

LAPORAN PENELITIAN

**HUBUNGAN DUKUNGAN KELUARGA TERHADAP KEPATUHAN
DIET RENDAH GARAM PADA LANSIA PENDERITA HIPERTENSI
DI PUSKESMAS NGAGLIK 1 SLEMAN YOGYAKARTA**



Disusun Oleh :

MARIETTA MEGA PUSPITA

202123028

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM SARJANA
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN PANTI RAPIH
YOGYAKARTA**

2025

LAPORAN PENELITIAN

**HUBUNGAN DUKUNGAN KELUARGA TERHADAP KEPATUHAN
DIET RENDAH GARAM PADA LANSIA PENDERITA HIPERTENSI
DI PUSKESMAS NGAGLIK 1 SLEMAN YOGYAKARTA**



MARIETTA MEGA PUSPITA

202123028

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM SARJANA
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN PANTI RAPIH**

YOGYAKARTA

2025

LAPORAN PENELITIAN
HUBUNGAN DUKUNGAN KELUARGA TERHADAP KEPATUHAN DIET RENDAH
GARAM PADA LANSIA PENDERITA HIPERTENSI
DI PUSKESMAS NGAGLIK 1 SLEMAN YOGYAKARTA

Disusun Oleh:

Marietta Mega Puspita

NIM 202123028

Laporan Penelitian ini Telah Diperiksa, Disetujui dan Dipertahankan dihadapan Tim Penguji

Tugas Akhir Mahasiswa STIKes Panti Rapih Yogyakarta

Yogyakarta, 20 Agustus 2025

Pembimbing I,



Theresia Tatik Pujiastuti, Ns., M.Kep
NIK 200050001

Pembimbing II,



Arimbi Karunia Estri, Ns., M.Kep
NIK 201250003

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Marietta Mega Puspita

NPM : 202123028

Dengan ini menyatakan dengan sesungguhnya bahwa study kasus dengan judul;

**“Hubungan Dukungan Keluarga Terhadap Kepatuhan Diet Rendah Garam
Pada Lansia Penderita Hipertensi
Di Puskesmas Ngaglik 1 Sleman Yogyakarta”**

Yang telah saya laksanakan selama 5 bulan dari tanggal 13 Maret 2025 sampai 15 Agustus 2025, seluruhnya merupakan hasil karya sendiri.

Adapun terhadap bagian-bagian tertentu dalam penulisan hasil penelitian yang saya kutip secara langsung maupun tidak langsung dari hasil karya orang/pihak lain telah saya tuliskan sumbernya secara jelas sesuai dengan norma, kaidah dan etika penulisan karya ilmiah.

Apabila dikemudian hari ternyata ditemukan seluruh atau sebagian penulisan hasil penelitian ini terbukti bukan karya sendiri atau terdapat indikasi adanya plagiat, maka saya bersedia menerima sanksi moral, sanksi administratif serta dituntut ganti rugi dan atau pidana sesuai dengan ketentuan perundang-undangan yang berlaku.

Pernyataan keaslian penelitian ini saya buat dengan sebenarnya, tanpa tekanan dari siapapun dan atau dari pihak manapun.

Yogyakarta, 15 Agustus 2025

Yang membuat pernyataan,



Marietta Mega Puspita

SKRIPSI
HUBUNGAN DUKUNGAN KELUARGA TERHADAP KEPATUHAN DIET RENDAH
GARAM PADA LANSIA PENDERITA HIPERTENSI
DI PUSKESMAS NGAGLIK 1 SLEMAN YOGYAKARTA

Disusun Oleh :
Marietta Mega Puspita
202123028

Telah dipertahankan dan diuji didepan dewan penguji Skripsi STIKes Panti Rapih Untuk
memenuhi Tugas Akhir Mahasiswa Prodi Sarjana Keperawatan
Pada Tanggal 15 Agustus 2025

Mengesahkan,
Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Panti Rapih Yogyakarta



Penguji:

Ketua : M.I. Ekatrina Wijayanti, Ns., MSN

.....

Anggota : 1. Theresia Tatik Pujiastuti, Ns., M.Kep

.....

2. Arimbi Karunia Estri, Ns., M.Kep

.....

HALAMAN MOTTO

*“Hidup bukan saling mendahului
Bermimpilah sendiri-sendiri”*

(Hindia- Besok mungkin kita sampai)

*"Serahkanlah segala kekuatiranmu kepada-Nya,
sebab Ia yang memelihara kamu."*

(Petrus 5:7)

HALAMAN PERSEMBAHAN

Puji dan syukur penulis mengucapkan kepada Tuhan Yesus Kristus yang selalu menyertai penulis disetiap prosesnya, sehingga penulis mampu menyelesaikan laporan penelitian yang berjudul “Hubungan Dukungan Keluarga Terhadap Kepatuhan Diet Rendah Garam Pada Lansia Penderita Hipertensi Di Puskesmas Ngaglik 1 Sleman Yogyakarta”. Selama proses penulisan laporan ini penulis mendapatkan dukungan serta bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada:

1. Tuhan Yesus Kristus selalu menyertai dan memberkati setiap proses penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan laporan ini.
2. Fransiscus Xaverius Songo Trianto, Ayah dari penulis yang selalu memberikan semangat tanpa henti di setiap hari-hari penulis. Sosok yang selalu menjadi teladan dalam bekerja keras. Terima kasih atas doa yang tak pernah putus, semangat yang selalu diberikan dalam setiap langkah dan pengorbananmu untuk penulis.
3. Paulina Martiana Ekajanti, Ibu dari penulis. Sosok perempuan yang sangat luar biasa penuh kesabaran, kasih dan tulus setiap pengorbanannya. Terima kasih atas nasihat yang selalu diberikan, terima kasih atas semangat yang selalu diberikan untuk penulis, terima kasih atas doa-doa yang tak pernah putus.
4. Cathrine Nanda Atika, Kakak dari penulis yang selalu ada dalam suka maupun duka. Terima Kasih atas dukungan dan motivasi yang terus menguatkan penulis.
5. Putri, Olga dan Meysha, sahabat penulis di kuliah yang telah menjadi bagian dari perjalanan ini. Kalian lebih dari sekedar teman. Terima kasih atas tawa, suka, duka yang pernah kita lalui bersama. Kehadiran kalian membuat hari-hari penuh tugas dan tekanan terasa lebih ringan. Terima kasih atas bahu-bahu kalian yang selalu siap menampung keluh kesah penulis. Terima kasih juga untuk semangat yang kalian berikan.
6. Aloisius Tegar Primantara, kekasih dari penulis. Terima kasih atas kesabaran, pengertian, semangat, dan cinta yang tak pernah pudar. Terima

kasih sudah mau mendengarkan keluh kesah penulis. Walaupun terpisah oleh jarak, kehadiranmu terasa nyata dalam setiap dukungan dan doa yang diberikan.

7. Kania Putri Handayani, Sahabat rumah dari penulis. Terima kasih atas semangat dan dukungan yang diberikan. Terima kasih sudah menjadi bagian dari perjalanan hidup penulis.

INTISARI

Nama	:	Marietta Mega Puspita
NIM	:	202123028
Judul	:	Hubungan Dukungan Keluarga Terhadap Kepatuhan Diet Rendah Garam Pada Lansia Penderita Hipertensi Di Puskesmas Ngaglik 1 Sleman Yogyakarta
Tanggal Ujian	:	15 Agustus 2025
Pembimbing	:	1. Th. Tatik Pujiastuti, Ns., M.Kep 2. Arimbi Karunia Estri, Ns., M.Kep
Jumlah Pustaka	:	107
Jumlah Halaman	:	123

Hipertensi merupakan penyakit kronis yang menjadi penyebab kematian terbanyak dan sering disebut sebagai *silent killer* karena tidak menunjukkan gejala namun berisiko tinggi menimbulkan komplikasi. Salah satu cara mengendalikan hipertensi adalah melalui diet rendah garam. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan dukungan keluarga terhadap kepatuhan diet rendah garam pada lansia penderita hipertensi di Puskesmas Ngaglik 1 Sleman Yogyakarta. Desain penelitian ini adalah kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional* melibatkan 68 responden yang diambil secara *accidental sampling*. Adapun instrument pengumpulan data dukungan keluarga dan kepatuhan diet rendah garam menggunakan kuesioner. Analisis data penelitian ini menggunakan uji korelasi Spearman. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar lansia berusia 60–74 tahun (kategori lansia lanjut usia), mayoritas berjenis kelamin perempuan, dengan lama menderita hipertensi kurang dari 5 tahun. Sebagian besar responden rutin minum obat antihipertensi dan memiliki riwayat kontrol kesehatan dalam 3 bulan terakhir. Hasil penelitian menunjukkan bahwa secara statistik tidak ada hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga dengan kepatuhan diet rendah garam dengan $p\text{ value } 0,327 > 0,05$. Kesimpulan penelitian ini adalah bahwa dukungan keluarga tidak mempunyai hubungan dengan kepatuhan diet rendah garam. Mengingat pentingnya peran keluarga dalam pengelolaan hipertensi, maka meskipun secara statistik tidak ada hubungan antara dukungan keluarga dengan kepatuhan diet rendah garam, peneliti menyarankan edukasi diet rendah garam kepada lansia tetap dilakukan dengan tidak hanya melalui keluarga namun melibatkan layanan primer seperti puskesmas dan tenaga kesehatan.

Kata Kunci: *Diet rendah garam, dukungan keluarga, hipertensi, kepatuhan diet, lansia*

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur atas rahmat Tuhan Yang Maha Esa, karena atas rahmat-Nya, peneliti telah menyelesaikan seluruh penyusunan laporan penelitian “Hubungan Dukungan Keluarga terhadap Kepatuhan Diet Rendah Garam pada Lansia Penderita Hipertensi di Puskesmas Ngaglik 1 Sleman Yogyakarta” dengan baik.

Penyusunan laporan penelitian ini disusun sedemikian rupa dengan tujuan memenuhi tugas akhir Prodi Keperawatan Program Sarjana. Kami berharap dalam penyusunan laporan ini, mampu memberikan manfaat yang baik bagi pembaca serta menambah wawasan ilmu mengenai hubungan dukungan keluarga terhadap kepatuhan diet rendah garam pada lansia penderita hipertensi.

Peneliti mengucapkan terimakasih kepada :

1. Ibu Yulia Wardani, MAN, selaku Ketua STIKes Panti Rapih Yogyakarta.
2. Ibu MI. Ekatrina Wijayanti, MSN, selaku Kaprodi Program Studi Keperawatan Program Sarjana
3. Ibu Th. Tatik Pujiastuti, Ns., M.Kep dan Arimbi Karunia Estri, Ns., M.Kep sehingga seluruh rangkaian penyusunan laporan ini dapat terselesaikan dengan lancar.
4. Ibu Febri selaku perawat di Puskesmas Ngaglik 1 Yogyakarta yang telah bersedia membantu penelitian ini berlangsung.
5. Responden Puskesmas Ngaglik 1 Yogyakarta yang telah bersedia berpartisipasi untuk membantu penelitian ini berlangsung dengan baik.

Akhir kata saya menyadari bahwa laporan ini masih terdapat banyak kekurangan dan jauh dari kata sempurna. Oleh sebab itu saya mengharapkan adanya kritik dan saran yang membangun demi terwujudnya harapan akan perbaikan kemajuan penyusunan laporan ini.

Yogyakarta, 13 Maret 2025

Marietta Mega Puspita