogo. Setelah dilakukan konseling pasien sebagian besar mampu menjalankan diet dengan patuh sehingga dalam jangka waktu 2 minggu dengan tes menggunakan kuesioner dan observasi pasien banyak yang patuh menjalankan diet dengan baik.

Faktor yang mempengaruhi diet garam ini adalah karena faktor jenis kelamin yang dimana dari hasil pengamatan yang peneliti dapat bahwa jenis kelamin didominasi oleh perempuan, karena perempuan lebih memahami bagaimana cara dalam mengatur pola dietnya sehingga banyak responden yang melakukan diet garam, selain faktor itu diet garam juga sangat dipengaruhi oleh pekerjaan yang dimana pekerjaan ini di dominasi oleh ibu rumah tangga yang dimana yang menjadi ibu rumah tangga lebih bisa menempatkan waktu melakukan diet karena ibu sendiri yang memasak makanannya, sedangkan yang bekerja belum tentu bias mengatur dietnya karena faktor makanan luar yang mengandung banyak garam seperti, bakso, dan makanan yang di awetkan dengan garam.

Hasil penelitian sebelumnya yang telah dilakukan Mafrur (2018) juga menunjukkan bahwa kepatuhan diet rendah garam responden sebesar 85,4% yang termasuk kategori patuh. Hasil penelitian serupa yang dilakukan Tumenggung (2013) menunjukkan tingkat kepatuhan responden sebanyak 24 orang (80%) dalam kategori patuh.

Hasil penelitian ini juga sebanding dengan hasil penelitian yang dilakukan Alvita (2018) yang mendapatkan hasil sebagian besar lansia mempunyai pola diet yang baik yaitu sebesar 29 Responden (70,7%), ditandai dengan sebagian besar lansia sudah mengerti untuk membatasi penggunaan garam dalam masakan sehari-hari mereka memasak masakan dengan mengurangi penggunaan garam dibandingkan sebelum sakit namun ada sebagian yang menyenangi makanan yang mengandung kolesterol dan makanan siap saji serta minum minuman yang mengandung cafeinn

dalam jumlah yang banyak seperti kopi dan teh.

### **Tekanan Darah Pasien Hipertensi**

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa bahwa dari 34 pasien hipertensi di Klinik Intan Husada Jatirogo Tuban, lebih dari sebagian responden yaitu sebanyak 18 responden (52,9%) mengalami hipertensi ringan.

Hipertensi terjadi karena peningkatan tekanan darah secara abnormal dan terus menerus pada beberapa kali pemeriksaan tekanan darah yang disebabkan satu atau beberapa faktor risiko yang tidak berjalan sebagaimana mestinya dalam mempertahankan tekanan darah secara normal (Majid, 2017).

Biasanya didalam kehidupan masyarakat kurang memperhatikan diet yang tepat sehingga didalam menu kesehariannya tidak memenuhi gizi yang baik dan seimbang, sering kali masyarakat tidak memperhatikan kesehatan diri sendiri dan keluarganya. Disitulah berbagai macam penyakit kerap muncul kepada masyarakat salah satunya adalah peyakt hipertensi yang sekarang tidak mengenal usia. Hipertensi dapat kambuh kembali dikarenakan diet yang tidak teratur seperti makan makanan yang mengandung tinggi natrium, tinggi kolestrol, tinggi lemak, dan tinggi purin akan masuk ke system peredaran darah dan dapat mengakibatkan timbulnya plak-plak dipembuluh darah dan kadar natrium yang tinggi dapat mengentalkan darah sehingga peredaran darah tidak lancar dan akan mengakibatkan peningkatan tekanan darah. Jadi dalam pemberian diet yang tepat adalah salah satu faktor utama yang tepat untuk mengontrol penyakit hipertensi, karena hipertensi adalah penyakit yang tidak bisa disembuhkan tetapi hanya bisa dikontrol. Bila masyarakat tidak memperhatikan hal tersebut akan berdampak yang buruk seperti komplikasi penyakit yang lain dan bahkan berujung pada kematian (Bahtiar et al., 2023).

Hasil penelitian ini dapat diasumsikan bahwa pada dasarnya tekanan darah bisa diatas nilai normal bukan hanya kurang sadar melaksanakan program diet, tapi bisa juga karena tingkat stress, obesitas, latihan

fisik atau olahraga, pemakaian obat oral, faktor usia, dan pemeriksaan tekanan darah. Penderita hipertensi harus membatasi makanan yang tinggi garam. Banyak pasien hipertensi mengeluh karena makanan yang tercantum dalam daftar menu diet kurang bervariasi sehingga pasien sering merasa membosankan. Untuk itu agar ada variasi dan tidak menimbulkan kebosanan, dapat diganti dengan makanan penukar lain.

### **Hubungan Kepatuhan Diet Rendah Garam Dengan Tekanan Darah Pasien Hipertensi**

Berdasarkan Uji *Spearman Rho* didapatkan  $p \text{ value} = (0,000) < (0,050)$  dengan nilai *Correlation Coefficient* = 0,820\* sehingga  $H_1$  diterima, maka ada hubungan kepatuhan diet rendah garam dengan tekanan darah pasien hipertensi di Klinik Intan Husada Jatirogo Tuban, dengan tingkat keeratan hubungan yang sangat kuat.

Kepatuhan diet rendah garam merupakan salah satu faktor yang berpengaruh pada status Kesehatan penderita hipertensi. Kepatuhan adalah perilaku yang dilakukan oleh pasien sesuai persyaratan medis atau dapat didefinisikan sebagai kemampuan individu mengikuti praktik kesehatan yang telah direkomendasikan (Irawati, 2020). Pentingnya pengendalian kepatuhan terhadap diet rendah garam memungkinkan pasien hipertensi untuk mengontrol tekanan darahnya tetap normal, sehingga semakin banyak diet tekanan darah yang diikuti maka tekanan darah yang normal juga mempengaruhi kesehatan penderita hipertensi (Putri et al., 2023)

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa diet teratur dapat menormalkan tekanan darah tinggi dengan mengurangi makanan tinggi garam, tinggi lemak dan makan makanan tinggi serat. Penerapan diet rendah garam mampu menurunkan tekanan darah pada pasien dewasa dengan hipertensi, karena penerapan diet rendah garam mampu mengontrol pola makan pasien menjadi lebih baik dan lebih terarah untuk mengurangi terjadinya endapan pada dinding pembuluh darah yang mengakibatkan gejala serta kenaikan tekanan darah pada penderita

hipertensi. Beberapa faktor juga dapat mempengaruhi penurunan tekanan darah disamping penerapan diet rendah garam, seperti faktor umur, jenis kelamin, obesitas, pola asupan garam, *exercise*, stres, dan juga obat-obatan.

Selain itu, manajemen stres dan aktivitas fisik juga mempengaruhi tekanan darah secara non farmakologis. Setelah diet, tekanan darah bisa turun dan tetap normal. Sangat dianjurkan bagi penderita hipertensi agar merubah pola makannya dan menghindari atau membatasi makanan yang dapat menyebabkan hipertensi (Beavers, 2018).

Hasil penelitian Safitri (2023), menjelaskan bahwa pada lansia hipertensi mempunyai keterkaitan antara kepatuhan diet hipertensi dengan tekanan darah. Hal ini terlihat dari hasil uji *Chi-Square* yang memberikan  $p=0,017$ , artinya ada hubungan antara kepatuhan diet hipertensi dengan tekanan darah pada pasien hipertensi. Kemudian penelitian menurut Puspita (2015) menjelaskan adanya hubungan sikap terhadap menerapkan diet hipertensi dengan tekanan darah pada pasien hipertensi. Apabila tingkat sikap mematuhi diet hipertensi tinggi, maka semakin baik tingkat tekanan darah yang terkendali.

### **Kesimpulan**

Berdasarkan analisa data penelitian dapat disimpulkan bahwa :

- 1) Kepatuhan rendah garam pada pasien hipertensi di Klinik Intan Husada Jatirogo Tuban lebih dari sebagian besar yaitu sebanyak 19 responden (55,9%) patuh dalam menjalankan diet rendah garam.
- 2) Tekanan darah pada pasien hipertensi di Klinik Intan Husada Jatirogo Tuban, lebih dari sebagian responden yaitu sebanyak 18 responden (52,9%) mengalami hipertensi ringan.
- 3) Ada hubungan kepatuhan diet rendah garam dengan tekanan darah pasien hipertensi di Klinik Intan Husada Jatirogo Tuban  $p \text{ value} = (0,000) < (0,050)$  dengan nilai *Correlation Coefficient* = 0,820\*.

### **DAFTAR PUSTAKA**

- Alvita, G., W. (2018). Hubungan Pola Diet Dengan Riwayat Hipertensi Pada Lansia Di Desa Tenggeles Kudus. *Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan Masyarakat Cendekia Utama*, 7(1), 1. <https://doi.org/10.31596/jcu.v0i0.208>.
- Anisa, M., & Bahri, T. S. 2017. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kepatuhan Diet Hipertensi. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Fakultas Keperawatan*, 2(3).
- Bahtiar, H., Ariyanti, M., & Supinganto, A. (2023). Penguatan Dukungan Keluarga Lansia Untuk Menurunkan Derajat Hipertensi Di Dusun Melase. *Jurnal LENTERA*, 2(2), 244–249. <https://doi.org/10.57267/lentera.v2i2.205>
- Bertisch, S. M., Pollock, B. D., Mittleman, M. A., Buysse, D. J., Bazzano, L. A., Gottlieb, D. J., & Redline, S. (2018). Insomnia with objective short sleep duration and risk of incident cardiovascular disease and all-cause mortality: Sleep Heart Health Study. *Sleep*, 41(6), zsy047.
- Beavers. 2018. *Bimbingan Dokter Pada Tekanan Darah*. Jakarta : Dian Rakyat.
- Dinkes Jawa Timur. (2022). *Profil Kesehatan Propinsi Jawa Timur Tahun 2021*. Surabaya: Dinas Kesehatan Propinsi Jawa Timur.
- Dinkes Tuban. (2022). *Profil Kesehatan Kabupaten Tuban Tahun 2021*. Tuban: Dinas Kesehatan Kabupaten Tuban
- Fachry, A. W. R. (2020). Diet Hipertensi Dengan Derajat Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Junrejo Tahun 2020 Di Wilayah Kerja Puskesmas Junrejo. *Skripsi: Fakultas Kedokteran Dan Ilmu Kesehatan, UIN Malik Ibrahim*. <http://etheses.uin-malang.ac.id/21914/1/16910001.pdf>
- Hasanah, F. (2019). Gambaran Gaya Hidup Dan Tingkat Kepatuhan Dalam Mengonsumsi Obat Pada Pasien Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Wonopri
- Hastuti, H., Masruri, B., & Tyastuti, I. A. (2017). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Diit Rendah Garam Pada Pasien Hipertensi Di Kampung Mekar Sari Kabupaten Tangerang. *Jurnal JKFT*, 1(2), 51. <https://doi.org/10.31000/jkft.v2i2.62>
- Herawati, N.T Alamsyah, D. Hernawan, A. . (2020). Hubungan antara Asupan Gula, Lemak, Garam, dan Aktifitas Fisik dengan Kejadian Hipertensi pada Usia 20 – 44 Tahun Studi Kasus Posbindu PTM di Desa Secapah Sengkubang Wilayah Kerja Puskesmas Mempawah Hilir. *Jurnal Mahasiswa Dan Penelitian Kesehatan*, 7(1), 34–43.
- Irawati, I. (2020). Hubungan Dukungan Keluarga Terhadap Kepatuhan Diit Rendah Garam Pada Penderita Hipertensi Di Puskesmas Ulaweng. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Diagnosis*, 15(1), 36–40. <https://doi.org/10.35892/jikd.v15i1.331>
- Mafrur, A. K. 2018. *Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Diet Rendah Garam Penderita Hipertensi Pada Lansia Di Posyandu Wreda Pratama Dusun Bangunjiwo Kasihan Bantul Yogyakarta*. Universitas' Aisyiyah Yogyakarta.
- Majid. 2019. *Asuhan Keperawatan Pada Pasien Dengan Gangguan Sistem Kardiovaskuler*. Yogyakarta : Pustaka Baru Press.
- Notoatmodjo, S. 2018. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Riskesdas, 2018. *Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan RI Tahun 2018*. Diakses : 05 Mei 2023, <http://www.depkes.go.id/Riskesdas2013>.
- Puspita, T., . E., & Rismawan, D. (2019). Hubungan Efikasi Diri Dengan Kepatuhan Diet Pada Penderita

Fakhrun Nisa dkk : Hubungan Kepatuhan Diet Rendah Garam Dengan Tekanan Darah Pasien Hipertensi Di Klinik Intan Husada Jatirogo Tuban

Hipertensi. *Jurnal Kesehatan Indra Husada*, 7(1), 32.

<https://doi.org/10.36973/jkih.v7i1.159>

Putri, E. D., Nurjayanti, D., & Rosita, A. (2023). Hubungan Kepatuhan Diet dengan Perubahan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi di Puskesmas Jambon Kabupaten Ponorogo. *Journal Buana of Nursing*, 1(1), 15–20.