

ABSTRAK

**UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JEMBER
PROGRAM STUDI PROFESI NERS
FAKULTAS ILMU KESEHATAN**

Karya Ilmiah Akhir, Juni 2026
M. Yusril Fahmi

Implementasi Edukasi Diet Rendah Garam pada Pasien Hipertensi di Desa Glagahwero Kecamatan Panti Kabupaten Jember

Latar Belakang: Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular yang banyak dialami keluarga. Salah satu faktor yang memengaruhi terjadinya hipertensi adalah perilaku kesehatan yang cenderung berisiko, terutama konsumsi makanan tinggi garam. Peran keluarga sangat penting dalam membantu keluarga menerapkan pola hidup sehat melalui pengaturan diet rendah garam.

Tujuan: Melaksanakan implementasi keperawatan keluarga melalui pemberian edukasi diet rendah garam pada keluarga dengan hipertensi untuk memperbaiki perilaku kesehatan dan meningkatkan kemampuan keluarga dalam merawat anggota keluarga yang menderita hipertensi.

Metode: Penelitian ini menggunakan desain studi kasus deskriptif pada tiga keluarga yang memiliki keluarga dengan hipertensi di Desa Glagahwero Kecamatan Panti Kabupaten Jember. Implementasi dilakukan selama 2 minggu melalui 4 kali kunjungan rumah.

Hasil: Setelah diberikan edukasi diet rendah garam, keluarga menunjukkan peningkatan pengetahuan mengenai hipertensi dan pengelolaan diet rendah garam. Keluarga mulai mengurangi konsumsi makanan tinggi garam, meningkatkan kepatuhan minum obat, serta lebih rutin melakukan pemeriksaan kesehatan.

Kesimpulan: Implementasi keperawatan keluarga melalui edukasi diet rendah garam efektif dalam meningkatkan pengetahuan keluarga dan membantu perubahan perilaku kesehatan pada keluarga penderita hipertensi.

Kata Kunci: Hipertensi, Diet Rendah Garam, Edukasi Kesehatan, Keperawatan Keluarga

ABSTRACT

UNIVERSITY OF MUHAMMADIYAH JEMBER
PROFESSIONAL NURSING PROGRAM
FACULTY OF HEALTH SCIENCES

Final Scientific Paper, June 2026

M. Yusril Fahmi

*Implementation Education Intervention in Hypertensive Patients in Glagahwero Village,
Panti District, Jember Regency*

Background: Hypertension is one of the most common non-communicable diseases among the elderly. One of the contributing factors to hypertension is risky health behavior, particularly excessive salt consumption. Family support plays an important role in helping elderly individuals adopt a healthy lifestyle through the implementation of a low-salt diet.

Objective: To implement family nursing care through low-salt diet education for elderly patients with hypertension in order to improve health behavior and enhance family ability in caring for hypertensive family members.

Methods: This study used a descriptive case study design involving three families with elderly hypertensive patients in Glagahwero Village, Panti District, Jember Regency. The intervention was conducted over two weeks through four home visits.

Results: After receiving low-salt diet education, families demonstrated increased knowledge regarding hypertension and low-salt dietary management. Elderly patients and their families began reducing high-salt food consumption, improving medication adherence, and attending regular health check-ups.

Conclusion: Family nursing implementation through low-salt diet education was effective in improving family knowledge and promoting positive health behavior changes among elderly patients with hypertension.

Keywords: Hypertension, Elderly, Low-Salt Diet, Health Education, Family Nursing