

Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan terhadap Diet Rendah Garam Pada Pasien Hipertensi Di Puskesmas Panjang Bandar Lampung Tahun 2026

Alexander Michael Darmawan¹, Djunizar Djamaludin², Rika Yulendasari³
Program Studi Ilmu Kesehatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Malahayati

Corresponding Author: Deni Saputra e-mail: darmawanmichael@gmail.com

Published: September , 2026

ABSTRACT

Pendahuluan : Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular yang masih menjadi masalah kesehatan masyarakat karena dapat meningkatkan risiko komplikasi seperti stroke, gagal jantung, dan penyakit ginjal. Salah satu upaya pengendalian hipertensi adalah penerapan diet rendah garam.

Tujuan : Mengetahui hubungan dukungan keluarga dengan kepatuhan terhadap diet rendah garam pada pasien hipertensi di Puskesmas Panjang Bandar Lampung Tahun 2026.

Metode : Penelitian kuantitatif dengan desain cross sectional. Sampel penelitian berjumlah 84 pasien hipertensi yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling sesuai kriteria inklusi. Dukungan keluarga dan kepatuhan terhadap diet rendah garam diukur menggunakan kuesioner dukungan keluarga dan kepatuhan. Analisis data meliputi analisis univariat dan bivariat menggunakan uji pearson Chi-square.

Hasil : Karakteristik responden didominasi usia 61–75 tahun sebanyak 52 responden (61,9%), berjenis kelamin perempuan sebanyak 48 responden (57,1%), berpendidikan SMA sebanyak 51 responden (60,7%), dan tidak bekerja sebanyak 50 responden (59,5%). Dukungan keluarga sebagian besar berada pada kategori cukup sebanyak 42 responden (50%), sedangkan kepatuhan terhadap diet rendah garam sebagian besar berada pada kategori cukup patuh sebanyak 66 responden (78,6%). Hasil uji Chi-square menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga dengan kepatuhan terhadap diet rendah garam pada pasien hipertensi dengan nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$).

Kesimpulan : Terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga dengan kepatuhan terhadap diet rendah garam pada pasien hipertensi di Puskesmas Panjang Bandar Lampung Tahun 2026. Semakin baik dukungan keluarga yang diberikan, semakin baik pula kepatuhan pasien dalam menjalankan diet rendah garam. Oleh karena itu, keterlibatan keluarga perlu ditingkatkan dalam program edukasi dan pengelolaan hipertensi untuk meningkatkan keberhasilan terapi nonfarmakologis.

Kata kunci: dukungan keluarga, kepatuhan, diet rendah garam, hipertensi

ABSTRACT

Introduction : Hypertension is one of the most common non-communicable diseases and remains a major public health problem because it increases the risk of serious complications, such as stroke, heart failure, and kidney disease. Adherence to a low-salt diet is an essential non-pharmacological strategy for controlling hypertension. However, patients' adherence to dietary recommendations is often influenced by several factors, including family support.

Objective : To determine the relationship between family support and adherence to a low-salt diet among hypertensive patients at Panjang Primary Health Center, Bandar Lampung, in 2026.

Methods : This quantitative study employed a cross-sectional design. A total of 84 hypertensive patients were selected using purposive sampling based on the inclusion criteria. Family support and adherence to a low-salt diet were assessed using structured questionnaires. Data were analyzed using univariate analysis and the Chi-square test for bivariate analysis.

Results : Most respondents were aged 61–75 years (61.9%), female (57.1%), had completed senior high school (60.7%), and were unemployed (59.5%). Family support was predominantly categorized as moderate, with 42 respondents (50.0%), while adherence to a low-salt diet was mostly classified as moderately adherent, with 66 respondents (78.6%). The Chi-square test revealed a statistically significant relationship between family support and adherence to a low-salt diet among hypertensive patients ($p = 0.000$; $p < 0.05$).

Conclusion : There is a significant relationship between family support and adherence to a low-salt diet among hypertensive patients at Panjang Primary Health Center, Bandar Lampung. Better family support is associated with better adherence to a low-salt diet. Therefore, involving family members in hypertension education and management programs is recommended to improve patients' adherence to non-pharmacological treatment.

Keywords : family support, adherence, low-salt diet, hypertension.

PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan penyakit tidak menular terbanyak di dunia. Hipertensi adalah kondisi tekanan darah yang berada di atas normal yaitu sistolik ≥ 140 mmHg dan diastolik ≥ 90 mmHg. Tekanan darah sistolik adalah tekanan saat jantung memompa darah ke seluruh tubuh. Tekanan darah diastolik adalah tekanan terendah di antara kontraksi (jantung beristirahat ketika jantung dalam keadaan rileks sembari mengisi ulang biliknya dengan darah) (Lukitaningtyas & Cahyono, 2023).

Menurut data *World Health Organization* (WHO) (2023), prevalensi hipertensi di dunia sebesar 22% dari total penduduk dunia. Wilayah Afrika memiliki prevalensi Hipertensi tertinggi sebesar 27%. Eropa berada di posisi ke-2 tertinggi dengan prevalensi Hipertensi 26%. Asia tenggara berada di posisi ke-3 tertinggi dengan prevalensi hipertensi sebesar 25% terhadap total penduduk.

Menurut Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, (2023) terdapat penderita hipertensi di Indonesia sebanyak 16,5% atau 638.178 kasus. Berdasarkan hasil pengukuran pada penduduk umur ≥ 18 Tahun, Provinsi Lampung merupakan provinsi tertinggi di wilayah pulau Sumatera yang memiliki prevalensi hipertensi yaitu 29,7%. Sedangkan prevalensi hipertensi berdasarkan diagnosis dokter, provinsi Lampung menempati peringkat ke-2 di pulau Sumatera yaitu 7,9%.

Prevalensi hipertensi tertinggi Provinsi Lampung yaitu di Tulang Bawang dengan jumlah estimasi penderita hipertensi ≥ 15 tahun sejumlah 462.738 kasus dengan persentase yang mendapatkan pelayanan kesehatan sebesar 3,2%, disusul oleh Lampung Tengah sebanyak 303.958 kasus dengan persentase yang mendapatkan pelayanan kesehatan sebesar 95,1%, diurutkan ketiga dan keempat ditempati oleh Lampung Timur dan Bandar Lampung dengan jumlah kasus sebanyak 270.230 dan 200.001 dengan persentase yang mendapatkan pelayanan kesehatan sebesar 64,2% dan 108,4% serta Kabupaten Lampung Selatan menempati posisi 5 dari 15 kabupaten atau kota Provinsi Lampung dengan jumlah penderita hipertensi ≥ 15 tahun sejumlah 191.510 kasus dengan persentase yang mendapatkan pelayanan kesehatan sebesar 95,9% (Dinas Kesehatan Provinsi Lampung, 2023).

Hasil Pra Survey yang dilakukan data dari Puskesmas Panjang di kota Bandar Lampung penderita hipertensi sebanyak 17.666 populasi pada tahun 2024 dan terbanyak di seluruh Puskesmas yang ada di Kota Bandar Lampung dan kurang lebih penderita hipertensi di Puskesmas Panjang pada orang dewasa dan lansia. Penyakit Hipertensi dapat disebabkan berbagai faktor salah satunya yaitu konsumsi garam yang berlebih, WHO telah merekomendasikan jumlah asupan natrium < 2 gram perhari dan < 5 gram per hari. Pemerintah Indonesia melalui Kementerian Kesehatan telah menetapkan konsumsi garam di Indonesia sebanyak 5 gram per hari atau satu sendok teh. Sementara itu lebih dari 50% masyarakat Indonesia mengkonsumsi garam berlebih.

Salah satu penyebab hipertensi adalah konsumsi garam yang berlebihan atau banyaknya natrium dalam makanan yang dikonsumsi orang. Konsumsi garam yang tinggi menyerap natrium ke dalam pembuluh darah, meningkatkan volume darah dan meningkatkan tekanan darah. Asupan natrium yang tinggi menyebabkan pengeluaran berlebihan hormon natriuretik, yang secara tidak langsung meningkatkan tekanan darah (Octarini *et al.*, 2023).

Salah satu faktor yang mempengaruhi 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. Konsumsi garam menggunakan data ini diperkirakan underestimate karena belum termasuk garam *visible salt* yang dibubuhkan pada makanan jajanan (bakso, soto, mie goreng dan makanan jajanan lainnya) dan garam *visible salt* yang dibubuhi pada makanan pabrik atau produk industri. Sementara konsumsi makanan jajanan dan pabrik yang bergaram cenderung semakin tinggi selama satu dekade terakhir (Yunus *et al.*, 2023).

Dampak ketidakpatuhan diet rendah garam akan menyebabkan peningkatan jumlah kematian serta masalah kesehatan lainnya. Memiliki kemungkinan lebih tinggi untuk mengalami komplikasi serius dibandingkan dengan mereka yang patuh (Assyfa *et al.*, 2024). Komplikasi yang terkait jika pasien tidak mengikuti diet dengan rendah garam termasuk penyakit jantung koroner, gagal ginjal, dan stroke (Novitasari *et al.*, 2022).

Diet rendah garam untuk hipertensi menekankan pola makan DASH (*Dietary Approaches to Stop Hypertension*) yang fokus pada pengurangan konsumsi natrium atau garam dengan batasan asupan natrium kurang dari 2300 mg per hari (1 sendok teh garam). Salah satu penyebab terjadinya kenaikan tekanan darah pada pasien hipertensi dikarenakan sikap dan pengetahuan seseorang menjadi alasan keberhasilan terlaksananya diet pada

pasien hipertensi (Fitriyana & Wirawati, 2022). Pada umumnya cara mencegah Hipertensi yaitu dengan diet rendah garam atau dengan kata lain membatasi penggunaan garam dan konsumsi makanan yang kaya akan garam. Garam jika dikonsumsi secara berlebihan akan menahan cairan dan menaikkan kerja jantung sehingga tekanan darah juga akan meningkat. Pemberian nutrisi dan pola diet yang optimal. Diet yang optimal merupakan kunci bagi kesembuhan penyakit dan tentu saja jika penderita tidak patuh dengan diet yang diberikan penyakit akan kambuh kembali (Mawaddha *et al.*, 2025). Penelitian Nisa *et al.*, (2023) hasil analisa data didapatkan penderita hipertensi stadium 1 terdapat 17 responden diet rendah garam yang patuh dan 0 responden pada hipertensi stadium 2 sedangkan diet rendah garam yang tidak patuh terdapat 14 responden pada hipertensi stadium 1 dan 21 responden pada penderita hipertensi stadium 2. Hasil uji statistic (*Uji Chi-square*) diperoleh nilai $p=0.000$ ($p\leq 0,05$) yang artinya terdapat hubungan kepatuhan diet rendah garam pada pasien hipertensi. Dapat dijadikan sebagai bahan informasi tambahan mengenai kepatuhan diet rendah garam.

Selain kepatuhan terhadap diet rendah garam, pengendalian hipertensi juga memerlukan dukungan keluarga. Bentuk dukungan keluarga merupakan suatu cara untuk memberikan bantuan kepada anggota keluarga yang menderita hipertensi berupa bantuan moril maupun materil (Nelambo *et al.*, 2024). Bantuan yang diberikan dapat berupa saran, dorongan, dan data, serta juga berupa bantuan fisik. Keluarga memainkan peran kunci dalam memantau, merawat, dan mencegah komplikasi hipertensi di lingkungan rumah (Ayu *et al.*, 2024). Selain itu, keluarga bisa memberikan dukungan dan turut serta dalam pengambilan keputusan terkait perawatan penderita hipertensi. Ada hubungan yang erat antara kesehatan keluarga dan status kesehatan setiap anggotanya (Lembang, 2025).

Berdasarkan teori, hasil penelitian sebelumnya, serta data local tersebut, dapat disimpulkan bahwa hubungan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet rendah garam sebagai Upaya pengendalian hipertensi. Oleh karena itu, peneliti tertarik melakukan penelitian berjudul “Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Terhadap Diet Rendah Garam Pada Pasien Hipertensi Di Puskesmas Panjang Tahun 2026”

METODE

Penelitian kuantitatif dengan desain cross sectional. Sampel penelitian berjumlah 84 pasien hipertensi yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling sesuai kriteria inklusi. Dukungan keluarga dan kepatuhan terhadap diet rendah garam diukur menggunakan kuesioner dukungan keluarga dan kepatuhan. Analisis data meliputi analisis univariat dan bivariat menggunakan uji pearson Chi-square.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Univariat
Karakteristik Responden

Tabel 4.1
Karakteristik Responden

Karakteristik	N	(%)	Mean	SD
Usia				
45-60 Tahun	32	38.1		
61-75 Tahun	52	61.9		
Total	84	100	1,62	0,489
Jenis Kelamin				
Laki-laki	36	42.9		
Perempuan	48	57.1		
Total	84	100	1,57	0,498
Pendidikan				
SD	2	2.4		
SMP	27	32.1		
SMA	51	60.7		
Perguruan Tinggi	4	4.8		
Total	84	100	2,68	0,604
Pekerjaan				
Bekerja	34	40.5		
Tidak Bekerja	50	50.5		

Total	84	100	1,60	0,494
--------------	----	-----	------	-------

Berdasarkan hasil analisis menunjukkan bahwa sebagian besar karakteristik responden berusia 61-75 tahun, sejumlah 52 orang (61,9%), sebagian besar responden jenis kelamin perempuan, sejumlah 48 orang (57,1%), responden berpendidikan SMA, sejumlah 51 orang (60,7%), dan sebagian besar responden tidak bekerja, sejumlah 50 orang (59,5%).

Frekuensi Dukungan Keluarga

Tabel 4.2
Frekuensi Dukungan Keluarga

Kategori	N	%
Baik	34	40.5
Cukup	42	50.0
Kurang	8	9.5
Total	84	100

Berdasarkan hasil analisis menunjukkan bahwa sebagian besar responden mendapat dukungan keluarga yang cukup, sejumlah 42 orang (50,0%).

Frekuensi Tingkat Kepatuhan Diet Garam Pada Pasien Hipertensi

Tabel 4.3
Frekuensi Kepatuhan Diet Hipertensi

Kategori	n	%
Patuh	11	13.1
Cukup Patuh	66	78.6
Kurang Patuh	7	8.3
Total	84	100

Berdasarkan hasil analisis menunjukkan bahwa sebagian besar responden cukup patuh terhadap diet hipertensi, sejumlah 66 orang (78,6%).

Analisis Bivariat

Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Diet Hipertensi

Tabel 4.4

Tabel Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Terhadap Diet Rendah Garam Pada Pasien Hipertensi Di Puskesmas Panjang Bandar Lampung Tahun 2025

Dukungan Keluarga	Kepatuhan Diet Hipertensi						Total	<i>p-value</i>	
	Patuh		Cukup Patuh		Kurang Patuh				
	n	%	n	%	n	%			
Baik	4	4,8	30	35,7	0	0.0	34	40,5	0.000
Cukup	6	7,1	34	40,5	2	2,4	42	50,0	
Kurang	1	1,2	2	2,4	5	6,0	8	9,5	
Total	11	13.1	66	78.6	7	8,3	84	100	

Berdasarkan tabel 4.4 bahwa dari 84 responden, yang mendapatkan dukungan keluarga yang cukup adalah 42 responden (50%) , dengan kepatuhan yang cukup terhadap diet rendah garam sebanyak 34 responden (40,5%). Pada penelitian ini didapatkan hasil *P Value* <0.005, maka digunakan analisis statistik dengan uji *pearson Chi-Square*. Sehingga didapatkan hasil perhitungan data statistik menghasilkan angka signifikan atau nilai probabilitas

(0,000) jauh lebih rendah standart signifikan dari 0,05 atau ($p < \alpha$), maka data H_0 ditolak dan H_1 diterima yang berarti ada hubungan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet hipertensi.

PEMBAHASAN

Analisa Univariat

Karakteristik Responden

Usia

Pada penelitian ini didapatkan beberapa karakteristik responden yaitu usia, jenis kelamin, pendidikan terakhir, dan pekerjaan. Karakteristik usia pada penelitian ini didapatkan rentan usia 45-60 tahun sebanyak 32 responden (38,1%) dengan jumlah terbanyak di usia 41-75 tahun sebanyak 52 respon (61,9%).

Hasil penelitian sejalan dengan teori yang dikemukakan oleh (Asri et al., 2022) menyatakan bahwa usia merupakan salah satu faktor resiko yang mempengaruhi hipertensi, hal ini disebabkan perubahan alamiah dalam tubuh pada jantung, pembuluh darah, dan hormone.

Asumsi ini juga dipertegas oleh penelitian Nurhayati et al., (2023) yang menyatakan bahwa pada usia diatas 45 tahun dinding arteri akan mengalami penebalan akibat adanya penumpukan zat kolagen pada lapisan otot, sehingga pembuluh darah akan berangsur-angsur menyempit dan juga menjadi kaku. Pembuluh darah yang menyempit karena bertambahnya usia mempengaruhi sirkulasi peredaran darah sehingga tekanan darah akan meningkat.

Dari hasil penelitian serta penelitian-penelitian terkait peneliti berasumsi bahwa semakin bertambahnya usia maka sistem kardiovaskular pada tubuh akan mengalami penurunan, yang berakibat pada tingkat kejadian hipertensi yang juga akan meningkat.

Jenis Kelamin

Pada penelitian ini didapatkan sebagian besar responden adalah perempuan dengan jumlah 48 responden (57,1%) dan 36 responden (42,9%) adalah laki laki.

Jenis kelamin pada penelitian ini berpengaruh terhadap terjadinya hipertensi hal ini sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh (Asri et al., 2022), bahwa perempuan yang belum menopause dilindungi oleh hormone esterogen yang berperan dalam meningkatkan kadar *High Density Lipoprotein* (HDL). Kadar kolesterol HDL yang tinggi merupakan faktor pelindung dalam mencegah terjadinya proses *aterosclerosis*.

Peneliti menganalisis bahwa jenis kelamin merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi peningkatan tekanan darah yang menyebabkan hipertensi, hal ini dikarenakan pada perempuan yang telah menopause sehingga mengalami penurunan kadar esterogen

Pendidikan

Selain usia dan jenis kelamin, pada penelitian ini juga didapatkan karakteristik pendidikan dimana kategori jenjang SMA adalah pendidikan terbanyak dengan jmlah responden sebanyak 51 (60,7%), SMP 27 responden (32,1%), Perguruan Tinggi sebanyak 4 responden (4,8%) serta SD sebanyak 2 orang (2,4%).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Taiso, 2021 yang mengatakan hasil penelitian menunjukan bahwa terdapat hubungan antara tingkat pendidikan dan kejadian hipertensi di Puskesmas Lasalepa, dimana hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa terjadinya hipertensi disebabkan oleh faktor kurangnya pengetahuan dan minimnya pendidikan serta edukasi mengenai penyakit hipertensi dari cara pencegahan, gejala dan penyebab-penyebab hipertensi juga kurangnya edukasi deteksi dini mengenai hipertensi.

Sehingga peneliti berasumsi bahwa baik buruknya perilaku dipengaruhi oleh tingkat pendidikan seseorang dalam menerima dan mengolah informasi yang akan berdampak pada status kesehatannya. Sebuah perilaku dalam mencegah hipertensi. Pengetahuan seseorang yang baik mengenai penyebab, faktor risiko, tanda dan gejala hipertensi serta batasan tekanan darah stabil dan tidak stabil, akan membuat seseorang terhindar dari pemicunya.

Pekerjaan

Karakteristik terakhir yang didapatkan pada penelitian ini adalah jenis pekerjaan, dimana mayoritas responden adalah tidak bekerja sebanyak 50 responden (59,5%) dan responden yang bekerja sebanyak 34 orang (40,5%). Pekerjaan adalah salah satu faktor dari aspek ekonomi yang dapat mempengaruhi tingkat atau kualitas kesehatan.

Hal ini didukung oleh penelitian Kharisyanti dan Farapti (2017) menunjukkan bahwa status sosial ekonomi, khususnya tingkat pendapatan, berhubungan secara signifikan dengan kejadian hipertensi. Individu dengan pendapatan rendah memiliki risiko lebih tinggi mengalami hipertensi dibandingkan individu dengan

pendapatan yang lebih tinggi. Kondisi ini disebabkan karena keterbatasan ekonomi dapat mengurangi kemampuan seseorang dalam memenuhi kebutuhan gizi, mengakses pelayanan kesehatan, serta melakukan upaya pencegahan penyakit. Peneliti berasumsi bahwa pekerja rentan memiliki hipertensi karena adanya aspek individu dan pekerjaan. Namun pada penelitian ini didapatkan hasil terbanyak penderita hipertensi adalah pada responden yang tidak bekerja

Frekuensi Dukungan Keluarga

Hasil penelitian ini berkaitan tentang variabel dukungan keluarga pada penderita hipertensi di Puskesmas Panjang dari 84 responden, 42 orang (50%) dikategorikan mendapat dukungan keluarga yang cukup dan 34 orang (40,5%) mendapat dukungan keluarga yang baik serta 8 responden (9,5%) mendapatkan dukungan yang kurang dari keluarga. Dari data tersebut dapat disimpulkan bahwa sebagian besar peran keluarga dari penderita yang ada di Puskesmas Panjang dalam kategori cukup dan hanya sebagian kecil dari penderita hipertensi yang ada di Puskesmas Panjang yang memiliki dukungan keluarga yang kurang.

Menurut Teori Widya (2021), dukungan keluarga merupakan sikap, tindakan, dan penerimaan keluarga terhadap anggota keluarganya yang diwujudkan dalam bentuk dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental, dan dukungan informasional.

Dukungan tersebut berperan penting dalam membantu individu menghadapi masalah, meningkatkan motivasi, serta mempertahankan perilaku kesehatan. Dukungan keluarga merupakan hal yang penting untuk seseorang. Pada penderita dengan penyakit kronis, dukungan keluarga bertujuan untuk meningkatkan efektivitas dari asuhan keperawatan yang diberikan, sehingga keluarga sebagai perawat keluarga merupakan kunci dari keberhasilan penatalaksanaan penyakit kronis yang memiliki peranan penting dalam proses perawatan dan pemulihan penderita. Peran keluarga merupakan bagian dari pasien hipertensi yang paling dekat dan tidak dapat dipisahkan yang akan menimbulkan kepercayaan dirinya untuk menghadapi dan mengelola penyakitnya dengan lebih baik. Bentuk dukungan emosional dari anggota keluarga lain merupakan faktor penting dalam kepatuhan terhadap program-program medis. Keluarga dapat mengurangi kecemasan dan meningkatkan kepatuhan diet hipertensi

Dukungan keluarga membuat para lansia patuh menjalani diet hipertensi. Keluarga memberikan dukungan yang positif terhadap pasien, baik berupa dukungan informasional, instrumental, emosional dan penilaian atau penghargaan, dengan adanya dukungan keluarga yang baik akan menimbulkan kepercayaan dirinya untuk mengelola penyakitnya lebih baik. Hal ini sejalan penelitian oleh Setyoadi et al., (2017) dukungan keluarga merupakan suatu bentuk perilaku melayani yang dilakukan keluarga, baik dalam bentuk dukungan emosional (perhatian dan kasih sayang), dukungan penghargaan (menghargai dan memberikan umpan balik yang positif), dukungan informasi (saran, nasihat, informasi) maupun dukungan dalam bentuk instrumental (bantuan tenaga, uang dan waktu).

Melihat hasil penelitian serta dukungan penelitian terkait peneliti berasumsi bahwa dukungan sosial dapat diberikan kepada anggota keluarga dalam merawat dan meningkatkan status kesehatannya adalah dengan memberikan rasa nyaman, perhatian, penghargaan, dan pertolongan atau memberikan pelayanan dengan sikap menerima kondisinya.

Frekuensi Tingkat Kepatuhan Diet Rendah Garam

Hasil penelitian ini menunjukkan sebagian besar responden penderita hipertensi memiliki kepatuhan diet rendah garam yang baik, dibuktikan sebanyak 66 responden (78,6%) memiliki kepatuhan diet rendah garam yang cukup patuh dan 11 responden (13,1%) memiliki kepatuhan diet rendah garam yang patuh, sedangkan 7 responden (8,3%) memiliki kepatuhan diet rendah garam yang masih kurang.

Menurut teori yang dikemukakan oleh Nuriman, (2025), definisi kepatuhan berkembang seiring bertambahnya tahun. Definisinya berubah sesuai era kesehatan yang semakin berkembang. Pada awalnya kepatuhan berawal dari kata “compliance” yang berarti seberapa jauh perilaku pasien dalam hal mengikuti diet, minum obat, atau melakukan modifikasi gaya hidup yang harus dilakukan sesuai dengan resep pengobatan klinisnya. Pasien harus menjalani semua aturan yang diberikan untuk memperkecil dampak penyakitnya. Kepatuhan merupakan perilaku individu dalam mengikuti anjuran atau aturan yang telah ditetapkan oleh tenaga kesehatan, termasuk menjalankan diet hipertensi. Kepatuhan diet pada penderita hipertensi ditunjukkan dengan membatasi konsumsi garam, menghindari makanan tinggi natrium, serta menerapkan pola makan sesuai rekomendasi. Penelitian Rahayu et al. (2024) menunjukkan bahwa pasien dengan pengetahuan yang baik memiliki tingkat kepatuhan diet yang lebih tinggi dibandingkan pasien dengan pengetahuan yang kurang.

Melihat hasil penelitian serta penelitian terdahulu, peneliti berasumsi bahwa sudah jelas kepatuhan berasal dari individu masing-masing dengan meningkatkan edukasi serta support dari keluarga, membuat individu menjadi lebih patuh untuk menjalani diet garam

Analisis Bivariat

Hubungan Dukungan Keluarga Terhadap Kepatuhan Diet Rendah Garam Pada Pasien Hipertensi

Dapat dilihat dari hasil penelitian bahwa dari 84 responden, yang mendapatkan dukungan keluarga yang cukup adalah 42 responden, dengan kepatuhan yang cukup terhadap diet rendah garam sebanyak 34 responden (40,5%).

Dukungan keluarga adalah dukungan yang diterima pasien hipertensi dari anggota keluarga ketika pasien sangat membutuhkan dukungan tersebut selama sakit, sehingga pasien merasa diperhatikan dan dihargai. Dukungan keluarga berupa dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan informasi dan dukungan instrumental. Kondisi kesehatan keluarga dipengaruhi oleh kemampuan keluarga dalam memberikan pelayanan kesehatan (Sulistiyorini & Saputri, 2024). Selain itu hal ini dukungan keluarga berpengaruh dalam pola kepatuhan diet yang dihadapi oleh responden dimana faktor-faktor yang mempengaruhi salah satunya adalah edukasi keluarga terhadap keterlibatan dalam pola kepatuhan diet. Sedangkan patuh adalah suka dalam menurut perintah, taat pada perintah, sedangkan kepatuhan adalah perilaku sesuai aturan. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan yaitu responden patuh dalam menjalankan diet hipertensi seperti membatasi makanan yang berupa asin asinan bahkan menjauhinya

Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Maria Ina Kii *et al.*, (2021) yang berjudul hubungan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet rendah garam pada penderita hipertensi sistolik, penelitian ini menjelaskan bahwa hasil penelitian dari 52 responden sebagian besar responden mendapatkan dukungan keluarga yang baik sebanyak 30 responden (57,7%) . Hasil penelitian ini sesuai dengan teori bahwa dukungan keluarga sangat penting diberikan kepada responden yang mengalami hipertensi, karena setiap sikap atau tindakan keluarga dapat mempengaruhi perilaku responden. Jika keluarga memberikan dukungan yang baik maka kepatuhan responden dalam melaksanakan diet hipertensi semakin tinggi. Sebaliknya, jika keluarga tidak memberikan dukungan keluarga maka kepatuhan responden dalam melaksanakan diet hipertensi semakin rendah. Kepatuhan terhadap aturan diet mengacu pada definisi yang dijelaskan sebagai suatu perilaku pasien untuk mengikuti tindakan pengobatan dan menjaga pola hidup sehat.

Adapun hasil penelitian hubungan keluarga terhadap kepatuhan diet rendah gula pada pasien hipertensi di penelitian ini sesuai dengan tabel 4.4 adalah sebagai berikut :

Dukungan keluarga baik dan patuh terhadap diet hipertensi sebanyak 4 responden (4,8%). Penelitian ini sesuai dengan hasil penelitian Maria Kii *et al.*, (2021) dimana hasil penelitian terkait terdapat 30 responden (57,7%) yang patuh terhadap diet rendah gula. Kepatuhan pasien hipertensi terhadap dietnya yang mayoritas adalah patuh memang lebih besar dipengaruhi karena adanya dukungan keluarga seperti yang terlihat saat peneliti berkunjung bahwa sebagian besar pasien ditemani oleh pihak keluarga. Disamping itu masih ada faktor pendukung lainnya yang mempengaruhi kepatuhan diet pasien hipertensi seperti halnya pekerjaan, umur dan bahkan dukungan dari petugas kesehatan. Pada dasarnya kepatuhan diet merupakan kepatuhan responden terhadap makanan yang beraneka ragam dan gizi seimbang, jenis dan kondisi makanan disesuaikan dengan kondisi penderita jumlah garam dibatasi sesuai dengan kesehatan penderita dan jenis makanan dalam daftar diet.

Dukungan keluarga baik dan cukup patuh terhadap diet hipertensi ada 30 responden (35,7%). Hal ini didukung oleh penelitian sebelumnya Maria Kii *et al.*, (2021) bahwa hal ini dapat disebabkan oleh faktor usia di mana sebagian besar pasien berusia dewasa tua yang pada umumnya sudah lebih arif dan bijak menerima kondisi kesehatannya. Meskipun demikian, usaha keras diperlukan pada pasien hipertensi untuk menjaga gaya hidup, diet dan aktivitasnya dan minum obat yang diresepkan secara teratur. Selain itu dukungan keluarga juga mempengaruhi kepatuhan penderita hipertensi melakukan diet rendah garam, keluarga merupakan bagian dari penderita hipertensi yang paling dekat dan dapat dipisahkan yang akan menimbulkan kepercayaan dirinya untuk menghadapi dan mengelola penyakitnya dengan lebih baik.

Tidak ditemukannya responden dengan dukungan keluarga baik dan kurang patuh terhadap diet hipertensi. Sesuai dengan teori pada Inayati & Hasanah, (2022) bahwa dukungan sosial dari keluarga berperan sebagai sumber informasi dalam dukungan informasi, dimana keluarga menggambarkan bagaimana mereka memberikan saran, dan pengetahuan yang dapat digunakan untuk menjelaskan kesulitan. Aspek dukungan informasional, keluarga membantu lansia memahami gejala hipertensi, faktor penyebabnya, serta jenis pengobatan yang diberikan. Selain itu, keluarga juga berperan dalam meyakinkan lansia agar tetap menjalani pengobatan dan mengontrol kesehatannya. Dukungan emosional yang diberikan oleh keluarga mencakup kasih

sayang, perhatian, serta dorongan bagi lansia untuk menjalani pengobatan dengan lebih baik, yang pada akhirnya dapat membantu mengurangi tekanan emosional. Sementara itu, dukungan dalam bentuk penghargaan dapat menjadi motivasi bagi lansia untuk memulai dan mempertahankan kepatuhan terhadap pengobatan serta memanfaatkan fasilitas kesehatan yang tersedia.

Dukungan keluarga cukup dan patuh terhadap diet hipertensi ada 6 responden (7,1%). Penelitian ini sesuai dengan Maria Ina Kii et al., (2021) bahwa 30 responden (40%) pada kategori dukungan keluarga yang cukup dan patuh terhadap diet hipertensi. Keluarga memiliki peranan penting dalam pemberian asuhan keperawatan (family caregiver) primer yang dapat diberikan kepada anggota keluarga dengan penyakit kronik. Dukungan keluarga dapat mempengaruhi kepuasan seseorang dalam menjalani kehidupan sehari-harinya karena peran keluarga sangat penting dalam perawatan kesehatan. Selain itu, dukungan keluarga juga dapat meningkatkan optimisme penderita dalam melakukan pengobatan penyakitnya, mengurangi rasa kesepian serta dapat meningkatkan kemampuan diri. Hal ini dapat mengurangi komplikasi penyakit dan meningkatkan kualitas hidup penderita diabetes.

Dukungan keluarga cukup dan cukup patuh terhadap diet hipertensi ada 34 responden (40,5%). Hasil penelitian ini didukung oleh Nugraha & Bebasari, (2021) yaitu dukungan keluarga yang dapat menghasilkan kepatuhan dalam kesembuhan hipertensi. Hal-hal yang diberikan seperti, mengumpulkan informasi tentang masalah yang dialami, cara menjaga Kesehatan, memberikan nasehat, usulan, saran dan petunjuk untuk mengatasi masalah yang sedang dialami (Nugraha & Bebasari, 2021).

Dukungan keluarga cukup dan kurang patuh terhadap diet hipertensi ada 2 responden (2,4%). Hasil ini sesuai dengan penelitian Maria Kii et al.,(2021) dimana terdapat 4 responden yang memiliki dukungan keluarga cukup namun tidak patuh terhadap diet. Kepatuhan terhadap aturan diet mengacu pada definisi yang dijelaskan sebagai suatu perilaku pasien untuk mengikuti tindakan pengobatan dan menjaga pola hidup sehat. Menurut Susanita et al., (2023), dalam penerapan diet, seseorang dikatakan tidak patuh apabila orang tersebut melalaikan kewajibannya dalam membatasi asupan natrium, sehingga terhalangnya kesembuhan dan dikatakan patuh bila mau membatasi asupan natrium yang telah ditentukan sesuai dengan tingkatan tekanan darah yang dialami serta mau melaksanakan apa yang dianjurkan oleh petugas. Lamanya proses pengobatan dapat mengakibatkan penderita jenuh sehingga beresiko mengalami putus asa yang dapat mengakibatkan pengobatan tidak tuntas dan sulit disembuhkan.

Dukungan keluarga kurang dan patuh terhadap diet hipertensi ada 1 responden (1,2%). Hal ini didukung oleh penelitian sebelumnya Maria Kii et al.,(2021) hasil penelitian terkait terdapat 5 responden dengan kategori dukungan keluarga kurang tetapi patuh terhadap diet hipertensi. Hal ini dapat disebabkan oleh faktor usia di mana sebagian besar pasien berusia dewasa tua yang pada umumnya sudah lebih arif dan bijak menerima kondisi kesehatannya. Meskipun demikian, usaha keras diperlukan pada pasien hipertensi untuk menjaga gaya hidup, diet dan aktivitasnya dan minum obat yang diresepkan secara teratur. Kepatuhan meliputi kepatuhan pasien dalam melakukan pengobatan, kepatuhan asupan natrium, lemak dan kebiasaan berolahraga, ada beberapa variabel yang mempengaruhi tingkat kepatuhan seseorang yaitu demografi, penyakit, pengetahuan, program terapeutik, psikososial. Sejalan dengan teori tersebut Clara & Nekada, (2025) menyatakan Semakin lanjut usia seseorang, perkembangan pikirannya akan semakin jelas, dan meskipun mentalnya tidak akan membaik dengan begitu cepat, pada masa mudanya, kemajuan dapat terjadi.

Dukungan keluarga kurang dan cukup patuh terhadap diet hipertensi ada 2 responden (2,4%) hal ini juga sesuai dengan teori pada penelitian Maria Ina Kii et al., (2021) bahwa penderita hipertensi yang memiliki pengetahuan yang baik tentang diet rendah garam maka sikap akan menjadi baik juga. Hal ini sesuai dengan teori menurut Wibrata *et al.*, (2023) menyebutkan bahwa sikap merupakan faktor yang sangat kuat, karena dengan adanya sikap ingin sembuh dan adanya keinginan menjaga tubuh tetap sehat akan berpengaruh pada penderita untuk mengontrol diri dalam berperilaku sehat. Serta salah satu faktor penentu adanya perubahan perilaku kesehatan yaitu faktor predisposisi yang didalamnya termasuk pengetahuan tentang hipertensi.

Dukungan keluarga kurang dan kurang patuh terhadap diet hipertensi ada 5 responden (6,0%). Hasil penelitian ini didukung oleh hasil penelitian Maria Kii et al.,(2021) dimana terdapat 14 responden yang tidak memiliki dukungan dan tidak patuh terhadap diet garam. Hal ini sesuai dengan teori Astuti et al., (2024) bahwa keluarga merupakan aspek terpenting yang mendorong kepatuhan terhadap diet yang dianjurkan. Adanya perhatian dan dukungan dalam pemantauan dan pengingatn ketika pasien lupa mengikuti pola makan dengan baik dan mengubah gaya hidupnya sesuai petunjuk dokter bisa mempercepat penyembuhan.

Pada penelitian ini peneliti berasumsi bahwa semakin tinggi dan semakin banyak dukungan keluarga terhadap pasien, maka semakin patuh dalam melakukan diet. Namun, dari hasil penelitian, terdapat data yang peneliti wawancara lebih rinci seperti 7 responden (8,3%) yang kurang patuh dalam melakukan diet rendah garam. Hal ini menarik perhatian peneliti sehingga peneliti mengkaji responden dalam kategori tersebut,

didapatkan hasil bahwa kurangnya dukungan keluarga sebanyak 5 responden (6,0%) mengalami tingkat kepatuhan yang kurang, sehingga tidak ada semangat, support dan informasi yang diberikan kepada pasien. Namun 2 responden (2,4%) yang ditemukan dalam kategori cukup baik dalam mendapatkan dukungan keluarga masih melanggar beberapa point yakni konsumsi kecap dan terasi. Selain itu hasil dari wawancara, responden merasa sangat bosan dengan tidak adanya rasa dalam makanan sehingga mereka sesekali menambahkan kecap ataupun terasi. Selain itu, responden menyebutkan jika mereka melakukannya karena tidak ada yang mengawasi dan sebagian besar responden bertanggung jawab untuk memasak di rumah, sehingga responden lebih leluasa untuk mengkonsumsi makanan

Setelah dilakukan uji statistik dari hasil uji statistik *Chi Square* diperoleh angka signifikan atau nilai probabilitas (0,000) jauh lebih rendah standart signifikan dari 0,05 atau ($p < \alpha$), maka data H_0 ditolak dan H_1 diterima yang berarti ada hubungan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet rendah gula pada pasien hipertensi di Puskesmas Panjang.

KESIMPULAN

1. Karakteristik responden terbanyak berumur diantara usia 61-75 tahun sebanyak 52 responden (61,9%), jenis kelamin terbanyak yaitu perempuan dengan 48 responden (57,1%), pendidikan terbanyak adalah SMA sebanyak 51 responden (60,7%), dan sebagian besar responden merupakan tidak bekerja sebanyak 50 responden (59,5%).
2. Distribusi dukungan keluarga dengan kepatuhan terhadap diet rendah garam pada pasien hipertensi di Puskesmas Panjang ada pada kategori cukup dengan jumlah 42 responden (50%)
3. Distribusi tingkat kepatuhan diet rendah garam pada pasien hipertensi di Puskesmas Panjang dalam kategori cukup patuh dengan 66 responden (78,6%)
4. Ada hubungan dukungan keluarga dengan kepatuhan terhadap diet rendah garam pada pasien hipertensi di Puskesmas Panjang Bandar Lampung Tahun 2025 (P Value sebesar $0,000 < \alpha = 0,05$).

REFERENSI

- aditya, N. R., & Mustofa, S. (2023). Hipertensi: Gambaran Umum. *Majority*, 11(2), 128-138.
- American Heart Association. (2025). Guideline For The Prevention, Detection, Evaluation, And Management Of High Blood Pressure In Adults. *American Heart Association*. <https://www.heart.org>.
- Angraini, A., Fitriani, A., Anggraini, A. P., Etisia, A. A., Yuri, D. D., & Putri, A. O. (2023). Silent Killer, Bahaya Hipertensi. *Tanggung Denara Jaya Publisher*.
- Aprilyani, R. (2022). Bab 6 Assessment Dalam Psikologi Klinis: Interview Dan Behavioral. *Psikologi Klinis*, 69.
- Arisandy, W. (2021). Hubungan pengetahuan dengan dukungan keluarga dalam merawat pasien gangguan halusinasi pendengaran di poliklinik rumah sakit ernaldi bahar. *JKM: Jurnal Keperawatan Merdeka*, 1(2), 145-151.
- Arsita, A. S., & Wahyuni, S. (2024). Hubungan Tugas Kesehatan Keluarga Dengan Manajemen Diri Klien Hipertensi Di Puskesmas Silo 1 Kabupaten Jember: The Relationship Of Family Health Tasks And Self-Management Of Hypertension Clients At Silo 1 Health Center Jember District. *Assyifa: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 2(2), 302-318.
- Asri, I. P., Salamah, N. P., Putri, A. M., Khairunnisa, A., Afifah, F., & Kusumastuti, I. (2022). Analisis Faktor Risiko Kejadian Hipertensi Di Wilayah Kota Depok: Analysis Of Risk Factors For Hypertension In The Depok City Area. *Journal Of Public Health Education*, 1(3), 170-184.
- Assyfa, N., Hoedaya, A. P., & Inriyana, R. (2024). Hubungan Pengetahuan Dengan Kepatuhan Pencegahan Komplikasi Pada Penderita Hipertensi. *Jurnal Keperawatan Florence Nightingale*, 7(1), 13-21.
- Astuti, A., Saragih, H. S., Nasution, E. M., Zuhriyatun, F., Winarso, A. S. P., & Amalia, R. (2024). Promosi Kesehatan Dan Edukasi Dalam Kebidanan. *Penerbit Yayasan Kita Menulis*.
- Ayu, S. A., Achmad, V. S., Wijayaningsih, K. S., & Nurajizah, R. S. (2024). Peran Kemandirian Kesehatan

Keluarga Terhadap Kontrol Diri Pada Individu Penderita Hipertensi. *Mabesa: Malabayati Health Student Journal*, 4(3), 907-927.

- Cahyanti, L., Yuliana, A. R., Putri, D. S., Fitriana, V., & Nur, H. A. (2024). Konseling Pencegahan Penyakit Hipertensi Di Desa Jepang Kecamatan Mejobo Kabupaten Kudus. *Jurnal Pengabdian Kesehatan*, 7(1), 346-358.
- Clara, A. C. D. P., & Nekada, C. D. Y. (2025). Hubungan Tingkat Pengetahuan Terhadap Kepatuhan Minum Obat Antihipertensi Pada Lansia Di Kampung Penumping, Kelurahan Gowongan, Kecamatan Jetis Yogyakarta. *I Care Jurnal Keperawatan Stikes Panti Rapih*, 6(1), 1-18.
- Dinas Kesehatan Provinsi Lampung. (2023). Profil Kesehatan Provinsi Lampung Tahun 2023. *Dinas Kesehatan Provinsi Lampung*. <https://dinkes.lampungprov.go.id>.
- Dotulong, F. X., & Rembet, I. Y. (2025). Identifikasi Penurunan Tekanan Darah Pasien Hipertensi Melalui Pemanfaatan Terapi Jus Citrullus Lanatus Dalam Mendukung Pola Hidup Sehat. *Jurnal Keperawatan Florence Nightingale*, 8(2), 186-195.
- Fitriyana, M., & Wirawati, M. K. (2022). Penerapan Pola Diet Dash Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Desa Kalikangkung Semarang. *Jurnal Manajemen Asuhan Keperawatan*, 6(1), 17-24.
- Habil, R., & Berlianti, B. (2023). Kehidupan Ekonomi, Sosial, Dan Kesehatan Lansia Dalam Pengasuhan Keluarga Di Lingkungan Iv Galang Kota. *Sosmaniora: Jurnal Ilmu Sosial Dan Humaniora*, 2(1), 108-121.
- Hanifah, H., Salsabillah, L., Fitri, A. T., Febriani, R. M., & Hidayatullah, R. (2025). Landasan Teori, Penelitian Relevan, Kerangka Berpikir Dan Hipotesis Penelitian Pendidikan. *Ihsan: Jurnal Pendidikan Islam*, 3(2), 391-404.
- Hidayat, R., Fitri, R. A., & Hermina, D. (2025). Langkah Penelitian Manajemen Pendidikan: Penemuan Masalah, Telaah Pustaka, Persiapan Penelitian, Pengumpulan Data, Analisis Data Dan Penyimpulan/Pemaknaan, Dan Pelaporan & Evaluasi Penelitian. *Jurnal Riset Multidisiplin Edukasi*, 2(6), 509-523.
- Husaini, F., & Fonna, T. R. (2024). Hipertensi Dan Komplikasi Yang Menyertai Hipertensi. *Jurnal Medika Nusantara*, 2(3), 135-147.
- Inakii, M., Soelistyoningsih, D., & Jayanti, N. D. (2021). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Diet Rendah Garam Pada Penderita Hipertensi Sistolik. *Media Husada Journal Of Nursing Science*, 2(3), 132-140.
- Inayati, H., & Hasanah, L. (2022). Gambaran Dukungan Keluarga Dengan Kehadiran Lansia Pada Posyandu Lansia Di Desa Errabu Kecamatan Bluto. *Journal Of Innovation Research And Knowledge*, 2(7), 2975-2982.
- Kang, H. (2021). *Sample Size Determination And Power Analysis Using The G * Power Software*. 1–12.
- Kharisyanti, F., & Farapti. (2017). *Status Sosial Ekonomi dan Kejadian Hipertensi*. *Media Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 13(3), 200–205.
- Kemenkes. (2023). Pedoman Nasional Pelayanan Kedokteran Tata Laksana Hipertensi. *Direktorat Jenderal Pelayanan Kesehatan, Kementerian Kesehatan Ri*. <https://www.kemkes.go.id>.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). Survei Kesehatan Indonesia (Ski) Tahun 2023. *Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan, Kementerian Kesehatan Ri*. <https://www.badankebijakan.kemkes.go.id>.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2024). Pedoman Nasional Penanggulangan Hipertensi. *Direktorat Jenderal Pencegahan Dan Pengendalian Penyakit, Kementerian Kesehatan Ri*. <https://www.kemkes.go.id>.

- Lembang, F. T. D. (2025). Kekuatan Dukungan Keluarga Terhadap Hipertensi Lansia. *Book Chapter Of Hypertension*.
- Lubis, I. A. P., Siregar, S. R., Khairunnisa, K., & Fauzan, A. (2024). Diet Rendah Garam Pada Pasien Hipertensi. *Galenical: Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan Mahasiswa Malikussaleh*, 3(1), 68–76. <https://doi.org/10.29103/jkemm.V3i1.14973>.
- Lukitaningtyas, D., & Cahyono, E. A. (2023). Hipertensi. *Artikel Review. Pengembangan Ilmu Dan Praktik Kesehatan*, 2(2), 100-117.
- Manumara, T. M., Putri, A. R., Azzahra, A., Ramdani, F., Putri, I. D., Permata, N., & Wijaya, V. S. (2025). Pengaruh Peran Dukungan Keluarga Dan Budaya Pada Pasien Hipertensi Menurut Teori Leininger. *Literature Riview. Jurnal Medika: Medika*, 4(4), 2295-2301.
- Mawaddha, M. T., Nurman, M., & Mayasari, E. (2025). Hubungan Konsumsi Garam Dan Pola Makan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Kelompokusia Dewasa 45-59 Tahun Di Dusun Lengkokdesa Kualu Nenas Wilayah Kerja Puskesmas Tambang. *Science: Indonesian Journal Of Science*, 2(3), 491-499.
- Nasution, L. K., & Rambe, N. (2022). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Penderita Hipertensi Diet Rendah Garam Di Puskesmas Sibuhuan. *Jurnal Mutiara Ners*, 5(1), 1-6.
- Nelambo, V., Huragana, J., & Latuminase, B. (2024). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Minum Obat Penderita Hipertensi Dipuskesmas Kakaskasen Tomohon. *Jurnal Ilmiah Surya Pedidikan*, 2(1), 11-22.
- Nisa, F., Fiddaroini, F., & Ana, K. D. (2023). Hubungan kepatuhan diet rendah garam dengan tekanan darah pasien hipertensi di Klinik Intan Husada Jatirogo Tuban. *Journal of Nursing and Health*, 9(1).
- Novitasari, I., Andala, S., & Akbar, Y. (2022). Hubungan Kepatuhan Diet Dengan Pencegahan Komplikasi Pada Penderita Hipertensi. *Jurnal Asyifa: Jurnal Ilmu Kesehatan Lbokseumawe*, 7(2).
- Nugraha, D. P., & Bebasari, E. (2021). Faktor Tekanan Darah yang Terkendali pada Pasien Hipertensi di RSUD Arifin Achmad Provinsi Riau: Studi Potong Lintang. *Jurnal Penyakit Dalam Indonesia* | Vol, 8(2).
- Nurhayati, U. A. I., Ariyanto, A., & Syafriakhwan, F. (2023, July). Hubungan usia dan jenis kelamin terhadap kejadian hipertensi. In *Prosiding Seminar Nasional Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat LPPM Universitas' Aisyiyah Yogyakarta* (Vol. 1, pp. 363-369).
- Nuriman, D. (2025). Hubungan Motivasi Terhadap Tingkat Kepatuhan Pasien Dengan Diet Hipertensi Di Rs Bhakti Asih Brebes. *Doctoral Dissertation, Universitas Islam Sultan Agung Semarang*.
- Octarini, D. L., Meikawati, W., & Purwanti, I. A. (2023). Hubungan Kebiasaan Konsumsi Makanan Tinggi Natrium Dan Kalium Dengan Tekanan Darah Pada Usia Lanjut. In *Prosiding Seminar Kesehatan Masyarakat [Proceeding Of Public Health Seminar]* (Vol. 1, No. September, Pp. 10-17).
- Primasari, N. A., & Dara, S. (2022). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kualitas Hidup Pasien Gagal Ginjal Kronik Yang Menjalani Hemodialisa. *Literature Review. In Prosiding Seminar Informasi Kesehatan Nasional* (Pp. 82-90).
- Puspita, N. N. L. P. A., Wangi, S. K., Megayanti, N. S. D., & Yusniawati, N. Y. N. P. (2021). Manajemen Diabetes Berbasis Self Care Pada Pasien Diabetes Melitus. *Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan Masyarakat*, 9(2), 112–121. <https://repository.nuansafajarcemerlang.com/media/publications/591582-Manajemen-Diabetes-Berbasis-Self-Care-Ab4654b5.Pdf>.
- Putra, M. A., Nurhikmawati, N., Khalid, N. F., Wiriansya, E. P., & Arifuddin, A. M. A. (2024). Terapi Non Farmakologi Dalam Pengendalian Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi. *Wal'afiat Hospital Journal*, 5(1), 16-27.

- Rahayu, S., Hoedayana, A. P., & Inriyana, R. (2024). Hubungan pengetahuan tentang pencegahan komplikasi hipertensi dengan kepatuhan diet pada penderita hipertensi. *PREPOTIF: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 8(2), 4186–4193.
- Ramdani, C., Miftahudin, U., & Latif, A. (2023). Peran Keluarga Dalam Pendidikan Karakter. *Banun: Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini*, 1(2), 12-20.
- Ria, N., Manurung, N. K., & Simaremare, S. A. (2024). Edukasi Menggunakan Panduan “Pola Hidup Sehat Atasi Hipertensi” Pada Wanita Usia Subur Di Pematangsiantar. *Gemakes: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(2), 233-242.
- Saputra, P. B. T., Lamara, A. D., Saputra, M. E., Maulana, R. A., Hermawati, I. E., Achmad, H. A., & Oktaviono, Y. H. (2023). Diagnosis Dan Terapi Non-Farmakologis Pada Hipertensi. *Cermin Dunia Kedokteran*, 50(6), 322-330.
- Septianingtyas, M. C. A., Sulistyaningrum, D. P., & Widiati, J. D. P. (2022). Hubungan Self Efficacy Dan Dukungan Keluarga Terhadap Kepatuhan Diet Rendah Garam Penderita Hipertensi Pada Lansia Dengan Obesitas. *Jurnal Rumpun Ilmu Kesehatan*, 2(3), 106-120.
- Setianingsih, D. R. (2017). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Diet Hipertensi Pada Lansia (Studi Di Dusun Mojongapit Desa Mojongapit Kecamatan Jombang Kabupaten Jombang). *Doctoral Dissertation, Stikes Insan Cendekia Medika Jombang*.
- Setyoadi, S., Nasution, T. H., & Kardinajari, A. (2017). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kemandirian Pasien Stroke Di Instalasi Rehabilitasi Medik Rumah Sakit Dr. Iskak Tulungagung. *Majalah Kesehatan*, 4(3), 139-148.
- Sugiyono. (2022). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D. *Bandung: Alfabeta*.
- Sulistiyorini, A., & Saputri, T. D. (2024). Dukungan Keluarga Dalam Merawat Lansia Yang Mengalami Hipertensi Di Desa Pacekulon Kecamatan Pace Kabupaten Nganjuk. *Health Care: Jurnal Kesehatan*, 13(1), 28-37.
- Suprpto, H., Ningsih, O. S., Solehudin, F. A., Achmad, V. S., Sugiharno, R. T., Utama, Y. A., & Kismiyati, N. R. (2022). Keperawatan Medikal Bedah. *Padang: Pt Global Eksekutif Teknologi*.
- Susanita, N., Anggreini, N. F., & Pardede, L. (2023). Hubungan kepatuhan diet dengan tekanan darah pada penderita hipertensi di Puskesmas Pervira Bekasi Utara. *Jurnal Keperawatan Abdurrah*, 7(2).
- Taiso, S. N., Sudayasa, I. P., & Paddo, J. (2021). Analisis hubungan sosiodemografis dengan kejadian hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Lasalepa, Kabupaten Muna. *Nursing Care and Health Technology Journal*, 1(2), 102–109.
- Taufandas, M. J. S. M., & Hermawati, N. (2021). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Diet Hipertensi Pada Lansia Di Dusun Ladon Wilayah Kerja Puskesmas Wanasaba. *Jurnal Medika Hutama*, 2(02), 801-815.
- Transyah, C. H., Mulya, S. I., & Salim, D. R. (2024). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Usia Dewasa. *Jurnal Amanah Kesehatan*, 6(2), 31-46.
- Viranda, C., Chandrika, A., & Karimah, S. T. M. (2023). Gambaran Makna Keberfungsian Keluarga Ditinjau Dari Perspektif Jenis Kelamin, Urutan Kelahiran, Dan Status Dalam Keluarga. *Jurnal Multidisiplin West Science*, 2(07), 544-553.
- Wibrata, D. A., Fadilah, N., Wijayanti, D., & Kholifah, S. N. (2023). Persepsi Tentang Faktor Yang Mempengaruhi Perilaku Kepatuhan Pada Klien Hipertensi. *Ji-Kes (Jurnal Ilmu Kesehatan)*, 6(2), 135-140.

- Widiyawati, R. (2023). Bab 4 Gizi Dan Diet. Manajemen Penyehatan Makanan Dan Minuman: Teori Dan Praktik, 57. *Yogyakarta: Penerbit Kesehatan Nusantara*.
- World Health Organization. (2023). Guideline For The Pharmacological Treatment Of Hypertension In Adults. *World Health Organization*. <https://www.who.int>.
- World Health Organization (Who). (2023). Global Report On Hypertension: The Race Against A Silent Killer. *World Health Organization*. <https://www.who.int/publications/i/item/9789240074344>.
- Yunus, M. H., Kadir, S., & 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), 163-171.