

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JEMBER
PROGRAM STUDI D3 KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN

Karya Tulis Ilmiah, Juli 2024
Dwi Ayu Cahyaningsih

Pendidikan Kesehatan Tentang Diet Rendah Garam Pada Anggota Keluarga Ny. S Yang Mengalami Hipertensi Di Wilayah Puskesmas Arjasa
xvii + 67 hal + 5 tabel + 11 lampiran

ABSTRAK

Hipertensi merupakan gangguan sistem peredaran darah kondisi tekanan darah sistole lebih dari 140 mmHg dan tekanan darah diastole lebih dari 90 mmHg keadaan yang meningkat diatas normal. Pendidikan kesehatan diet rendah garam dapat menambah pengetahuan klien dan keluarga. Salah satu penyebab tekanan darah meningkat yaitu penggunaan konsumsi natrium yang berlebih. Tujuan penelitian yaitu melakukan implementasi keperawatan pada keluarga Ny. S dengan kasus hipertensi untuk menurunkan tekanan darah menggunakan cara diet rendah garam di wilayah Puskesmas Arjasa Kabupaten Jember. Metode yang digunakan adalah deskriptif dengan bentuk studi kasus adalah gangguan hipertensi pada Ny. S dengan pendidikan kesehatan diet rendah garam di wilayah Puskesmas Arjasa. Pengumpulan data dalam studi kasus ini dilakukan dengan wawancara, observasi, dan pemeriksaan fisik. Target keberhasilan dari tindakan pendidikan kesehatan diet rendah garam yaitu 1 minggu dengan 5 kali kunjungan pada tanggal 04 Januari 2024 sampai 11 Januari 2024. Pelaksanaan tindakan pada tanggal 05 Januari 2024 jam 14.00-15.00. Media yang digunakan adalah SAP, *leaflet*, dan kuisisioner. Hasil implementasi menunjukkan bahwa sebelum diberikan pendidikan kesehatan diet rendah garam didapatkan TD klien 201/90 mmHg dan tingkat pengetahuan klien dan keluarga dari hasil *pre test* adalah kurang. Setelah diberikan pendidikan kesehatan diet rendah garam didapatkan pada tanggal 11 Januari 2024 TD klien 160/80 mmHg membaik, keluarga mampu menerapkan diet rendah garam, tingkat pengetahuan dari hasil *post test* klien dan keluarga meningkat. Pendidikan kesehatan diet rendah garam berpengaruh untuk dapat menurunkan tekana darah.

Kata Kunci : Diet Rendah Garam, Hipertensi, Pendidikan Kesehatan

UNIVERSITY MUHAMMADIYAH JEMBER
ASSOCIATE'S DEGREE OF NURSING STUDY PROGRAM
FACULTY OF HEALTH SCIENCES

Scientific Paper, July 2024

Dwi Ayu Cahyaningsih

Health Education about a Low Salt Diet for Mrs. S's Family Members Who Have Hypertension in the Arjasa Community Health Center Area

xvii + 67 pages + 5 tables + 11 annexes

ABSTRACT

Hypertension is a circulatory system disorder where the systolic blood pressure is more than 140 mmHg and the diastolic blood pressure is more than 90 mmHg, a condition that is elevated above normal. Low salt diet health education can increase client and family knowledge. One of the causes of increased blood pressure is excessive sodium consumption. The research aims to implement nursing in the family of Mrs. S with a case of hypertension to lower blood pressure using a low salt diet in the Arjasa Health Center area, Jember Regency. The method used is descriptive in the form of a case study of hypertensive disorders in Mrs. S with low salt diet health education in the Arjasa Community Health Center area. Data collection in this case study was carried out by interviews, observation, and physical examination. The target for success of the low salt diet health education action is 1 week with 5 visits from 04 January 2024 to 11 January 2024. Implementation of the action on 05 January 2024 at 14.00-15.00. The media used are SAP, leaflets, and questionnaires. The implementation results show that before being given health education on a guaranteed low diet, the client's BP was 201/90 mmHg and the level of knowledge of the client and family from the pre-test results was poor. After being given health education on a low-salt diet, it was found that on January 11 2024, the client's BP was 160/80 mmHg, the family was able to implement a low-salt diet, and the level of knowledge from the post-test results of the client and family increased. Health education on a low salt diet affects lowering blood pressure.

Keywords: Health Education, Hypertension, Low Salt Diet