



TUGAS AKHIR

**TINGKAT KEPATUHAN PASIEN HIPERTENSI DALAM
MENJALANKAN DIET RENDAH GARAM TERHADAP
PERUBAHAN TEKANAN DARAH DI RUANG RAWAT INAP
RUMAH SAKIT RSUD PROF. DR. MARGONO SOEKARJO
PURWOKERTO**

AHMAD IBROHIM

P2.06.31.2.22.042

PROGRAM STUDI DIPLOMA TIGA GIZI CIREBON

JURUSAN GIZI

**POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA
KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
TAHUN 2025**

HALAMAN PERSETUJUAN

Tugas Akhir Dengan Judul

“Tingkat Kepatuhan Pasien Hipertensi Dalam Menjalankan Diet Rendah Garam Terhadap Perubahan Tekanan Darah Di RSUD Prof. Dr. Margono Soekarjo Purwokerto”

Tugas Akhir Ini dipersiapkan dan disusun oleh

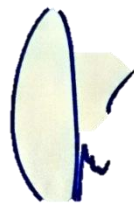
AHMAD IBROHIM

NIM. P2.06.31.2.22.042

Telah diperiksa, disetujui dan siap untuk dipertahankan di hadapan Dewan Penguji Seminar Proposal Program Studi D III Gizi Cirebon, Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya pada :

Hari : Jumat
Tanggal : 06 Desember 2024
Waktu : 10.00-11.00

Pembimbing



Hj. Alina Hizni, SKM, MPH

NIP. 196611261989032003

HALAMAN PENGESAHAN

Tugas akhir dengan judul
“Tingkat Kepatuhan Pasien Hipertensi Dalam Menjalankan Diet Rendah Garam Terhadap Perubahan Tekanan Darah Di RSUD Prof. Dr. Margono Soekarjo Purwokerto”

Disusun Oleh

Nama : **Ahmad Ibrohim**

NIM : P2.06.31.2.22.042

Telah dipertahankan di hadapan Dewan Penguji pada tanggal 06 Desember 2024 dan dilakukan revisi sesuai saran Dewan Penguji

Ketua Dewan Penguji

Hj. Alina Hizni, SKM, MPH

NIP. 196611261989032003

()

Penguji 1

Toni Andri, SST

NIP. 1511033

()

Penguji II

Isnar Nurul Alfiyah, S.Gz, M.Gizi

NIP. 199006042019022001

()

Mengetahui

Program Studi D III Gizi Cirebon

Ketua


Dr. Hj. Wicit Estuti, S.TP, M.Si
NIP.19680418199312001

Tingkat Kepatuhan Pasien Hipertensi Dalam Menjalankan Diet Rendah Garam Terhadap Perubahan Tekanan Darah Di RSUD

Prof. Dr. Margono Soekarjo Purwokerto

Ahmad Ibrohim¹, Alina Hizni, SKM, MPH²

INTISARI

Hipertensi adalah gangguan pembuluh darah yang mengakibatkan terhambatnya pengiriman oksigen dan nutrisi oleh darah ke jaringan tubuh yang membutuhkannya yang ditandai dengan tekanan darah sistolik >140 mmHg dan/atau tekanan darah diastolik >90 mmHg. Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) (2023) memperkirakan 1,28 miliar orang dewasa berusia 30-79 tahun di seluruh dunia menderita hipertensi. Salah satu tujuan global adalah untuk mengurangi prevalensi hipertensi sebesar 33% dari tahun 2010 hingga 2030. Berdasarkan data Riskesdas tahun 2018 menyatakan bahwa prevalensi penderita hipertensi di Indonesia menjadi 34,1% dibandingkan dengan data Riskesdas tahun 2013 sebesar 25,8%. Berdasarkan data rekam medis RSUD Prof. Dr. Margono Soekarjo Purwokerto menyatakan bahwa prevalensi Hipertensi berada dalam urutan ke-1 penyakit terbesar yang menjalani rawat inap sebanyak 701 pasien.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat kepatuhan pasien hipertensi dalam menjalankan diet rendah garam serta pengaruhnya terhadap perubahan tekanan darah di RSUD Prof. Dr. Margono Soekarjo Purwokerto. Selain itu, penelitian ini juga ingin memetakan karakteristik pasien, asupan natrium, dan tingkat kepatuhan diet pada pasien hipertensi di rumah sakit tersebut.

Jenis Penelitian ini adalah deskriptif observasional dengan pendekatan *cross-sectional*. Subjek penelitian ini adalah 10 orang pasien hipertensi yang menjalani rawat inap di RSUD Prof. Dr. Margono Soekarjo Purwokerto dan memenuhi kriteria inklusi.

Hasil penelitian menunjukkan pasien yang patuh dalam menjalankan diet rendah garam sebanyak 10. Tekanan darah pasien yang turun hingga ambang batas normal sebanyak 5 pasien dan yang tidak turun hingga ambang batas normal sebanyak 5 pasien dari total 10 pasien hipertensi.

Kata kunci: hipertensi, kepatuhan, diet rendah garam, tekanan darah.

1. Mahasiswa Program Studi D III Gizi Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya
2. Dosen Program Studi D III Gizi Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya

PRAKATA

Puji syukur kepada Allah SWT berkat Rahmat, Hidayah, dan Karunia-Nya kepada kita semua sehingga penulis dapat menyelesaikan tugas akhir yang berjudul “Tingkat Kepatuhan Pasien Hipertensi Dalam Menjalankan Diet Rendah Garam Terhadap Perubahan Tekanan Darah Di RSUD Prof. Dr. Margono Soekarjo Purwokerto tepat pada waktunya.

Penyusunan tugas akhir ini diajukan sebagai syarat menyelesaikan pendidikan gelar Ahli Madya Gizi Program Studi Diploma III Gizi Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Tasikmalaya. Penyusunan tugas akhir ini penulis banyak mendapat bimbingan dan petunjuk dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis mengucapkan banyak terima kasih kepada:

1. Ibu Dr. Hj. Wiwit Estuti, STP, M.Si Ketua Program Studi DIII Gizi Cirebon Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya yang telah memberikan motivasi, saran dan dukungan terhadap penyusunan tugas akhir ini.
2. Ibu Hj. Alina Hizni, SKM, MPH Dosen pembimbing yang telah mengingatkan, memberi arahan, masukan, saran, motivasi, serta dapat meluangkan waktunya untuk membimbing penyusunan tugas akhir ini.
3. Bapak Toni Andri, SST Dewan penguji 1 yang telah memberikan motivasi, saran dan dukungan terhadap penyusunan tugas akhir ini.
4. Ibu Isnar Nurul Alfiah, S.Gz, M.Gizi Dewan penguji 2 yang telah memberikan motivasi, saran dan dukungan terhadap penyusunan tugas akhir ini.
5. Kedua orang tua dan adik yang selalu memberikan doa, motivasi, dukungan, dan material kepada penulis dalam penyusunan tugas akhir ini.
6. Seluruh dosen dan karyawan Program Studi DIII Gizi Poltekkes Kemenkes

Tasikmalaya wilayah Cirebon.

7. Terakhir, diri saya sendiri. Ahmad Ibrohim atas segala kerja keras dan telah berjuang sejauh ini dalam proses penyusunan tugas akhir dengan menyelesaikan sebaik dan semaksimal mungkin, dan ini merupakan pencapaian yang patut dibanggakan untuk diri sendiri.

Cirebon, 16 Juni 2025

Penulis

Ahmad Ibrohim

DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN.....	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
INTISARI.....	iv
PRAKATA	v
DAFTAR ISI	v
DAFTAR TABEL.....	vii
DAFTAR GAMBAR	viii
DAFTAR LAMPIRAN	ix
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan Penelitian	5
D. Manfaat Penelitian	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	7
A. Tinjauan Teori.....	7
1. Hipertensi	7
2. Kepatuhan Diet Rendah Garam.....	14
3. Tekanan Darah	16
b. Upaya Pengendalian Tekanan Darah.....	17
4. Prinsip Diet Rendah Garam.....	18
B. Kerangka Teori.....	22
C. Kerangka Konsep	23
BAB III METODOLOGI PENELITIAN.....	24
A. Jenis Penelitian	24
B. Waktu Dan Tempat.....	24
C. Populasi Dan Sampel.....	24
D. Variabel dan Definisi Operasional.....	26
E. Teknik Pengumpulan Data	27
1. Jenis Data	27
2. Cara Pengumpulan Data	27
3. Instrumen Penelitian.....	28
F. Pengolahan Dan Analisis Data	30
1. Teknik Pengolahan Data.....	30
2. Teknik Analisis Data	30

G. Jalannya Penelitian	31
1. Tahap Persiapan	31
2. Tahap Pelaksanaan	31
3. Tahap Akhir.....	32
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	33
A. Gambaran Umum Rumah Sakit Prof. Dr. Margono Soekarjo Purwokerto.....	33
B. Gambaran Umum Instalasi Gizi Rumah Sakit Prof. Dr. Margono Soekarjo Purwokerto	35
C. Hasil	36
D. Pembahasan	39
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	44
A. Kesimpulan	44
B. Saran.....	44
DAFTAR PUSTAKA	46
LAMPIRAN	48

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Bahan Makanan Sehari	20
Tabel 2. Bahan Makanan yang Dianjurkan dan Tidak Dianjurkan	21
Tabel 3. Variabel dan Definisi Operasional.....	26
Tabel 4. Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Umur, Jenis Kelamin, Riwayat Pendidikan dan Lama Mengidap.	36
Tabel 5. Asupan Natrium Pasien Hipertensi.....	37
Tabel 6. Perubahan Tekanan Darah Pasien Hipertensi.....	37
Tabel 7. Kepatuhan Diet Pada Pasien Hipertensi	38
Tabel 8. Tabel silang kepatuhan Diet Terhadap Perubahan Tekanan Darah	38

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Teori	22
Gambar 2. Kerangka Konsep.....	23

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Jadwal Penelitian	49
Lampiran 2. Surat Permohonan Data Awal	50
Lampiran 3. Naskah Penjelasan Penelitian	51
Lampiran 4. Naskah Persetujuan Responden.....	52
Lampiran 5. Form Identitas Responden.....	53
Lampiran 6. Form Kepatuhan Diet Rendah Garam	54
Lampiran 7. Form Recall 1x24 jam	55
Lampiran 8. Form Food Weighing	56
Lampiran 9. Sisa makanan pasien.....	57
Lampiran 10. Food Weighing	58