

**INSTITUT TEKNOLOGI DAN KESEHATAN MAHARDIKA
FAKULTAS KESEHATAN
PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN**

Skripsi, Juli 2025

Fariyah Fauziatun Nissa, Yani Kamasturyani, Lily Wahyuni Romadhon

**HUBUNGAN KEPATUHAN DIET RENDAH GARAM DENGAN TEKANAN
DARAH PENDERITA HIPERTENSI PADA LANSIA DI PUSKESMAS
KAMARANG KABUPATEN CIREBON**

xvi + 94 halaman + 6 tabel + 2 bagan + 16 lampiran

ABSTRAK

Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular dengan prevalensi yang terus meningkat, baik secara global maupun nasional. Di Indonesia, prevalensi hipertensi naik dari 31,7% pada tahun 2007 menjadi 38,1% pada tahun 2018. Di Kabupaten Cirebon, hipertensi menjadi penyakit terbanyak keempat dengan jumlah kasus mencapai 37.601. Berdasarkan data dari Puskesmas Kamarang, hipertensi menempati urutan ketiga dari sepuluh besar penyakit terbanyak, dengan 238 lansia tercatat sebagai penderita pada periode Januari hingga Maret 2025. Salah satu faktor risiko yang dapat dikendalikan dalam penanganan hipertensi adalah asupan garam. Diet rendah garam menjadi strategi nonfarmakologis yang efektif untuk menurunkan tekanan darah tanpa menimbulkan efek samping yang signifikan.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kepatuhan terhadap diet rendah garam dengan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi di Puskesmas Kamarang Kabupaten Cirebon.

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain penelitian *cross-sectional*. Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik *accidental sampling*, dan diperoleh sebanyak 71 responden lansia yang menderita hipertensi.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas lansia, sebanyak 60 orang (85%), tidak patuh terhadap diet rendah garam. Uji *chi-square* menghasilkan nilai *p-value* sebesar 0,003, yang menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara kepatuhan terhadap diet rendah garam dan tekanan darah pada lansia.

Kata kunci : Kepatuhan, Diet Rendah Garam, Hipertensi, Lansia

Daftar Pustaka : 50 (2017–2025)

**MAHARDIKA INSTITUTE OF TECHNOLOGY AND HEALTH
FACULTY OF HEALTH
STUDY PROGRAM OF NURSING SCIENCE**

Mini Thesis, July 2025

Fariyah Fauziatun Nissa, Yani Kamasturyani, Lily Wahyuni Romadhon

***RELATIONSHIP BETWEEN LOW-SALT DIET COMPLIANCE AND BLOOD
PRESSURE IN ELDERLY HYPERTENSIVE PATIENTS
AT THE KAMARANG COMMUNITY HEALTH CENTRE
IN CIREBON REGENCY***

xvi + 94 pages + 6 tables + 2 charts + 16 enclosure

ABSTRACT

Hypertension is one of the non-communicable diseases with a steadily increasing prevalence, both globally and nationally. In Indonesia, the prevalence of hypertension rose from 31.7% in 2007 to 38.1% in 2018. In Cirebon District, hypertension is the fourth most common disease, with 37,601 cases reported. According to data from the Kamarang Health Centre, hypertension ranks third among the top ten most common diseases, with 238 elderly individuals recorded as patients during the period from January to March 2025. One controllable risk factor in managing hypertension is salt intake. A low-salt diet is an effective non-pharmacological strategy for lowering blood pressure without causing significant side effects.

This study aims to determine the relationship between adherence to a low-salt diet and blood pressure in elderly hypertensive patients at the Kamarang Community Health Centre in Cirebon District.

This study uses a quantitative method with a cross-sectional research design. Sampling was conducted using accidental sampling techniques, resulting in 71 elderly respondents with hypertension.

The results showed that the majority of elderly individuals, 60 people (85%), were non-compliant with a low-salt diet. The chi-square test yielded a p-value of 0.003, indicating a significant association between adherence to a low-salt diet and blood pressure in the elderly.

Keywords: Compliance, Low-Salt Diet, Hypertension, Elderly

References: 50 (2017–2025)