

## HUBUNGAN PENGETAHUAN DAN SIKAP PADA PENDERITA HIPERTENSI DENGAN KONTROL DIET RENDAH GARAM

Rostini Mapagerang<sup>1</sup>, Muhammad Alimin<sup>2</sup>, Anita<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Program Studi Profesi Ners STIKES Muhammadiyah Sidrap

<sup>2</sup>Program Studi Ilmu Keperawatan STIKES Muhammadiyah Sidrap

<sup>3</sup>Puskesmas Anggeraja Kabupaten Enrekang

Alamat Korespondensi: rostini.tini@yahoo.com

### ABSTRAK

Hipertensi dapat didefinisikan sebagai tekanan darah persisten dimana tekanan sistoliknya di atas 140 mmHg dan tekanan diastolik di atas 90 mmHg. Pada populasi manula, hipertensi adalah sebagai tekanan sistolik 160 mmHg dan diastolic 90 mmHg. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan pengetahuan dan sikap pada penderita hipertensi dengan kontrol diet rendah garam di Puskesmas Anggeraja Kabupaten Enrekang Tahun 2018. Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif dengan desain deskriptif analitik menggunakan pendekatan *cross sectional study*. Teknik sampling yang digunakan yaitu *purposive sampling* dengan jumlah sampel sebanyak 30 orang. Uji yang digunakan dalam penelitian ini adalah *uji chi square* dengan tingkat kemaknaan  $\alpha = 0,05$ . Adapun hasil penelitian ini yaitu ada hubungan pengetahuan pada penderita hipertensi dengan kontrol diet rendah garam di Puskesmas Anggeraja Kabupaten Enrekang Tahun 2018 dengan nilai  $P= 0,007$  dan ada hubungan sikap pada penderita hipertensi dengan kontrol diet rendah garam di Puskesmas Anggeraja Kabupaten Enrekang Tahun 2018 dengan nilai  $P= 0,0004$ . Disarankan kepada pihak puskesmas agar dapat memberikan informasi kepada tenaga kesehatan dalam memberikan penangan atau penyuluhan tentang diet rendah garam pada pasien hipertensi serta dapat menjadi bahan referensi untuk meningkatkan pengetahuan terhadap kepatuhan diet rendah garam pasien hipertensi sehingga dapat diterapkan dalam pembelajaran.

*Kata kunci* : Pengetahuan, Sikap, dan Hipertensi.

### PENDAHULUAN

Sistem kardiovaskuler merupakan sistem yang berhubungan dengan jantung dan pembuluh darah. Sistem kardiovaskuler berfungsi sebagai sistem regulasi melakukan mekanisme yang bervariasi dalam merespon seluruh aktivitas tubuh. Adapun komponen sistem kardiovaskuler yang memengaruhi stabilnya organ-organ vital yaitu jantung, komponen darah, dan pembuluh darah. Ketiga komponen tersebut harus berfungsi dengan baik agar seluruh jaringan dan organ tubuh menerima suplai oksigen dan nutrisi dengan baik. Apabila ketiga komponen tersebut tidak berfungsi dengan baik akan menimbulkan dampak buruk bagi kesehatan sehingga, muncul penyakit diantaranya yaitu aterosklerosis,

angina pektoris, infark miokardium, dan hipertensi (Udjianti, 2013).

Hipertensi dapat didefinisikan sebagai tekanan darah persisten dimana tekanan sistolik di atas 140 mmHg dan tekanan diastolik di atas 90 mmHg. populasi manula, hipertensi adalah tekanan sistolik 160 mmHg dan diastolic 90 mmHg (Poter & Perry, 2010).

Hipertensi atau yang lebih dikenal dengan sebutan penyakit darah tinggi adalah suatu keadaan dimana tekanan darah seseorang berada di atas batas normal atau optimal yaitu 120 mmHg untuk sistolik dan 80 mmHg untuk diastolik. Penyakit ini dikategorikan sebagai the silent disease karena penderita tidak mengetahui dirinya mengidap hipertensi sebelum memeriksakan tekanan

darahnya. Hipertensi yang terjadi dalam jangka waktu lama dan terus menerus bisa memicu stroke, serangan jantung, gagal jantung, dan merupakan penyebab utama gagal ginjal kronik (Purnomo, 2009).

Penderita hipertensi di Amerika, yang diobati sebanyak 59% dan yang terkontrol 34%, sedangkan di negara Eropa, penderita yang diobati hanya sebesar 27% dan dari jumlah tersebut, 70% tidak terkontrol. Penderita hipertensi di Indonesia, yang diperiksa di Puskesmas dilaporkan teratur sebanyak 22,8%, sedangkan tidak teratur sebanyak 77,2%. Dari pasien hipertensi dengan riwayat kontrol tidak teratur, tekanan darah yang belum terkontrol mencapai 91,7%, sedangkan yang mengaku kontrol teratur dalam tiga bulan terakhir malah dilaporkan 100% masih mengidap hipertensi (Kemenkes RI, 2012).

Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Nasional tahun 2013 prevalensi hipertensi pada penduduk berusia 18 tahun keatas mencapai 28%, dan akan lebih tinggi pada usia lanjut usia. Karena hipertensi dijuluki *the silent killer* atau “pembunuh diam-diam. Hipertensi tidak memberikan keluhan dan gejala yang khas sehingga banyak penderita tidak menyadarinya.

Pada tahun 2013 jumlah penduduk di Indonesia yang menderita hipertensi sebanyak 65 juta jiwa dari 252 penduduk. Prevalensinya 6-15% pada orang dewasa, 50% diantaranya tidak menyadari sebagai penderita hipertensi sehingga mereka cenderung untuk menjadi hipertensi berat karena tidak menghindari dan tidak mengetahui faktor risikonya, dan 90% merupakan hipertensi esensial (Riskesdas, 2013).

Dalam upaya penurunan tekanan darah dapat dilakukan dengan monitoring tekanan darah, mengatur gaya hidup dan obat anti hipertensi. Berkaitan dengan

pengaturan gaya hidup yaitu mengurangi asupan garam atau diet rendah garam. Penatalaksanaan hipertensi, diet rendah garam sangat diperlukan. Pembatasan asupan natrium berupa diet rendah garam merupakan salah satu terapi diet yang dilakukan untuk mengendalikan tekanan darah (Nuraini, 2016).

Diet merupakan salah satu cara untuk menurunkan hipertensi. Faktor makanan (kepatuhan diet) merupakan hal yang penting untuk diperhatikan pada penderita hipertensi. Penderita hipertensi sebaiknya patuh menjalankan diet hipertensi agar dapat mencegah terjadinya komplikasi yang lebih lanjut. Penderita hipertensi harus tetap menjalankan diet hipertensi setiap hari dengan ada atau tidaknya sakit dan gejala yang timbul. Hal ini dimaksudkan agar keadaan tekanan darah penderita hipertensi tetap stabil sehingga dapat terhindar dari penyakit hipertensi dan komplikasinya (Agrina, 2011).

Terapi dietetik bagi penderita hipertensi pembatasan jumlah cairan ataupun pemberian air minum lebih dari biasanya kepada penderita, ternyata tidak ada pengaruhnya pada tekanan darah. Diet rendah garam dianjurkan bagi penderita darah tinggi, akan tetapi ahli kedokteran yang masih meragukan efek diet rendah garam itu terhadap penurunan tekanan darah (Almamudah, 2014).

Untuk penderita hipertensi berat diet rendah garam yang disarankan adalah 200-400 mg Na/hari sedangkan untuk penderita hipertensi tidak terlalu berat diet rendah garam yang disarankan 600-800 mg Na/hari dan untuk penderita hipertensi ringan diet rendah garam yang disarankan adalah 1000-1200 mg Na/hari (Agrina, 2011).

Sebaiknya penderita hipertensi memiliki pengetahuan dan sikap mengenai diet rendah garam karena

tingkat pengetahuan dan sikap yang baik tentang diet hipertensi akan mempermudah terjadinya perubahan perilaku dengan mengontrol tekanan darah. Menurut Notoarmodjo (2010) menyatakan bahwa salah satu faktor penentu terjadinya perubahan perilaku kesehatan adalah faktor predisposisi (*predisposing factor*) yang didalamnya termasuk pengetahuan dan sikap mengenai diet hipertensi.

Menurut penelitian Saputri (2014), yang berjudul “ pengaruh pendidikan tentang hipertensi terhadap perubahan pengetahuan dan sikap di Desa Wironanggan Kecamatan Gatak Sukoharjo“ menyatakan bahwa terdapat pengaruh pendidikan tentang hipertensi terhadap perubahan pengetahuan dan sikap di Desa Wironanggan Kecamatan Gatak Sukoharjo. Dalam penelitian tersebut ada perubahan sikap setelah diberikan pendidikan tentang hipertensi. Hal ini dipengaruhi oleh faktor pemberian informasi dari petugas kesehatan yang bisa meningkatkan pengetahuan lansia itu sendiri sehingga lansia tersebut bisa merubah sikapnya dalam menjalankan diet hipertensi.

Berdasarkan hasil data awal yang didapatkan oleh peneliti yang dilakukan di Puskesmas Anggeraja Kabupaten Enrekang jumlah penderita hipertensi setiap tahunnya menduduki posisi kedua dan ketiga. Pada tahun 2015 jumlah penderita sebanyak 1.663 orang, tahun 2016 sebanyak 1.300 orang, dan tahun 2017 sebanyak 1.260 orang. Sedangkan untuk tahun 2018 pada bulan Januari sebanyak 135 orang dan di bulan Februari sebanyak 102 orang. Jadi ditahun terakhir ini, penyakit hipertensi masih masuk dalam 5 terbesar penyakit terbanyak diwilayah kerja Puskesmas Anggeraja Kabupaten Enrekang.

Berdasarkan uraian diatas menunjukkan bahwa pengetahuan dan sikap tentang diet rendah garam sangat penting, sehingga mendasari peneliti untuk melakukan penelitian tentang “ Hubungan pengetahuan dan sikap pada penderita hipertensi dengan kontrol diet rendah garam di Puskesmas Anggeraja Kabupaten Enrekang Tahun 2018”.

## **BAHAN DAN METODE**

### ***Lokasi dan Desain Penelitian***

Jenis Penelitian ini adalah kuantitatif dengan desain deskriptif analitik menggunakan pendekatan *cross sectional study*, yaitu ingin mengetahui hubungan antara satu variabel dengan variabel yang lain. Variabel yang dimaksud adalah variabel independen (pengetahuan dan sikap penderita hipertensi) dan variabel dependen (kontrol diet rendah garam). Penelitian ini dilaksanakan di wilayah kerja Puskesmas Anggeraja kabupaten Enrekang sebanyak 102 penderita pada Bulan Februari Tahun 2018.

### ***Populasi dan Sampel***

Populasi adalah keseluruhan unit analisis yang karakteristiknya akan diduga atau dianalisis (Sumantri, 2010). Populasi dalam penelitian ini adalah semua penderita hipertensi yang berada di wilayah kerja Puskesmas Anggeraja kabupaten Enrekang sebanyak 102 penderita pada Bulan Februari Tahun 2018.

### ***Analisa dan Penyajian Data***

1. Analisis Univariat : Analisis univariat dilakukan terhadap tiap variabel dari hasil penelitian. Penyajian hasil akan disajikan secara *deskriptif* dan menggunakan program komputers SPSS versi 16.

- Analisa Bivariat : Analisa bivariat adalah analisis yang menghubungkan dua variabel yaitu variabel bebas dan variabel terikat. Analisis bivariat dengan menggunakan *uji Chi Square* ( $X^2$ ) dengan menggunakan  $\alpha = 5\%$  dengan menggunakan program komputer SPSS versi 16.

**HASIL**

**Analisis Univariat**

**Tabel 1. Distribusi responden menurut pengetahuan responden di Puskesmas Anggeraja Kabupaten Enrekang**

No	Pengetahuan	Frekuensi	%
1	Baik	16	53,3
2	Kurang	14	46,7
<b>Total</b>		<b>30</b>	<b>100</b>

Tabel 1 dapat diketahui bahwa dari 30 responden menyatakan pengetahuan responden yang baik sebanyak 16 orang (53,3%), dan pengetahuan responden yang kurang sebanyak 14 orang (46,7%).

**Tabel 2. Distribusi responden menurut sikap responden di Puskesmas Anggeraja Kabupaten Enrekang**

No	Sikap	Frekuensi	%
1	Positif	17	56,7
2	Negatif	13	43,3
<b>Total</b>		<b>30</b>	<b>100</b>

Tabel 2 dapat diketahui bahwa dari 30 responden menyatakan sikap yang baik sebanyak 17 orang (56,7%), dan sikap yang kurang sebanyak 13 orang (43,3%).

**Tabel 3. Distribusi responden menurut cara kontrol diet rendah garam di Puskesmas Anggeraja Kabupaten Enrekang**

No	Diet Rendah Garam	Frekuensi	%
1	Terkontrol	12	40,0
2	Tidak Terkontrol	18	60,0
<b>Total</b>		<b>30</b>	<b>100</b>

Tabel 3 dapat diketahui bahwa dari 30 responden menyatakan yang mengontrol diet rendah garam sebanyak 12 orang (40,0%) dan yang tidak mengontrol garam sebanyak 18 orang (60,0%).

**Analisa Bivariat**

**Tabel 4. Hubungan pengetahuan dengan kontrol diet rendah garam di Puskesmas Anggeraja Kabupaten Enrekang**

Sikap	Kontrol Diet Rendah Garam				Total
	Terkontrol		Tidak Terkontrol		
	n	%	n	%	
Positif	11	36,7	7	26,3	18
Negatif	1	3,3	11	36,7	12
<b>Total</b>	<b>12</b>	<b>40,0</b>	<b>18</b>	<b>60,0</b>	<b>30</b>

P= 0,004

Tabel 4 dapat diketahui bahwa dari 30 responden menyatakan sikap yang positif sebanyak 18 orang (60,0%), dimana responden yang dapat mengontrol diet rendah garam sebanyak 11 orang dan tidak dapat mengontrol sebanyak 7 orang. Sedangkan sikap yang negatif sebanyak 12 orang (40,0%), dimana responden yang dapat mengontrol diet rendah garam sebanyak 1 orang dan tidak dapat mengontrol sebanyak 11 orang.

Setelah dilakukan uji statistik dengan *chi-square* diperoleh nilai  $p= 0,004$ , dengan demikian  $p < \alpha (0,05)$  sehingga  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima, dengan interpretasi “ Ada hubungan sikap dengan kontrol diet rendah garam di Puskesmas Anggeraja Kabupaten Enrekang Tahun 2018”.

**Tabel 5. Hubungan pengetahuan dengan kontrol diet rendah garam di Puskesmas Anggeraja Kabupaten Enrekang**

Pengetahuan	Kontrol Diet Rendah Garam				Total	
	Terkontrol		Tidak Terkontrol			
	n	%	n	%	n	%
Baik	10	33,3	6	20,0	16	53,3
Kurang	2	6,7	12	40,0	14	46,7
<b>Total</b>	<b>12</b>	<b>40,0</b>	<b>18</b>	<b>60,0</b>	<b>30</b>	<b>100</b>

P= 0,007

Tabel 5 dapat diketahui bahwa dari 30 responden menyatakan pengetahuan baik sebanyak 16 orang (53,3%), dimana responden yang dapat mengontrol diet rendah garam sebanyak 10 orang dan tidak dapat mengontrol sebanyak 6 orang. Sedangkan pengetahuan yang kurang sebanyak 14 orang (46,7%), dimana responden yang dapat mengontrol diet rendah garam sebanyak 2 orang dan tidak dapat mengontrol sebanyak 12 orang.

Setelah dilakukan uji statistik dengan *chi-square* diperoleh nilai  $p= 0,007$ , dengan demikian  $p < \alpha (0,05)$  sehingga  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima, dengan interpretasi “ Ada hubungan pengetahuan dengan kontrol diet rendah garam di Puskesmas Anggeraja Kabupaten Enrekang Tahun 2018”.

### PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, maka pembahasan mengenai tiap variabel yang diteliti dijelaskan sebagai berikut:

1. Hubungan pengetahuan dengan kontrol diet rendah garam pada penderita hipertensi. Pada hasil penelitian yang dilakukan menunjukkan bahwa pengetahuan responden yang baik sebanyak 16

orang (53,3%), dan pengetahuan responden yang kurang sebanyak 14 orang (46,7%). Sedangkan responden yang dapat mengontrol diet rendah garam sebanyak 12 orang (40,0%) dan yang tidak mengontrol garam sebanyak 18 orang (60,0%).

Dari hasil perhitungan uji statistik *chi-square* diperoleh nilai signifikansi 0,007 ( $p < \alpha(0,05)$ ). Menurut peneliti ada hubungan pengetahuan dengan diet rendah garam pada penderita hipertensi di Puskesmas Anggeraja Kabupaten Enrekang Tahun 2018. Jika pengetahuan responden tentang cara mengontrol diet rendah garam kurang maka cenderung mengkonsumsi makanan yang tinggi garam tanpa memperdulikan kesehatan tubuhnya, begitupun sebaliknya jika pengetahuan responden baik tentang cara mengontrol diet rendah garam maka responden akan mencegah atau menghindari makanan yang tinggi garam.

Pengetahuan merupakan hasil “tahu” dan ini terjadi setelah penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga. Pengetahuan merupakan domain penting untuk menentukan tindakan seseorang, karena dari pengalaman dan penelitian membuktikan bahwa perilaku didasari oleh pengetahuan (Wawan & Dewi 2011).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Ariska & Syahda (2017), bahwa adanya hubungan pengetahuan dengan kepatuhan diet rendah garam pasien hipertensi, terdapat beberapa responden yang patuh diet rendah garam, hal ini dapat di lihat dari 56 responden berpengetahuan rendah terdapat 7 orang yang patuh diet rendah garam, ini disebabkan karena responden menyadari bahwa pentingnya kesehatan itu. Beberapa responden memilih untuk memasak sendiri masakan yang hambar.

Sedangkan dari 22 responden yang berpengetahuan tinggi terdapat 10 responden yang tidak patuh diet rendah garam. Karena responden itu sudah mengalami hipertensi kronis, sehingga responden jenuh dengan penyakit hipertensi yang dideritanya, karena mereka beranggapan bahwa obat hipertensi bisa di konsumsi jika tensi mereka tinggi, dan beberapa responden sudah pasrah dengan dengan penyakitnya, maka dari itu beberapa responden enggan mengurangi makan makanan asin, seperti makanan kaleng, makanan yang diawetkan, dan menggunakan penyedap rasa. Sebaiknya pasien hipertensi memiliki pengetahuan mengenai diet rendah garam karena tingkat pengetahuan yang baik tentang diet hipertensi akan mempermudah terjadinya perubahan perilaku dengan mengontrol tekanan darah. Menurut Notoarmodjo (2010) menyatakan bahwa salah satu faktor penentu terjadinya perubahan perilaku kesehatan adalah faktor predisposisi (*predisposing factor*) yang didalamnya termasuk pengetahuan mengenai diet hipertensi. Pengetahuan baik seseorang terhadap objek baru dalam kehidupannya maka akan lahir sikap positif yang nantinya kedua komponen ini menghasilkan tindakan yang baru yang lebih baik. Dengan mendapatkan informasi yang benar, diharapkan penderita hipertensi mendapat bekal pengetahuan yang cukup untuk dapat melaksanakan pola hidup sehat dan dapat menurunkan resiko terjadi komplikasi (Sutrisno, 2013).

Selain itu, tingkat pendidikan dapat mempengaruhi kemampuan dan pengetahuan seseorang dalam menerapkan perilaku hidup sehat, terutama pada penanganan hipertensi. Semakin tinggi tingkat pendidikan maka semakin tinggi pula kemampuan seseorang dalam menjaga pola hidupnya

agar tetap sehat. Responden yang berpendidikan tinggi akan mudah menyerap informasi dan akan memiliki pengetahuan yang lebih baik daripada responden dengan tingkat pendidikan yang rendah. Dari hasil penelitian didapatkan tingkat pendidikan SMA sebanyak 19 orang (63,3%) dan lulusan perguruan tinggi sebanyak 5 orang (16,7%). Oleh karena masih ada beberapa responden yang pendidikannya rendah, maka paparan pengetahuan atau informasi mengenai diet setiap penyakitnya sangatlah penting.

## 2. Hubungan sikap dengan kontrol diet rendah garam pada penderita hipertensi

Pada hasil penelitian yang dilakukan menunjukkan bahwa sikap yang baik sebanyak 17 orang (56,7%), dan sikap yang kurang sebanyak 13 orang (43,3%). Sedangkan responden yang dapat mengontrol diet rendah garam sebanyak 12 orang (40,0%) dan yang tidak mengontrol garam sebanyak 18 orang (60,0%). Dari hasil perhitungan uji statistik *chi-square* diperoleh nilai signifikansi 0,004 ( $p < \alpha(0,05)$ ) dengan interpersi yaitu ada hubungan sikap dengan diet rendah garam pada penderita hipertensi di Puskesmas Anggeraja Kabupaten Enrekang Tahun 2018. Menurut peneliti selain pengetahuan, sikap juga mempengaruhi kebiasaan diet rendah garam pasien hipertensi. Jika memiliki sikap yang baik maka akan susah untuk terpengaruh melakukan kebiasaan yang mengkonsumsi tinggi garam karena sikap yang positif akan membentuk pribadi yang lebih baik.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Almamudah (2017) menunjukkan adanya pengaruh antara sikap terhadap perilaku melaksanakan diet rendah garam pada lansia penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas

Pucang Kota Surabaya. Sikap merupakan keyakinan yang positif atau negatif dari seseorang untuk menampilkan suatu perilaku tertentu. Niat merupakan indikasi seberapa kuat keyakinan seseorang akan mencoba suatu perilaku dan seberapa besar usaha yang akan digunakan untuk melakukan sebuah perilaku. Niat seseorang untuk menampilkan suatu perilaku tertentu, ketika ia menilainya secara positif. Sikap ditentukan oleh keyakinan individu mengenai konsekuensi dari menampilkan suatu perilaku dan evaluasi terhadap konsekuensi tersebut. Sikap menjadi faktor yang paling kuat, karena dengan sikap ingin sembuh dan keinginan untuk menjaga kondisi tubuh tetap sehat akan berpengaruh terhadap penderita untuk mengontrol diri dalam berperilaku sehat. Kemampuan penderita hipertensi agar tidak menjadikan penyakitnya semakin parah adalah menjaga perilaku pola makan yang salah satunya adalah melakukan diet rendah garam (Notoarmodjo 2010).

Modifikasi diet atau pengaturan diet sangat penting pada penderita hipertensi, tujuan utama dari pengaturan diet hipertensi adalah mengatur tentang makanan sehat yang dapat mengontrol tekanan darah tinggi dan mengurangi penyakit kardiovaskuler. Ada empat macam diet untuk mempertahankan keadaan tekanan darah, yakni: diet rendah garam, diet rendah kolesterol, lemak terbatas serta tinggi serat dan rendah kalori bila kelebihan berat badan. Dalam mengubah perilaku tersebut maka diperlukan sikap yang positif dalam mengatasi masalah yang berhubungan dengan penyakit hipertensi..

### KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Ada hubungan pengetahuan dengan diet rendah garam pada pasien hipertensi di Puskesmas Anggeraja Kabupaten Enrekang Tahun 2018, dimana diperoleh nilai  $P = 0,007$  yaitu  $p < \alpha (0,05)$ .
2. Ada hubungan sikap dengan diet rendah garam pada pasien hipertensi di Puskesmas Anggeraja Kabupaten Enrekang Tahun 2018, dimana diperoleh nilai  $P = 0,004$  yaitu  $p < \alpha (0,05)$ .

### SARAN

1. Bagi Institusi  
Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi kepada tenaga kesehatan dalam memberikan penanganan atau penyuluhan tentang diet rendah garam pada pasien hipertensi.
2. Bagi Ilmiah  
Penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan referensi untuk meningkatkan pengetahuan terhadap kepatuhan diet rendah garam pasien hipertensi sehingga dapat diterapkan dalam pembelajaran.
3. Bagi Praktisi  
Penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan rujukan oleh peneliti selanjutnya dalam mengembangkan variabel lain yang berhubungan dengan diet rendah garam serta penelitian ini bisa membantu dan menjadi bahan pertimbangan untuk mahasiswa/peneliti selanjutnya dalam mengembangkan atau lebih memperbaiki kemampuan menulisnya.

### DAFTAR PUSTAKA

- Almamudah. (2017). *Perilaku Diet Rendah Garam Berbasis Theory Of Planned Behavior pada Lansia Hipertensi*.  
<https://media.neliti.com/media/publications/118035-ID-none.pdf>

- Ariska & Syahda. (2017). *Hubungan Pengetahuan Dengan Kepatuhan Diet Rendah Garam Pasien Hipertensi*. E-Journal Keperawatan Vol. 5
- Agrina. (2011). *Kepatuhan Lansia Penderita Hipertensi dalam Pemenuhan Diet Hipertensi*, Vol 6.
- Almamudah. (2014). *Peningkatan Perilaku Diet Rendah Garam Berbasis Theory Of Planned Behavior (Tpb) Pada Lansia Penderita Hipertensi*.
- Budiman & Riyanto. (2013). *Kapita Selekta Kuesioner*. Salemba Medika : Jakarta.
- Burhanuddin. N. (2016). *Hubungan Mutu Pelayanan Kesehatan dengan Kepuasan Pasien*. Jurnal MKMI. Vol. 12 No.1.
- Dalimartha, S. (2008). *Atlas Tumbuhan Obat Indonesia*. Jilid 3. Jakarta: Perpustakaan Nasional RI.
- Hermanto D. (2013). *Persepsi Mutu Layanan dalam Kaitannya dengan Kepuasan Pasien Rawat Inap Kebidanan RSUD Dr. H. Soemarno Sosroatmodjo Bulungan Kalimantan Timur*. Jurnal Penelitian Kesehatan Suara Forikes.
- Kementrian Kesehatan RI. (2012). *Hipertensi*. Jakarta Selatan: Pusat Data Dan Informasi Kementrian Kesehatan RI.
- Muttaqin, A. (2012). *Pengantar Asuhan Keperawatan Klien Dengan Gangguan Sistem Kardiovaskuler*. Selemba Medika: Jakarta.
- Ningrum R, M. (2014). *Hubungan Mutu Pelayanan Kesehatan BPJS terhadap Kepuasan Pasien di Poliklinik THT Rumkital dr. Ramelan Surabaya*. Jurnal Berkala Keperawatan.
- Nuraini D.N. (2016). *Diet sehat dengan terapi garam*. Yogyakarta: Gosyen publishing.
- Notoatmodjo S. (2010). *Kesehatan masyarakat ilmu dan seni*. Jakarta: Rineka Cipta
- Notoatmodjo. S. (2010). *Promosi Kesehatan Teori & Aplikasi*. Rineka Cipta : Jakarta.
- Poter & Perry. (2010). *Fundamental Keperawatan*. EGC. Jakarta.
- Purnamasari. W.I. (2016). *Pengaruh Mutu Pelayanan Kesehatan BPJS Terhadap Kepuasan Pasien di Klinik Penyakit Dalam RSUD Sunan Kalijaga Demak*.
- Purnomo, H. (2009). *Pencegahan dan Pengobatan Penyakit yang Paling Mematikan*. Buana Pustaka, Yogyakarta
- Riskesdas. (2013). *Masalah Hipertensi Di Indonesia*. Jakarta: Kementrian Kesehatan RI.
- Saputri. Y.I. (2014). *Pengaruh Pendidikan Tentang Hipertensi Terhadap Perubahan Pengetahaun Dan Sikap Di Desa Wironanggan Kecamatan Gatak Sukoharjo*. <http://eprints.ums.ac.id/38802/22/NASKAH%20PUBLIKASI.pdf>.
- Susilo, Y & Wulandari, A. (2011). *Cara Jitu Mengatasi Hipertensi*. Andi: Yogyakarta.
- Syamsuddin. (2011). *Buku Ajar Farmakoterapi Kardiovaskuler Dan Renal*. Selemba Medika: Jakarta.
- Udjianti, W.J. (2013). *Keperawatan Kardiovaskuler*. Selemba Medika: Jakarta.
- Wawan dan Dewi M. (2011). *Teori dan Pengukuran Pengetahuan, Sikap dan Perilaku Manusia*. Yogyakarta: Nuha Medika