

HUBUNGAN DIET RENDAH GARAM DAN KEPATUHAN MINUM OBAT DENGAN TEKANAN DARAH PRA-LANSIA HIPERTENSI DI PUSKESMAS KELURAHAN TELUK PUCUNG

Ace Sudrajat, Suratun, Nelly Y., Santa M., Syifa Nur H.
Poltekkes Kemenkes Jakarta III, Indonesia
Email: ace.sudrajat1963@gmail.com

Kata kunci:

Diet Rendah Garam,
Kepatuhan Minum Obat,
Hipertensi

ABSTRAK

Pendahuluan: Hipertensi adalah penyakit yang tidak dapat diremehkan dan berbahaya. Penyakit ini sering disebut "Silent disease" karena tanda dan gejalanya tidak langsung terlihat saat melihat pasien dan dapat menyebabkan kematian yang tidak terduga. Mengidentifikasi hubungan diet rendah garam dan kepatuhan minum obat dengan tekanan darah pra-lansia hipertensi di Puskesmas Kelurahan Teluk Pucung. Metode: Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan pendekatan cross-sectional. Teknik pengambilan sampling dengan purposive sampling. Pengumpulan data menggunakan data primer dengan kuisioner. Uji statistik menggunakan chi-square. Populasi dalam penelitian ini adalah Pra-lansia yang berobat di Puskesmas Kelurahan Teluk Pucung dengan usia 45 – 59 tahun yang memenuhi kriteria inklusi dan kriteria eksklusi. Dalam penelitian ini, variabel independen adalah diet rendah garam dan kepatuhan minum obat. Variabel dependen adalah tekanan darah dan variabel perancu adalah usia dan jenis kelamin responden. Hasil: Hasil penelitian dilakukan pada 62 responden, usia penderita hipertensi mayoritas berusia 57-59 tahun, berjenis kelamin perempuan. Hasil uji chi-square menunjukkan terdapat hubungan antara diet rendah garam dengan tekanan darah (p-value 0,000) dan kepatuhan minum obat dengan tekanan darah (p value 0,014). Kesimpulan: Terdapat hubungan yang signifikan antara diet rendah garam dan kepatuhan minum obat dengan tekanan darah pra-lansia hipertensi di Puskesmas Kelurahan Teluk Pucung.

ABSTRACT

Introduction: Hypertension is a disease that cannot be underestimated and dangerous. This disease is often called the "Silent disease" because the signs and symptoms are not immediately visible at the sight of the patient and can cause unexpected death. Identify relationships low-salt diet and adherence to taking medication with blood pressure in pre-elderly hypertension at the Teluk Pucung Village Health Center. Methods: This research is a quantitative study with a cross-sectional approach. Sampling technique with purposive sampling. Data collection uses primary data with a questionnaire. Statistical test using chi square. The population in this study were pre-elderly who were treated at the Teluk Pucung Village Health Center with ages 45-59 years who met the inclusion and exclusion criteria. In this study, the independent variables were a low-salt diet and medication adherence. The dependent variable is blood pressure and the confounding variables are the age and gender of the respondent. Results: The results of the study were conducted on 62 respondents, the aged of the majority of hypertension sufferers were aged 57-59 years, female sex. The results of the chi-square test showed that there was a relationship between a low-salt diet and blood pressure (0.000) and adherence to taking medication with blood pressure (0.014). Conclusion: There is a significant relationship between a low-salt diet and adherence to taking medication with blood pressure in pre-elderly hypertension at the Teluk Pucung Village Health Center.

Keywords:

Low-Salt Diet, Adherence
to Taking Medication,
Hypertension

PENDAHULUAN

Hipertensi adalah penyakit yang tidak dapat diremehkan dan berbahaya. Penyakit ini sering disebut "Silent disease" karena tanda dan gejalanya tidak langsung terlihat saat melihat pasien dan dapat menyebabkan kematian yang tidak terduga. Gangguan yang dikenal sebagai hipertensi terjadi ketika tekanan darah meningkat dan menyebabkan suatu organ mengalami ketidaknyamanan yang berkelanjutan (Palimbong and Kurniasari, 2018). Sekitar 1,13 miliar orang di dunia, dan 10,44 juta diantaranya meninggal akibat hipertensi setiap tahun, menurut data WHO tahun 2018 (Kementerian Kesehatan, 2019). Kementerian Kesehatan RI memperkirakan pada tahun 2019 akan ada 63.309.620 kasus hipertensi di Indonesia, dan akan ada 427.218 kematian akibat penyakit ini. Dengan kejadian hipertensi tertinggi di Indonesia pada kelompok umur 31–44 tahun (31,6%), 45–54 tahun (45,3%), dan 55–64 tahun (55,2%) (Kemenkes, 2019).

Menurut Riskesdas 2018, Papua memiliki prevalensi hipertensi terendah (22,2%) dan Kalimantan Selatan memiliki prevalensi hipertensi terbesar (34,1%) berdasarkan pengukuran penduduk di bawah usia 18 tahun. Sebaliknya, di provinsi Jawa Barat, kelompok usia pra lansia menyumbang 52,27% kasus, sedangkan lansia menyumbang 62,15%. Menurut data (Kemenkes, 2019) terdapat 63.309.620 diperkirakan kasus hipertensi di Indonesia, dengan 427.218 kematian akibat kondisi tersebut. Kota Bekasi mengalami peningkatan jumlah penduduk dengan hipertensi dari 19.507 orang pada tahun 2016 menjadi 28.407 orang pada tahun 2017, kemudian meningkat signifikan menjadi 87.371 orang pada tahun 2018, dan meningkat lagi menjadi 115.089 orang pada tahun 2019 terjadi pertumbuhan enam kali lipat hanya dalam empat tahun terakhir. Puskesmas kota Bekasi yaitu pada puskesmas kelurahan teluk pucung Bekasi dengan prevalensi 10,6% hipertensi pada usia >15 tahun. Terapi farmakologis dan terapi nonfarmakologis menjadi pilihan untuk mengatasi hipertensi, sementara terapi non-farmakologis melibatkan perubahan gaya hidup, seperti mengurangi konsumsi natrium, berhenti merokok, menurunkan berat badan berlebih, tidak minum alkohol, mengurangi stres, berolahraga, dan istirahat yang cukup, terapi farmakologis melibatkan penggunaan obat antihipertensi yang dapat mengontrol tekanan darah (Lira, 2021).

Diet rendah garam merupakan salah satu dari penatalaksanaan non farmakologis pada penderita hipertensi yang bertujuan untuk menstabilkan tekanan darah. Salah satu faktor yang memengaruhi tingginya angka kejadian hipertensi adalah konsumsi garam yang berlebihan, dimana secara nasional di Indonesia rata-rata konsumsi garam penduduk adalah 6,3 gram/hr masing-masing. Menurut Riset Kesehatan Dasar pada tahun 2013 mengatakan ada sebanyak

Hubungan Diet Rendah Garam dan Kepatuhan Minum Obat Dengan Tekanan Darah Pra-Lansia Hipertensi di Puskesmas Kelurahan Teluk Pucung

26,2% masyarakat Indonesia yang mengkonsumsi garam berlebih, konsumsi makanan yang mengandung garam tinggi cenderung membuat orang mengonsumsi makanan yang lebih banyak. Berdasarkan data Survei Diet Total, rerata konsumsi garam masyarakat Indonesia usia >18 tahun adalah 6,8 gram dan natrium sebanyak 2700 mg, jumlah ini tidak sesuai dengan jumlah yang dianjurkan WHO (World Health Organization), yaitu untuk membatasi konsumsi sodium 2.400 mg atau sekitar 1 sendok teh garam per hari (Siswanto, 2014).

Lima provinsi dengan nilai rata-rata asupan natrium pada umur 19-60 tahun di perkotaan paling tinggi adalah Jawa Barat, DKI Jakarta, Kalimantan Selatan, Sumatera Selatan dan Kalimantan Tengah. Provinsi dengan rata-rata asupan natrium tertinggi pada perempuan umur 19-55 tahun pada perkotaan terdapat di Jawa Barat, sedangkan untuk rata-rata asupan natrium terendah terdapat di Gorontalo (Siswanto, 2014). Pada penelitian (Yunus, Kadir and Lalu, 2023) diketahui terdapat beberapa faktor yang memengaruhi pola konsumsi garam di masyarakat Indonesia, yaitu faktor sosial ekonomi dimana keadaan ekonomi dalam keluarga berperan penting dan sangat mempengaruhi pola konsumsi dalam keluarga. Adapun faktor sosial budaya, dimana budaya masyarakat di suatu wilayah memiliki peranan yang sangat berpengaruh terhadap pemilihan bahan makanan yang akan dikonsumsi, selain itu faktor usia juga dapat memengaruhi peningkatan konsumsi garam dimana konsumsi garam akan semakin meningkat dengan bertambahnya usia dan akan mempengaruhi keadaan fisiologis lansia, bahwa semakin berkurangnya indera penciuman dan perasa pada lidah dapat berdampak pada kesehatan.

Mengonsumsi terlalu banyak garam dapat menyebabkan hipertensi. Mengonsumsi terlalu banyak garam meningkatkan kandungan natrium dalam cairan di sekitar sel. Akibatnya, garam menyebabkan cairan di dalam sel ditarik keluar, mengisi ruang di luar sel. Volume darah dalam sistem peredaran darah meningkat akibat adanya cairan di luar sel. Untuk memompa darah ke seluruh tubuh, jantung harus bekerja lebih keras sehingga meningkatkan tekanan darah dan menyebabkan hipertensi (Jukarnain, 2021).

Terapi minum obat Anti-hipertensi merupakan penatalaksanaan farmakologi dari hipertensi. Kepatuhan penderita hipertensi dalam menjalani pengobatan hipertensi sangat diperlukan agar didapatkan kualitas hidup penderita hipertensi yang lebih baik. Menurut penelitian (Morisky, D.E., DiMatteo, 2011) sebanyak 50% pasien hipertensi gagal meminum obat sesuai dengan yang dianjurkan oleh tenaga kesehatan. Akibatnya, banyak pasien hipertensi yang tidak terkontrol tekanan darahnya, yang dapat mengakibatkan kematian pasien. Obat anti-hipertensi harus digunakan seumur hidup, maka dari itu tenaga kesehatan harus

Hubungan Diet Rendah Garam dan Kepatuhan Minum Obat Dengan Tekanan Darah Pra-Lansia Hipertensi di Puskesmas Kelurahan Teluk Pucung

memastikan bahwa pasien hipertensi patuh untuk minum obat. Pencegahan terjadinya komplikasi didukung dengan kepatuhan pasien dalam meminum obat (Syamsudin and Handayani, 2019).

Menurut Riskesdas 2018 dari total 8,8% jumlah pasien hipertensi di Indonesia, rutin minum obat (54,4%), tidak rutin (32,3%) dan tidak minum obat (13,3%). Proporsi riwayat minum obat dan alasan tidak minum obat pada penduduk hipertensi antara lain karena pasien merasa sudah sehat (59,8%), tidak rutin ke fasyankes (31,3%), minum obat tradisional (14,5%), sering lupa (11,5%), tidak mampu beli obat rutin (8,1%), tidak tahan efek samping obat (4,5%), dan obat tidak ada di Fasyankes (2%) (Adipinasthika, Chintya and Paramita, 2022).

Berdasarkan permasalahan yang diuraikan diatas, diet rendah garam dan kepatuhan minum obat anti-hipertensi berperan penting dalam menjaga tekanan darah pada penderita hipertensi. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian berjudul “Hubungan Diet Rendah Garam dan Kepatuhan Minum Obat dengan Tekanan darah Pra-lansia Hipertensi di Puskesmas Kelurahan Teluk Pucung.

METODE

Jenis penelitian ini ialah penelitian kuantitatif dengan rancangan pendekatan cross sectional. Peneliti menggunakan desain penelitian ini dikarenakan melihat dari situasi dan pertimbangan waktu dan anggaran biaya yang terbatas. Metode digunakan untuk analisa data adalah Chi- square dengan menggunakan SPSS. Alat ukur penelitian yang dipakai adalah kuesioner. Populasi dalam penelitian ini ialah pasien hipertensi dengan batasan usia pra-lansia yaitu 45-59 tahun yang melakukan kunjungan di Puskesmas Kelurahan Teluk Pucung. Kriteria Inklusi dalam penelitian ini, yaitu pasien berusia 45-59 tahun, pasien dengan riwayat hipertensi dan mendapat obat anti-hipertensi, pasien yang bersedia menandatangani persetujuan untuk menjadi responden, tercatat pada kunjungan data Puskesmas Kelurahan Teluk Pucung, minimal pendidikan responden tamat SD , responden dapat berkomunikasi yang baik dan jelas. Kriteria Eksklusi dalam penelitian ini, yaitu Individu yang sedang mengalami sakit berat seperti stroke, gagal jantung, pasien penderita hipertensi yang menolak menjadi responden. Sampel yang digunakan pada penelitian ini merupakan responden yang sesuai dengan kriteria inklusi dan mengisi kuesioner dengan lengkap, yaitu sebanyak 62 sampel. Variabel dependen atau terikat pada penelitian ini ialah tekanan darah. Variabel independen atau bebas dari penelitian ini merupakan diet hipertensi dan kepatuhan minum obat antihipertensi pada penderita

Hubungan Diet Rendah Garam dan Kepatuhan Minum Obat Dengan Tekanan Darah Pra-Lansia Hipertensi di Puskesmas Kelurahan Teluk Pucung

hipertensi. Penelitian ini dilakukan pada bulan Maret-Mei 2023. Penelitian dilakukan di Puskesmas Kelurahan Teluk Pucung, Bekasi Utara.

Kuesioner diet rendah garam menggunakan kuesioner yang digunakan oleh penelitian sebelumnya (Sumantri, 2014) yang telah dimodifikasi oleh peneliti menjadi 10 pertanyaan dengan pertanyaan positif memiliki nilai “ya” =1 dan “tidak”= 0. Penilaian yang digunakan adalah jika nilai total ≤ 5 , berarti diet rendah garam kurang baik dan bila nilai total >5 diet rendah garam baik. Kuesioner kepatuhan minum obat yang dipakai ialah kuesioner baku Morisky Medication Adherence Scale 8 (Morisky, D.E., DiMatteo, 2011) yang sudah diterjemahkan dan dipakai oleh penelitian sebelumnya (Maryanti, 2017) terdiri dari 8 pertanyaan dengan pilihan jawaban “ya” dan “tidak” dengan skor untuk jawaban ya 1 dan nilai 0 untuk jawaban tidak (Morisky, D.E., DiMatteo, 2011). Penilaian yang digunakan adalah jika nilai total ≤ 5 , berarti tidak patuh minum obat dan bila nilai total >5 patuh minum obat.

Analisis data pada penelitian ini menggunakan analisis univariat dan bivariat. Analisis univariat dilakukan untuk melihat distribusi frekuensi dari masing-masing variabel. Sedangkan analisis bivariat menggunakan uji chi-square untuk melihat kekuatan hubungan antar variabel. Penelitian ini telah disetujui oleh Komisi Etik Penelitian Kesehatan Poltekkes Kemenkes Jakarta III dan telah mendapatkan surat keterangan layak etik dengan nomor No. LB.02.02/04327/2023. Responden yang berpartisipasi dalam penelitian ini telah menerima informed consent sebelum mengisi kuesioner.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan tabel 1, didapatkan hasil analisis berdasarkan *cut off point mean* pada 62 responden pra-lansia di Puskesmas Kelurahan Teluk Pucung, responden dengan rentang usia 45-56 tahun sebanyak 22 (35,5%) orang dan rentang usia 57-59 tahun sebanyak 40 (64,5%) orang.

Tabel 1. Distribusi responden berdasarkan Usia

No	Variabel	N	%
1	Usia Pra-lansia		
	45-56 Tahun	22	35,5%
	57-59 tahun	40	64,5%

Tabel 2. Distribusi responden berdasarkan variabel diet rendah garam, kepatuhan minum obat dan tekanan darah

Hubungan Diet Rendah Garam dan Kepatuhan Minum Obat Dengan Tekanan Darah Pra-Lansia Hipertensi di Puskesmas Kelurahan Teluk Pucung

No	Variabel	N	%
1	Diet Rendah Garam		
	Baik	25	40,3%
	Kurang	37	59,7%
2	Kepatuhan Minum Obat		
	Patuh	19	30,6%
	Tidak Patuh	43	69,4%
3	Tekanan Darah		
	Normal	28	45,2%
	Hipertensi	34	54,8%
	Total	62	100%

Berdasarkan data pada tabel 2, didapatkan hasil analisis menggunakan cut off point mean menunjukkan bahwa dari 62 pra-lansia hipertensi yang melakukan diet rendah garam dengan baik sebesar 25 (40,3%) responden dan yang melakukan diet rendah garam kurang baik sebanyak 37 (59,7%) responden. Didapatkan hasil analisis menggunakan cut off point mean menunjukkan bahwa dari 62 pra-lansia hipertensi terdapat sebanyak 19 (30,6%) responden yang patuh untuk meminum obat anti-hipertensi dan sebanyak 43 (69,4%) responden yang tidak patuh untuk meminum obat anti-hipertensi. Didapatkan hasil analisis tekanan darah yang diukur secara langsung menggunakan Sphygmomanometer dan Stetoskop menunjukkan bahwa dari 62 pra-lansia hipertensi yang memiliki tekanan darah normal sebanyak 28 (45,2%) responden dan yang memiliki hipertensi sebanyak 34 (54,8%) responden.

1. Uji Bivariat

Tabel 2

Hubungan diet rendah garam dan kepatuhan minum obat dengan tekanan darah

Variabel	Tekanan Darah		Total	P	OR (95% CI)			
	Normal	Hipertensi						
	N	%	N	%	N	%		
Diet rendah garam								
Baik	18	29,0%	7	11,3%	25	40,3%	0,000	0,144(0,46-0,448)
Kurang	10	16,1%	27	43,5%	37	59,7%		
Kepatuhan minum obat								
Patuh	13	21,0%	6	9,7%	19	30,6%	0,014	0,247(0,78-0,783)
Tidak patuh	15	24,2%	28	45,2%	43	69,4%		

Hubungan Diet Rendah Garam dan Kepatuhan Minum Obat Dengan Tekanan Darah Pra-Lansia Hipertensi di Puskesmas Kelurahan Teluk Pucung

Tabel di atas menunjukkan dari 62 responden didapatkan responden yang menjalankan diet rendah garam dengan baik yang memiliki tekanan darah normal sebanyak 18 (29,0%) orang dan yang memiliki tekanan darah hipertensi sebanyak 7 (11,3%) orang, sedangkan responden yang kurang menjalani diet rendah garam yang memiliki tekanan darah normal sebanyak 10 (16,1%) orang dan yang memiliki hipertensi sebanyak 27 (43,5) orang. Dari hasil uji chi-square menunjukkan adanya hubungan antara diet rendah garam dan tekanan darah dengan nilai p-value 0,000. Hasil nilai OR sebesar 0,144 (0,46-0,448), yang artinya bahwa penderita hipertensi yang melakukan diet rendah garam dengan baik memiliki peluang 0,144 kali memiliki tekanan darah normal dibandingkan dengan penderita hipertensi yang kurang menjalani diet rendah garam.

Hasil ini sesuai dengan penelitian (Abdul, 2018) yang menemukan adanya hubungan antara diet rendah garam dengan tekanan darah pada lansia. Hal ini dilihat dari hasil uji Rank Spearman yang memiliki nilai p sebesar 0,000. Penelitian tersebut juga menemukan bahwa responden yang tidak membatasi asupan garam memiliki tekanan darah lebih tinggi. Diet rendah garam adalah salah satu cara untuk mengontrol tekanan darah. Hasil penelitian ini juga didukung oleh (Jukarnain, 2021) terdapat hubungan antara diet rendah garam dan tekanan darah rendah dilihat dari nilai p value 0,001. Hasil penelitian (Eka Putri, 2022) terdapat hubungan antara kepatuhan diet rendah garam dengan perubahan tekanan darah pada lansia, dengan p-value 0,000. Hasil penelitian (Fitri et al., 2018) konsumsi garam dan hipertensi pada usia lanjut memiliki keterkaitan dengan nilai p-value sebesar 0,000, menunjukkan adanya hubungan antara konsumsi natrium dengan hipertensi pada lansia. Tekanan darah dapat dikontrol dengan adanya kepatuhan diet. Bagi penderita hipertensi dianjurkan untuk mengubah pola makan dengan membatasi dan menghindari makanan yang mengandung tinggi natrium karena natrium sangat memengaruhi peningkatan tekanan darah (Risca, J. f., Wahyuningsih, B. D., & Windartik, 2019).

Menurut peneliti, bahwa adanya hubungan diet rendah garam dengan tekanan darah pra-lansia hipertensi didukung oleh faktor lainnya. Berdasarkan pengamatan peneliti pada saat pengisian kuesioner faktor-faktor yang mendukung penelitian ini seperti dukungan keluarga, lingkungan sekitar, dan lama menderita hipertensi. Pada saat responden melakukan kunjungan di Puskesmas Kelurahan Teluk Pucung, hampir sebagian responden ditemani oleh keluarganya dan beberapa dari keluarga responden mengatakan memang mempunyai latar belakang pendidikan kesehatan, sehingga responden sudah paham tentang diet yang seharusnya dilakukan. Hal tersebut

dapat memengaruhi pra-lansia dengan hipertensi untuk menjalani diet rendah garam dengan baik. Lama menderita hipertensi dikarenakan berdasarkan pengamatan peneliti sebagian responden mengatakan sudah paham tentang diet rendah garam karena sudah lama menderita hipertensi. Lama menderita hipertensi dapat membuat perubahan kebiasaan yang dilakukan pra-lansia, sehingga seiring berjalannya waktu akan mulai terbiasa dengan makanan yang kurang asin atau hambar.

Didapatkan responden yang patuh minum obat dengan tekanan darah normal sebanyak 13 (21,0%) responden dan dengan tekanan darah hipertensi sebanyak 6 (9,7%) responden, sedangkan responden yang tidak patuh minum obat dengan tekanan darah normal sebanyak 15 (24,2%) responden dan tekanan darah hipertensi sebanyak 28 (45,2%) responden. Hasil uji chi-square menunjukkan adanya hubungan antara kepatuhan minum obat dan tekanan darah dengan nilai p-value 0,014. Nilai OR 0,247 (0,78-0,783) yang artinya bahwa penderita hipertensi yang patuh minum obat memiliki peluang 0,247 kali tekanan darah normal dibandingkan dengan penderita hipertensi yang tidak patuh minum obat.

Penelitian ini didukung oleh (Nurazizah and Kurniawati, 2022) dimana pada penelitian tersebut didapatkan hubungan kepatuhan minum obat dengan tekanan darah pada pra lansia hipertensi di Desa Paduraksa Surajaya Kabupaten Pematang Jaya dengan p-value 0,000 yang berarti memiliki hubungan. Menurut penelitian (Putri, 2017) dengan menggunakan uji yang berbeda yaitu uji Mann-Whitney yang memiliki p-value 0,000, didapatkan hubungan antara tekanan darah dengan kepatuhan minum obat antihipertensi. Hasil penelitian (Jukarnain, 2021) menyatakan bahwa adanya hubungan kepatuhan minum obat dengan tekanan darah pada penderita hipertensi dengan nilai p-value 0,003. Menurut penelitian tersebut pengalaman penderita hipertensi yang sangat berpengaruh pada sikap patuh minum obat. Pengalaman penderita hipertensi didapatkan dari lamanya menderita hipertensi sehingga penderita paham akan konsekuensi jika berhenti atau tidak meminum obat sesuai anjuran.

Menurut peneliti berdasarkan pengamatan yang dilakukan peneliti saat mengisi kuesioner, beberapa responden mengatakan bahwa betapa pentingnya minum obat karena dapat mempertahankan atau menurunkan tekanan darah, dan responden mengatakan takut jika tidak minum obat, karena penyakitnya akan bertambah parah dan kemungkinan menimbulkan

Hubungan Diet Rendah Garam dan Kepatuhan Minum Obat Dengan Tekanan Darah Pra-Lansia Hipertensi di Puskesmas Kelurahan Teluk Pucung

komplikasi penyakit lain, seperti diabetes dan stroke, selain itu responden menyatakan bahwa perawat atau dokter yang merawat mereka selalu menginstruksikan mereka untuk minum obat secara teratur walaupun sudah merasa sehat.

Maka dari itu, kepatuhan dalam menjalani program pengobatan diharapkan membuat penderita merasa lebih baik dan tidak mengalami komplikasi. Namun, beberapa responden menyatakan bahwa minum obat dengan teratur itu sulit karena adanya berbagai macam kendala, maka dari itu untuk mendukung kepatuhan dalam minum obat dibutuhkan dukungan dari keluarga, lingkungan, dan tenaga kesehatan.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang sudah dilakukan peneliti, dapat ditarik kesimpulan dari 62 responden pra-lansia hipertensi di Puskesmas Kelurahan Teluk Pucung yang menjalani diet rendah garam dengan baik dan memiliki tekanan darah normal sebanyak 18 (29,0%) responden, sedangkan responden yang patuh minum obat dan memiliki tekanan darah normal sebanyak 13 (21,0%) responden.

Hasil uji statistik diet rendah garam menunjukkan bahwa terdapat hubungan bermakna antara diet rendah garam dengan tekanan darah pra-lansia hipertensi di Puskesmas Kelurahan Teluk Pucung dengan $p\text{-value} = 0,003 < \alpha 0,05$. Dan hasil uji statistik pada kepatuhan minum obat menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara kepatuhan minum obat dengan tekanan darah pra-lansia hipertensi di Puskesmas Kelurahan Teluk Pucung dengan $p\text{-value} = 0.014 < \alpha 0,05$.

Saran untuk peneliti selanjutnya, yaitu penelitian tentang diet rendah garam dan kepatuhan minum obat perlu diteliti lebih lanjut, mengenai faktor-faktor yang dapat memengaruhi penderita untuk menjalankan diet rendah garam dan patuh dalam pengobatan, seperti adanya dukungan keluarga, lama menderita hipertensi, ekonomi, sosial, dan budaya dari penderita hipertensi. Selain itu, diharapkan peneliti selanjutnya memakai instrument yang lebih spesifik untuk mendapatkan data yang lebih akurat dan dapat melakukan observasi secara langsung pada penderita.

DAFTAR PUSTAKA

Abdul, M. R. (2018) 'Pengaruh Diet Rendah Garam Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita

Hubungan Diet Rendah Garam dan Kepatuhan Minum Obat Dengan Tekanan Darah Pra-Lansia Hipertensi di Puskesmas Kelurahan Teluk Pucung

- Hipertensi Usia Lansia', *Jurnal Insan Cendekia Medika*, pp. 1–108.
- Adipinasthika, S., Chintya, S. And Paramita, S. (2022) 'Tingkat Kepatuhan Minum Obat Pasien Hipertensi Di Puskesmas Lempake Samarinda', 9(september), pp. 55–63.
- Eka Putri, A. (2022) 'Hubungan Kalium, Persentase Lemak Tubuh, Dan Kepatuhan Diet Rendah Garam', 4(1), pp. 27–34.
- Fitri, Y. Et al. (2018) 'Asupan Natrium Dan Kalium Sebagai Faktor Penyebab Hipertensi Pada Usia Lanjut', *Action: Aceh Nutrition Journal*, 3(2), p. 158. Doi: 10.30867/action.v3i2.117.
- Jukarnain, N. N. (2021) 'Hubungan Diet Rendah Garam Dan Kepatuhan Minum Obat Dengan Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Rawat Jalan Di Poli Penyakit Dalam', 05(02), pp. 1–8.
- Kemendes (2019) Hipertensi Di Dunia. Available at: <https://p2ptm.kemkes.go.id/tag/hari-hipertensi-dunia-2019-know-your-number-kendalikan-tekanan-darahmu-dengan-cerdik>.
- Lira, A. (2021) 'Hubungan Diet Rendah Garam Dan Kepatuhan Minum Obat Dengan Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Rawat Jalan Di Poli Penyakit Dalam Rumah Sakit Bhayangkara Makassar', *Jhnmsa Adpertisi Journal*, 2(2), pp. 7–13.
- Maryanti, R. (2017) 'Hubungan Kepatuhan Minum Obat Terhadap peningkatan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi (studi di desa plandi dsn parimono kec.jelakombo kab. jombang)', *Repository Stikes Icme Jombang*.
- Morisky, D.E., Dimatteo, M. R. (2011) 'The Morisky 8-Item Self-Report Measure Of Medication-Taking Behavior (mmas-8).', *Journal Of Clinical Epidemiology*, 64, pp. 262–263.
- Nurazizah, E. P. And Kurniawati, T. (2022) 'The Relationship Between Hypertension Diet Adherence And Blood Pressure In Hypertensive Patients In Surajaya', p. 441.
- Palimbong, S. And Kurniasari, M. D. Et al (2018) 'Keefektifan Diet Rendah Garam I Pada Makanan Biasa Dan Lunak Terhadap Lama Kesembuhan Pasien Hipertensi', *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 3(1), pp. 74–89.
- Putri, I. P. (2017) 'Hubungan Tingkat Kepatuhan Penggunaan Obat Antihipertensi Dengan Terkontrolnya Tekanan Darah Di Puskesmas Bara-Baraya Makassar', *Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Makassar*.

Hubungan Diet Rendah Garam dan Kepatuhan Minum Obat Dengan Tekanan Darah Pra-Lansia Hipertensi di Puskesmas Kelurahan Teluk Pucung

- Risca, J. F., Wahyuningsih, B. D., & windartik, e. (2019) 'Hubungan Kepatuhan Diet Hipertensi Dengan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi'.
- Siswanto, D. (2014) Buku Studi Diet Total : Survei Konsumsi Makanan Individu. Edited by d. K. Trihono, atmarita, abas basuni jahari. jakarta: badan penelitian dan pengembangan kesehatan.
- Sumantri, A. (2014) 'Pengaruh Pendidikan Kesehatan Hipertensi Pada Keluargaterhadap Kepatuhan Diet Rendah Garam Lansia Hipertensi Di Kecamatan Sukolilo Kabupaten Pati', Skripsi Prodi Ilmu Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu kesehatan 'Aisyiyah Yogyakarta, pp. 1–52.
- Syamsudin and Handayani, I. S. (2019) 'Kepatuhan Minum Obat Klien Hipertensi Di Keluarga', Jurnal Keperawatan, 5, pp. 14–18.
- Yunus, M. H., Kadir, S. And Lalu, N. A. S. (2023) 'The Relationship Between Salt Consumption Patterns And The Incidence Of Hypertension In The Elderly At The Kota Tengah Health Center', Journal Health & Science : Gorontalo Journal Health And Science Community, 7(1), pp. 163–171. Doi: 10.35971/gojhes.v7i1.16279.



This work is licensed under a
Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License