

KARYA TULIS ILMIAH

**GAMBARAN PENERAPAN DIIT RENDAH GARAM PADA PENDERITA
HIPERTENSI DI PUSKESMAS KREMBANGAN SELATAN
SURABAYA**



OLEH :

BRIAN SISKA WAHYUTRIYANTI
P27820316049

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN KESEHATAN SURABAYA
JURUSAN KEPERAWATAN
PRODI DIII KEPERAWATAN KAMPUS SUTOPO SURABAYA
2019**

KARYA TULIS ILMIAH

**GAMBARAN PENERAPAN DIIT RENDAH GARAM PADA PENDERITA
HIPERTENSI DI PUSKESMAS KREMBANGAN SELATAN
SURABAYA**

Untuk Memperoleh Gelar Ahli Madya Keperawatan Amd. Kep
Pada Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Surabaya



OLEH :

BRIAN SISKA WAHYUTRIYANTI
P27820316049

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN KESEHATAN SURABAYA
JURUSAN KEPERAWATAN
PRODI DIII KEPERAWATAN KAMPUS SUTOPO SURABAYA
2019**

LEMBAR PERNYATAAN

Saya menyatakan bahwa Karya Tulis Ilmiah ini adalah hasil karya saya sendiri dan bukan merupakan jiplakan atau tiruan dari orang lain untuk memperoleh gelar Ahli Madya Keperawatan (Amd. Kep) pada jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Surabaya Prodi DIII Keperawatan Kampus Sutopo Surabaya.

Surabaya, Mei 2019

Yang menyatakan

BRIAN SISKAWAHYUTRIYANTI

LEMBAR PERSETUJUAN

Karya Tulis Ilmiah dengan Judul :

GAMBARAN PENERAPAN DIIT RENDAH GARAM PADA PENDERITA HIPERTENSI DI PUSKESMAS KREMBANGAN SELATAN SURABAYA.

Disusunoleh : **BRIAN SISKAWAHYUTRIYANTI / NIM. P27820316049**

Telah Disetujui Untuk Diajukan dan Dipertahankan Dihadapan Tim Penguji Karya Tulis Ilmiah Program Studi DIII Keperawatan Kampus Sutopo Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Surabaya, Dalam Rangka Penyusunan Karya Tulis Ilmiah.

Surabaya, Mei 2019

Pembimbing I

Nikmatul Fadilah, S.Kep.Ns.M.Kep
NIP. 19770301 200212 2 003

Pembimbing II

Bambang Heriyanto, S.Kep.Ns.M.Kes
NIP. 19740811 199803 1 001

Mengetahui,
Kaprodidi III Keperawatan Kampus Sutopo
Surabaya

Dr. Siti Nur Kholifah, M.Kep, Sp.Kom
NIP. 19730310 199703 2 002

LEMBAR PENGESAHAN

Karya Tulis Ilmiah

GAMBARAN PENERAPAN DIIT RENDAH GARAM PADA PENDERITA HIPERTENSI DI PUSKESMAS KREMBANGAN SELATAN SURABAYA

Telah dipertahankan dihadapan Tim Penguji Karya Tulis Ilmiah Kementrian Kesehatan Republik Indonesia Poltekkes Kemenkes Surabaya Jurusan Keperawatan Prodi DIII Keperawatan Kampus Sutopo Surabaya

Pada tanggal : Mei 2019

Ketua :

1. Baiq Dewi Harnani R, SST.M.Kes
NIP. 19741025 200212 2 002

Anggota I :

2. Bambang Heriyanto, S.Kep.Ns.M.Kes
NIP. 19740811 199803 1 001

Anggota II :

3. Nikmatul Fadilah, S.Kep.Ns.M.Kep
NIP. 19770301 200212 2 003

Mengetahui
Kaprosdi DIII Keperawatan Kampus Sutopo
Surabaya

Dr. Siti Nur Kholifah, M.Kep, Sp.Kom
NIP. 19730310 199703 2 002

KATA PENGANTAR

Puji syukur atas kehadiran Allah SWT atas limpahan rahmat dan hidayah-Nya, sehingga penyusun dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah dengan judul “Gambaran Penerapan Diet Rendah Garam Pada Penderita Hipertensi Di Puskesmas Krembangan Selatan Surabaya”.

Dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini, penyusun mendapatkan pengarahan, bimbingan, saran serta kritik yang membangun dari berbagai pihak. Oleh karena itu pada kesempatan ini penyusun ingin menyampaikan ucapan terima kasih dan penghargaan yang setinggi - tingginya kepada :

1. Drg. Bambang Hadi Sugito, M.Kes., selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Surabaya yang telah memberikan kesempatan kepada penyusun untuk mengikuti pendidikan di Prodi DIII Keperawatan Kampus Sutopo Surabaya.
2. Dr. Supriyanto, SKp., M.Kes selaku Ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Surabaya.
3. Dr. Siti Nur Kholifah, M.Kep., Sp.Kom selaku Ketua Prodi DIII Keperawatan Kampus Sutopo Surabaya.
4. Nikmatul Fadilah, S.kep.Ns.M.Kep. selaku Pembimbing I yang telah memberikan bimbingan, saran dan petunjuk.
5. Bambang Heriyanto, S.kep.Ns.M.Kes selaku Pendamping Pembimbing II, yang telah memberikan bimbingan, saran dan petunjuk.
6. Baiq Dewi Harnani R.SST, M.Kes selaku ketua penguji yang telah memberikan bimbingan, saran dan petunjuk.

7. Semua dosen dan staf Prodi DIII Keperawatan Kampus Sutopo Surabaya selaku dosen pengajar perkuliahan.
8. Ibu Siti Halimah selaku orang tua dan Panji Widya Anggara sebagai kakak sekaligus saudara kandung satu-satunya yang saya sayangi, serta keluarga yang selalu memberikan dorongan semangat, materi dan perhatian dengan tulus serta mendoakan setiap hari dan setiap waktu agar dipermudahkannya dalam mengerjakan Karya Tulis Ilmiah.
9. Rekan-rekan mahasiswa Prodi DIII Keperawatan Kampus Sutopo Surabaya angkatan 2016 yang turut serta membantu baik pikiran, masukan demi terselesainya Karya Tulis Ilmiah ini.

Penyusun menyadari bahwa Karya Tulis Ilmiah ini masih jauh dari sempurna, oleh karena itu saran dan kritik yang membangun senantiasa penyusun harapkan. Semoga Karya Tulis Ilmiah ini dapat bermanfaat dan berguna bagi penyusun dan para pembaca.

Surabaya, Mei 2019

Penyusun

Abstrak

Gambaran Penerapan Diit Rendah Garam Pada Penderita Hipertensi di Puskesmas Krebangan Selatan Surabaya

Hipertensi menjadi salah satu faktor resiko berbagai penyakit degenerative antara lain, penyakit jantung koroner, stroke dan penyakit pembuluh darah lainnya. Salah satu faktor resiko yang dapat meningkatkan hipertensi salah satunya adalah pola hidup yang kurang baik seperti merokok, konsumsi garam yang berlebih pada makanan dan kurang olahraga. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui penerapan pola makan diit rendah garam pada penderita hipertensi di Puskesmas Krebangan Selatan Surabaya. Jenis penelitian ini dengan metode deskriptif. Jumlah sample sebanyak 20 orang yaitu pasien hipertensi yang berkunjung di Puskesmas Krebangan Selatan Surabaya pada tanggal 25 – 31 Maret 2019. Hasil penelitian dengan tabulasi dapat diketahui yaitu dari 20 responden, sebanyak 1 responden menerapkan pola makan diit rendah garam dengan baik, 17 responden menerapkan diit dengan kategori cukup, dan 2 orang responden menerapkan diit dengan kategori kurang. Kesimpulan yang didapat bahwa jumlah terbanyak penderita hipertensi yang berkunjung di Puskesmas Krebangan Selatan Surabaya menerapkan pola makan diit rendah garam pada kategori cukup.

Kata Kunci : Hipertensi, Diet Rendah Garam

Abstract

Overview of Low diet of salt among the hypertension patients at Krembangan Selatan Community Health Center Surabaya

Hypertension is one of the risk factors of degenerative diseases, including heart coroner disease, stroke, and various blood vessel diseases. Unhealthy lifestyle such as smoking habits, salt intake dan poor physical exercises is among the contributing factors of hypertension. This study aims to overview the low diet of salt among hypertension patients at Krembangan Selatan Community Health Center. It is a descriptive study. The total of 20 patients visiting the health center was recruited during 25-31 March 2019. The review summarises that only one respondent practices adequate low diet of salt, 17 respondents are at a moderate level, and two respondents have a poor intake of the low diet of salt.

Keywords: Hypertension, low diet salt

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN SAMPUL DEPAN	i
HALAMAN SAMPUL DALAM	ii
LEMBAR PERNYATAAN	iii
HALAMAN PERSETUJUAN	iv
HALAMAN PENGESAHAN	v
KATA PENGANTAR	vi
ABSTRAK.....	viii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB I : PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang.....	4
B. Rumusan Masalah.....	4
C. Tujuan	4
D. Manfaat Penelitian	4
BAB II : LANDASAN TEORI	5
A. Landasanteori	5
1. Diit Rendah Garam Hipertensi	5
2. Hipertensi	8
B. Kerangka Konsep.....	14
BAB III : DESAIN PENELITIAN	16
A. Desain Penelitian	16
B. Populasi dan Sampel.....	16
C. Identifikasi Variabel	17
D. Definisi Operasional	18
E. Teknik Pengumpulan Data	18
F. Analisa Data	21
G. Etika Penelitian.....	21
H. Waktu dan Tempat Penelitian.....	22
I. Jadwal Kegiatan Penelitian.....	22
BAB IV : HASIL PENELITIAN	23
A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian	23
B. Data Umum	24
C. Data Khusus	25
BAB V : PEMBAHASAN	26
Pembahasan	26
BAB VI : KESIMPULAN DAN SARAN	30
A. Kesimpulan	30
B. Saran	30
DAFTAR PUSTAKA	32
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Klasifikasi Tekanan Darah Dewasa	9
Tabel 3.1 Definisi Operasional Gambaran Penerapan Diet Rendah Garam Pada Penderita Hipertensi Di Puskesmas Krebangan Selatan Surabaya	19
Tabel 3.2 Kisi-Kisi Kuisioner Penerapan Diet Rendah Garam	19
Tabel 3.3 Jadwal Kegiatan Penelitian	22
Tabel 4.1 Distribusi responden berdasarkan jenis kelamin di Puskesmas Krebangan Selatan Surabaya	24
Tabel 4.2 Distribusi responden berdasarkan usia di Puskesmas Krebangan Selatan Surabaya	25
Tabel 4.3 Penerapan Diet Rendah Garam responden di Puskesmas Krebangan Selatan Surabaya	26

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Konsep penelitian Gambaran penerapan Diit rendah garam pada penderita hipertensi	14
---	----

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Permohonan menjadi responden.....	34
Lampiran 2 Lembar Pernyataan Bersedia Menjadi Responden.....	35
Lampiran 3 Kuesioner Penerapan Diit Rendah Garam.....	36
Lampiran 4 Scoring kuesioner	37
Lampiran 5 Permohonan Ijin Penelitian	38
Lampiran 6 Rekomendasi Penelitian BANKESBANPOL	39
Lampiran 7 Surat Ijin Survei/Penelitian DINKES Kota Surabaya	40
Lampiran 8 Surat Keterangan Melakukan Survey/Penelitian.....	41
Lampiran 9 Tabulasi Frekuensi Penerapan Diit Rendah garam.....	42
Lampiran 10 Tabulasi Data Responden.....	43