

Universitas Ngudi Waluyo
Program Studi S1 Keperawatan
Fakultas Kesehatan
Skripsi, 2025
Siti Khoirunnisa'
011221094

HUBUNGAN PENGETAHUAN TENTANG HIPERTENSI DENGAN PERILAKU DIET RENDAH GARAM PADA LANSIA DI DESA LEREP ABSTRAK

Latar Belakang : Hipertensi merupakan penyakit tidak menular yang banyak dialami oleh lansia dan sering disebut sebagai *silent killer* karena sering tidak menimbulkan gejala. Salah satu upaya pengendalian hipertensi adalah penerapan diet rendah garam. Tingkat pengetahuan lansia tentang hipertensi diduga berperan dalam membentuk perilaku diet rendah garam.

Tujuan : Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara pengetahuan tentang hipertensi dengan perilaku diet rendah garam pada lansia di Desa Lerep.

Metode : Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi penelitian adalah seluruh lansia penderita hipertensi di Desa Lerep sebanyak 142 orang. Sampel berjumlah 105 responden yang diambil menggunakan teknik *proportional random sampling*. Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner pengetahuan tentang hipertensi dan kuesioner perilaku diet rendah garam. Analisis data menggunakan uji Spearman Rho.

Hasil : Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki tingkat pengetahuan dalam kategori sedang dan perilaku diet rendah garam dalam kategori cukup. Hasil uji Spearman Rho diperoleh nilai p value sebesar 0,000 ($p < 0,05$) dan nilai koefisien korelasi (r) sebesar 0,452, yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan tentang hipertensi dengan perilaku diet rendah garam pada lansia di Desa Lerep dengan kekuatan hubungan sedang dan arah positif.

Kesimpulan : Terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan tentang hipertensi dengan perilaku diet rendah garam pada lansia di Desa Lerep. Semakin baik pengetahuan lansia, semakin baik pula perilaku diet rendah garam yang diterapkan.

Saran : Diharapkan tenaga kesehatan dapat meningkatkan edukasi kesehatan mengenai hipertensi dan diet rendah garam secara berkelanjutan guna meningkatkan kepatuhan diet dan mencegah komplikasi hipertensi.

Kata Kunci : *Pengetahuan, Hipertensi, Diet Rendah Garam, Lansia*

Ngudi Waluyo University
Bachelor of Nursing, Faculty of Health
Final Project, January 2025
Siti Khoirunnisa'
011221094

HUBUNGAN PENGETAHUAN TENTANG HIPERTENSI DENGAN PERILAKU DIET RENDAH GARAM PADA LANSIA DI DESA LEREP

ABSTRACT

Background: Hypertension is a non-communicable disease commonly experienced by the elderly and is often referred to as a silent killer because it frequently presents without symptoms. One of the efforts to control hypertension is the implementation of a low-salt diet. The level of knowledge about hypertension is assumed to play an important role in shaping the elderly's behavior in following a low-salt diet.

Objective: This study aimed to determine the relationship between knowledge about hypertension and low-salt diet behavior among the elderly in Lerep Village.

Method: This study used a quantitative design with a cross-sectional approach. The population consisted of 142 elderly individuals with hypertension in Lerep Village. A total of 105 respondents were selected using proportional random sampling. Data were collected using questionnaires on hypertension knowledge and low-salt diet behavior. Data analysis was conducted using the Spearman Rho correlation test.

Results: The results showed that most respondents had a moderate level of knowledge about hypertension and a fair level of adherence to a low-salt diet. The Spearman's rho test revealed a statistically significant relationship between knowledge of hypertension and low-salt dietary behavior among the elderly in Lerep Village ($p = 0.000$; $r = 0.452$). The correlation coefficient indicates a moderate positive relationship, meaning that higher knowledge levels are associated with better low-salt dietary behavior.

Conclusion: There is a significant relationship between knowledge about hypertension and low-salt diet behavior among the elderly in Lerep Village. Better knowledge is associated with better adherence to a low-salt diet.

Recommendation: Continuous health education regarding hypertension and low-salt diet is recommended to improve dietary adherence and prevent hypertension complications.

Keywords: Knowledge, Hypertension, Low-Salt Diet, Elderly

