

## ABSTRAK

### GAMBARAN TINGKAT KEPATUHAN DIE RENDAH GARAM PADA LANSIA DENGAN HIPERTENSI DI DESA SODDARA KECAMATAN PASONGSONGAN KABUPATEN SUMENEP

Oleh : Sri Wahyuni Martha Ningrum

Diet rendah garam merupakan salah satu pengobatan no-farmakologis untuk mengurangi atau mencegah dan menjaga tekanan darah tetap stabil khususnya pada lansia penderita hipertensi. Hipertensi sendiri masih menjadi masalah kardiovaskuler yang keberadaannya terus meningkat setiap tahunnya dan diprediksi pada tahun 2025 akan ada 29% orang dewasa yang terkena serangannya di seluruh dunia. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran tingkat kepatuhan diet rendah garam pada lansia hipertensi di Desa Soddara Kecamatan Pasongsongan.

Jenis penelitian ini yaitu deskriptif dengan pendekatan *survey*. Dimana populasinya adalah seluruh lansia yang menderita hipertensi di Desa Soddara sebanyak 53 orang. Teknik sampling menggunakan simple random sampling dengan responden sebanyak 47 orang. Variabel dalam penelitian ini yakni kepatuhan diet rendah garam sebagai variabel bebas dan lansia dengan hipertensi sebagai variabel terikat. Pengumpulan data menggunakan kuesioner.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat kepatuhan diet rendah garam pada lansia dengan hipertensi di Desa Soddara Kecamatan Pasongsongan sebanyak 31 orang (66%) menunjukkan perilaku diet rendah garam yang buruk.

Ketidakpatuhan diet rendah garam pada lansia dengan hipertensi perlu mendapatkan perhatian serius dan karenanya kerjasama antara individu, kelompok dan masyarakat serta tenaga kesehatan harus dilibatkan karena lansia merupakan kelompok khusus yang memerlukan perhatian dan dukungan demi meningkatkan kesejahteraannya.

Kata Kunci: Kepatuhan Diet Rendah Garam, Lansia, Hipertensi

## **ABSTRACT**

### ***DESCRIPTION OF LOW SALT COMPLIANCE LEVELS IN ELDERLY WITH HYPERTENSION IN SODDARA VILLAGE PASONGSONGAN DISTRICT SUMENEP DISTRICT***

***By : Sri Wahyuni Martha Ningrum***

*Low salt diet is one of the no-pharmacological treatments to reduce or prevent and keep blood pressure stable, especially in the elderly with hypertension. Hypertension itself is still a cardiovascular problem whose presence continues to increase every year and it is predicted that in 2025 there will be 29% of adults affected by their attacks worldwide. This study aims to find out how the low salt diet adherence rate in elderly hypertension in the Soddara Village, Pasongsongan District.*

*This type of research is descriptive with a survey approach. Where the population is all elderly who suffer from hypertension in the village of Soddara as many as 53 people. The sampling technique uses simple random sampling with 47 respondents. The variables in this study were low salt diet adherence as the independent variable and the elderly with hypertension as the dependent variable. Data collection using a questionnaire.*

*The results showed that the level of adherence to a low salt diet in the elderly with hypertension in Soddara Village, Pasongsongan District was 31 people (66%) indicating poor low salt diet behavior.*

*Non-compliance with a low salt diet in the elderly with hypertension needs to get serious attention and therefore cooperation between individuals, groups and communities and health workers must be involved because the elderly are a special group that requires attention and support in order to improve their welfare.*

***Keywords: Low Salt Diet Adherence, Elderly, Hypertension***