

ABSTRAK

Mutia Rosa (2026), Gambaran Kepatuhan Diet Rendah Garam Pada Pasien Hipertensi Di Wilayah Puskesmas Pulung Kabupaten Ponorogo Karya Tulis Ilmiah Deskriptif, Program Studi D3 Keperawatan Kampus Kab. Ponorogo Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang, Pembimbing Yustina Purwaningsih, S.ST., M.K.M.

Hipertensi memerlukan kepatuhan diet rendah garam secara konsisten untuk mencegah komplikasi sistemik seiring bertambahnya usia. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran kepatuhan diet rendah garam pada pasien hipertensi di Puskesmas Pulung. Desain penelitian ini adalah deskriptif kuantitatif. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pasien hipertensi di wilayah Puskesmas Pulung Kabupaten Ponorogo sebanyak 50 orang, dengan sampel sebanyak 30 orang yang diambil dengan pengumpulan data menggunakan kuesioner tingkat kepatuhan. Mayoritas responden (83,33%) menunjukkan kepatuhan baik. Kepatuhan tertinggi ditemukan pada kelompok usia 60-69 tahun (40%) dan responden perempuan (70%). Meskipun berpendidikan rendah, responden tetap patuh berkat edukasi intensif. Dari sisi pekerjaan, petani memiliki tingkat kepatuhan tertinggi (53,33%) karena kemandirian pengelolaan menu di rumah dan minimnya paparan makanan olahan. Secara keseluruhan, pasien memiliki tingkat kepatuhan yang tinggi. Faktor peran domestik dan kendali atas bahan pangan lokal menjadi pendukung utama kedisiplinan diet. Tenaga kesehatan disarankan terus melakukan pendekatan edukasi yang praktis dan menggunakan bahasa yang sederhana agar perilaku patuh diet rendah garam ini dapat dipertahankan secara berkelanjutan oleh lansia.

Kata Kunci: Hipertensi, Kepatuhan Diet, Diet Rendah Garam.

ABSTRAC

Mutia Rosa (2026), Description of Low Salt Diet Compliance in Hypertension Patients in the Pulung Health Center Area, Ponorogo Regency, Descriptive Scientific Paper, D3 Nursing Study Program, Ponorogo Regency Campus, Nursing Department, Health Polytechnic, Ministry of Health, Malang, Supervisor: Yustina Purwaningsih, S.ST., M.K.M.

Hypertension requires consistent adherence to a low-salt diet to prevent systemic complications as one ages. This study aims to determine the description of compliance with a low-salt diet in hypertension patients at the Pulung Community Health Center based on age, gender, education, and occupation. The design of this study is descriptive. The population in this study was all patients with hypertension in the Pulung Health Center area, Ponorogo Regency, totaling 50 people, with a sample of 30 people taken by collecting data using a compliance level questionnaire. The majority of respondents (83.33%) demonstrated good compliance. The highest compliance was found in the 60-69 age group (40%) and female respondents (70%). Despite having low education, respondents remained compliant thanks to intensive education. In terms of employment, farmers have the highest level of compliance (53.33%) due to their independence in managing their menu at home and minimal exposure to processed foods. Overall, patients had a high level of adherence. Domestic factors and control over local food sources were the main factors supporting dietary discipline. Health workers are advised to continue to use a practical educational approach and simple language so that this compliant behavior can be maintained sustainably by the elderly.

Keywords: *Hypertension, Diet Compliance, Low Salt Diet.*