

SKRIPSI

**HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN DIET RENDAH
GARAM DENGAN TINGKAT HIPERTENSI PADA LANSIA
PENDERITA HIPERTENSI DI WILAYAH
KERJA PUSKESMAS DANAR**

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Terapan
Keperawatan



**MARIO STANLY NOTANUBUN
P71202324082**

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM SARJANA TERAPAN
JURUSAN KEPERAWATAN
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN KESEHATAN
YOGYAKARTA
TAHUN 2025**

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi

“HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN DIET RENDAH GARAM
DENGAN TINGKAT HIPERTENSI PADA LANSIA PENDERITA HIPERTENSI
DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS DANAR”

Disusun oleh :

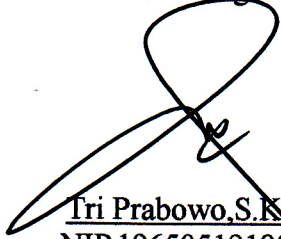
MARIO STANLY NOTANUBUN
P71202324082

Telah disetujui oleh pembimbing pada tanggal :

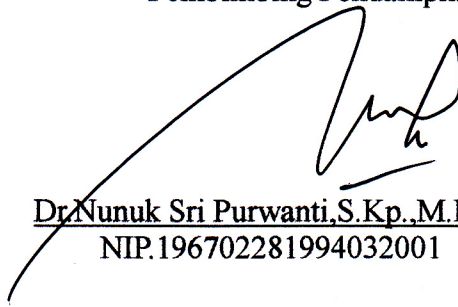
13 Juli 2025

Menyetujui,

Pembimbing Utama,


Tri Prabowo, S.Kp., M.Sc
NIP.196505191988031001

Pembimbing Pendamping,


Dr. Nunuk Sri Purwanti, S.Kp., M.Kes
NIP.196702281994032001

Yogyakarta,
Ketua Jurusan Sarjana Terapan Keperawatan

Bondan Palettin, SKM., M.Kep., Sp.Kom
NIP.197207161994031005

HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI

“HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN DIET RENDAH GARAM
DENGAN TINGKAT HIPERTENSI PADA LANSIA PENDERITA HIPERTENSI
DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS DANAR

Disusun oleh :
MARIO STANLY NOTANUBUN
P71202324082

Telah dipertahankan dalam seminar didepan Dewan Penguji Pada Tanggal :

13 Juni 2025

SUSUNAN DEWAN PENGUJI

Ketua,

Ns.Tri Widyastuti Handayani, M.Kep.,Sp.Kep.Kom (.....)
NIP. 198511162020122003

Anggota,

Tri Prabowo,S.Kp.,M.Sc
NIP.196505191988031001

Anggota,

Dr.Nunuk Sri Purwanti,S.Kp.,M.Kes
NIP. 196702281994032001

Yogyakarta,

Ketua Jurusan Sarjana Terapan Keperawatan

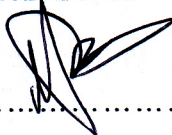
Bondan Palestin,SKM.,M.Kep.,Sp.Kom
NIP. 197207161994031005

HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

Skripsi ini adalah hasil karya saya sendiri, dan semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Nama : Mario Stanly Notanubun

NIM : P71202324082

Tanda tangan : 

Tanggal : 13 Juni 2025

**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI
UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademik Poltekes Kemenkes Yogyakarta, saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Mario Stanly Notanubun
NIM : P71202324082
Program Studi : S.Tr. Keperawatan
Jurusan : Keperawatan

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Poltekes Kemenkes Yogyakarta Hak Bebas Royalti Noneksklusif (Non-exklusif Royalty-free right) atas Skripsi saya yang berjudul :

“HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN DIET RENDAH GARAM DENGAN TINGKAT HIPERTENSI PADA PENDERITA LANSIA DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS DANAR”

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Royalti Noneksklusif ini Poltekes Kemenkes Yogyakarta berhak menyimpan, mengalih media / formatkan , mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat, dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis / pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Yogyakarta Pada
Tanggal : 13 Juni 2025

Yang menyatakan



(Mario Stanly Notanubun)

ABSTRACT

THE RELATIONSHIP BETWEEN THE LEVEL OF KNOWLEDGE OF A LOW-SALT DIET AND THE LEVEL OF HYPERTENSION IN ELDERLY HYPERTENSIVE PATIENTS IN THE WORK AREA OF THE DANAR PUSKESMAS

Mario Stanly Notanubun¹, Tri Prabowo², Nunuk Sri Purwanti³

^{1,2,3}Poltekkes Kemenkes Yogyakarta

Jl. Tatabumi No. 3 Banyuraden, Gamping, Sleman

Email : stanlynolanubun@gmail.com

Background: Hypertension is referred to as the silent killer and is one of the non-communicable diseases that is a serious health problem to date. Hypertension or high blood pressure is a condition where the increase in blood systole is above normal limits, namely more than 140 mmHg and diastolic blood pressure more than 90 mmHg. One of the most influential risk factors for hypertension is sodium / salt consumption, excessive sodium consumption patterns in society can lead to hypertension. A low salt diet is a diet that reduces the consumption of certain salts. Excessive salt intake can cause oedema and hypertension because there is a disturbance in the body's fluid balance.

Objective: To determine the relationship between the level of knowledge of a low salt diet and the level of hypertension in elderly people with hypertension.

Methods: Type of quantitative research with correlation analytic design and cross-sectional approach. The sampling method uses total sampling with a total of 105 respondents. Data analysis used using the spearman rank test.

Results: Rank Spearman statistical test found that the probability value (P value) = 0.081 The results of data processing show that the probability is greater than the level of significance (> 0.05). So it can be stated that there is no significant relationship between the Level of Knowledge of Low Salt Diet and the Level of Hypertension in Elderly Patients with Hypertension in the Danar Health Centre Working Area.

Conclusion: There is no significant relationship between the level of knowledge of low salt diet and the level of hypertension in elderly people with hypertension.

Keywords: Low salt diet, Hypertension rate, Elderly.

ABSTRAK

HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN DIET RENDAH GARAM DENGAN TINGKAT HIPERTENSI PADA LANSIA PENDERITA HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS DANAR

Mario Stanly Notanubun¹, Tri Prabowo², Nunuk Sri Purwanti³
^{1,2,3}Poltekkes Kemenkes Yogyakarta

Jl. Tatabumi No. 3 Banyuraden, Gamping, Sleman

Email : stanlynolanubun@gmail.com

Latar Belakang : Hipertensi disebut sebagai *the silent killer* dan merupakan salah satu penyakit tidak menular yang menjadi masalah kesehatan serius hingga saat ini, Hipertensi atau tekanan darah tinggi merupakan suatu keadaan dimana peningkatan darah sistol berada diatas batas normal yaitu lebih dari 140 mmHg dan tekanan darah diastolik lebih dari 90 mmHg. Salah satu faktor risiko hipertensi yang paling berpengaruh adalah konsumsi natrium / garam, pola konsumsi natrium yang berlebih di masyarakat dapat mengakibatkan terjadinya penyakit hipertensi. Diet rendah garam merupakan diet dengan mengurangi konsumsi garam tertentu. Asupan garam yang berlebihan dapat menyebabkan edema dan hipertensi karena ada gangguan keseimbangan cairan tubuh.

Tujuan : Untuk mengetahui hubungan tingkat pengetahuan diet rendah garam dengan tingkat hipertensi pada lansia penderita hipertensi.

Metode : Jenis penelitian kuantitatif dengan desain *Analitik korelasi* dan pendekatan *Cross-Sectional*. Cara pengambilan sampel menggunakan *total sampling* dengan jumlah responden sebanyak 105 orang. Analisis data yang digunakan menggunakan uji *rank spearman*.

Hasil : Uji statistik *Rank Spearman* diketahui bahwa nilai probabilitas (*P value*) = 0,081 Hasil pengolahan data tersebut menunjukkan bahwa probabilitas lebih besar dari *level of significance* ($> 0,05$). Sehingga dapat dinyatakan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara Tingkat Pengetahuan Diet Rendah Garam dengan Tingkat Hipertensi pada Lansia Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Danar Hasil

Kesimpulan : Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara Tingkat Pengetahuan Diet Rendah Garam dengan Tingkat Hipertensi pada Lansia Penderita Hipertensi

Kata Kunci : Diet rendah garam, Tingkat hipertensi, Lansia.

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur saya panjatkan kepada Tuhan Yesus Kristus, karena atas berkat dan rahmat-Nya saya dapat menyelesaikan penulisan Skripsi yang berjudul **“HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN DIET RENDAH GARAM DENGAN TINGKAT HIPERTENSI PADA LANSIA PENDERITA HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS DANAR”**. Penulisan Skripsi ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Sarjana Terapan Keperawatan pada Program Studi Keperawatan Jurusan Keperawatan Poltekes Kemenkes Yogyakarta.

Skripsi ini terwujud atas bimbingan, pengarahan dan bantuan dari berbagai pihak yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu dan pada kesempatan ini saya menyampaikan ucapan Terima kasih kepada :

1. Dr. Iswanto,S.Pd.,M.Kes Selaku Direktur Poltekes Kemenkes Yogyakarta.
2. Bondan Palestin,SKM.,M.Kep.,Sp.Kom Selaku Ketua Jurusan Keperawatan Poltekes Kemenkes Yogyakarta.
3. Ns. Maryana,S.SiT.,S.Psi.,S.Kep.,M.Kep Selaku Ketua Program Studi Sarjana Terapan Keperawatan.
4. Tri Prabowo,S.Kp.,M.Sc Selaku Pembimbing utama yang telah meluangkan waktu dan memberikan arahan dan bimbingan dalam penyusunan Skripsi ini.
5. Dr. Nunuk Sri Purwanti,S.Kp.,M.Kes Selaku Pembimbing Pendamping yang telah meluangkan waktu dan memberikan arahan dan bimbingan dalam penyusunan Skripsi ini.
6. Ns. Tri Widyastuti Handayani, M.Kep.,Sp.Kep.Kom Selaku Penguji yang telah memberikan arahan dan bimbingan dalam Skripsi ini.
7. Para Dosen, Staff, dan seluruh civitas Akademika Poltekes Kemenkes Yogyakarta yang telah memberikan bimbingan dan Ilmu Pengetahuan.
8. Drs. Jasmono,.M.Si Selaku Pj. Bupati Maluku Tenggara yang telah memberikan kesempatan Tugas Belajar di Poltekes Kemenkes Yogyakarta.

9. Musin Rahayaan, SSTP.M.Si Selaku Kepala Dinas Kesehatan Maluku Tenggara yang telah mendukung dalam Tugas Belajar ini.
10. Hi. Yusuf Warwefubun, Amd.Kep Selaku Kepala Puskesmas Danar yang telah mendukung dalam Tugas Belajar ini.
11. Ibunda tercinta, Mertua, dan keluarga yang telah mendoakan dan mendukung.
12. Ayu Lestari Istriku tercinta yang dengan sabar mendoakan dan membantu dalam proses penyusunan Skripsi ini.
13. Masayu Altagracia Notanubun anakku tersayang yang dengan sabar menungguku dirumah.
14. Teman-teman Puskesmas Danar yang mendukung Tugas belajar ini
15. Teman-teman seperjuangan RPL jurusan Keperawatan Poltekes Kemenkes Yogyakarta.

Dalam penulisan Skripsi ini, saya menyadari masih banyak kekurangan sehingga sangat mengharapkan adanya kritik dan saran yang bersifat membangun dalam agar Skripsi ini lebih baik lagi. Besar harapan saya semoga Skripsi ini bermanfaat untuk kita semua. Tuhan Memberkati.

Hormat Saya

Mario S Notanubun

DAFTAR ISI

SKRIPSI.....	i
PERSETUJUAN PEMBIMBING.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI.....	iii
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS	iv
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI	v
ABSTRACT.....	vi
ABSTRAK.....	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	4
C. Tujuan Penelitian	5
D. Ruang Lingkup	5
E. Manfaat Penelitian	5
F. Keaslian Penelitian	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	12
A. Tinjauan teori.....	12
1. Lansia.....	12
2. Pengetahuan.....	16
3. Hipertensi.....	22
4. Diet Rendah Garam	35
B. Kerangka Teori.....	40
C. Kerangka Konsep.....	41
D. Hipotesis Penelitian	41
BAB III METODE PENELITIAN.....	42
A. Jenis dan Desain Penelitian.....	42
B. Populasi dan Sampel.....	43
C. Tempat dan Waktu	44
D. Variabel Penelitian dan aspek-aspek yang diteliti/diamati	44
E. Defenisi Operasional.....	44
F. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data	45
G. Alat Ukur atau Instrumen Bahan Penelitian	46
H. Uji Validasi dan Reliabilitas.....	47
I. Prosedur Penelitian	48
J. Manajemen Data	50
K. Etika Penelitian	52
L. Kelemahan Penelitian	53
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	54
A. Gambar Lokasi Penelitian.....	54
B. Hasil Penelitian	55

C. Pembahasan Hasil Penelitian.....	59
BAB V_KESIMPULAN DAN SARAN.....	67
A. Kesimpulan	67
B. Saran	67
DAFTAR PUSTAKA	69
LAMPIRAN.....	73

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Klasifikasi Hipertensi.....	31
Tabel 2. Makanan yang boleh dan tidak boleh diberikan.....	39
Tabel 3. Defenisi Operasional.....	45
Tabel 4. Distribusi frekuensi responden berdasarkan jenis kelamin, umur, tingkat pendidikan, pekerjaan, dan informasi tentang diet rendah di wilayah kerja Puskesmas Damar.....	55
Tabel 5. Distribusi frekuensi Tingkat Pengetahuan Responden Tentang Diet Rendah Garam di wilayah kerja Puskesmas Damar.....	56
Tabel 6. Distribusi frekuensi Tingkat Hipertensi responden di wilayah kerja Puskesmas Damar	57
Tabel 7. Hasil Uji RankSpearman Hubungan Tingkat Pengetahuan Diet Rendah Garam Dengan Tingkat Hipertensi Pada Lansia Penderita Hipertensi Lansia di wilayah kerja Puskesmas Damar ..	58

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Kerangka Teori	40
Gambar 2. Kerangka Konsep	41
Gambar 3. Peta Puskesmas Danar.....	54

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Lembar Permohonan Responden.....	74
Lampiran 2. Lembar Pernyataan Bersedia Menjadi Enumerator.....	75
Lampiran 3. Lembar Informed Consent.....	76
Lampiran 4. Lembar Kuesioner	77
Lampiran 5. Lembar Kunci Jawaban	81
Lampiran 6. Petunjuk Penilaian Kuesioner.....	82
Lampiran 7. Lembar Observasi.....	83
Lampiran 8. Surat Permohonan Data Studi Pendahuluan.....	84
Lampiran 9. Surat Permohonan Izin Penelitian	85
Lampiran 10. Rekomendasi Penelitian	87
Lampiran 11. Keterangan Layak Etik	88
Lampiran 12. Surat Keterangan Selesai Penelitian.....	89
Lampiran 13. Hasil Analisa.....	90
Lampiran 14. Dokumentasi Kegiatan	93