

**HUBUNGAN DIET RENDAH GARAM DAN KEPATUHAN MINUM
OBAT DENGAN PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA
PENDERITA HIPERTENSI RAWAT JALAN DI POLI
PENYAKIT DALAM**

Jukarnain¹ Nelly Nugrawati²

Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Islam Makassar

Email: jukarnain@gmail.com nellynugrawati@gmail.com

ABSTRAK

Tujuan : Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan diet rendah garam dan kepatuhan minum obat dengan penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi rawat jalan Rumah Sakit Bhayangkara Makassar. **Metode:** yang digunakan pada penelitian ini adalah kuantitatif dengan pendekatan Cross Sectional populasi dan sampel dalam penelitian ini adalah semua pasien rawat jalan di poli penyakit dalam Rumah Sakit Bhayangkara Makassar pada september-oktober 2018. **Hasil:** Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan diet rendah garam dengan penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi (0,001), ada hubungan kepatuhan minum obat dengan penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi (0,003). **Simpulan:** Ada hubungan diet rendah garam dan kepatuhan minum obat dengan penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi. **Saran:** untuk peneliti selanjutnya diharapkan melalui penelitian ini dapat memperoleh informasi yang dapat mendukung penelitian selanjutnya serta diharapkan dapat mengangkat hal-hal baru yang berkaitan dengan penyakit hipertensi yang belum dapat diangkat dalam penelitian ini

Kata Kunci : Diet Rendah Garam, Kepatuhan Minum Obat, Rawat Jalan

ABSTRACT

Objective: The purpose of this study was to determine the relationship between a low-salt diet and medication adherence with a decrease in blood pressure in outpatient hypertension patients at Bhayangkara Hospital Makassar. **Methods:** used in this study was quantitative with a population cross sectional approach and the samples in this study were all outpatients at the internal medicine clinic at Bhayangkara Hospital Makassar in September-October 2018. **Results:** The results showed that there was a relationship between low salt diet and decrease in blood pressure in patients with hypertension (0.001), there is a relationship between adherence to medication and a decrease in blood pressure in patients with hypertension (0.003). **Conclusion:** There is a relationship between a low salt diet and medication adherence with a decrease in blood pressure in patients with hypertension. **Suggestion:** for further researchers, it is hoped that through this research they can obtain information that can support further research and are expected to be able to raise new things related to hypertension that have not been raised in this study.

Keywords: Low Salt Diet, Medication Compliance, Outpatient

PENDAHULUAN

Tekanan darah merupakan daya dorong kesemua arah pada seluruh permukaan yang tertutup yaitu pada dinding bagian dalam jantung dan pembuluh darah (Sloane, 2013). Tekanan darah merupakan faktor yang sangat penting pada sistem sirkulasi. Peningkatan atau penurunan tekanan darah akan mempengaruhi homeostatis didalam tubuh manusia (Syaiffudin, 2013).

Tekanan darah normal untuk orang dewasa dengan kondisi tubuh sehat memiliki tekanan darah normal 120/80 mmHg. Angka 120 menunjukkan tingkat tekanan ketika jantung memompa darah keseluruh tubuh atau biasa di sebut dengan sistolik. Sedangkan angka 80 menunjukkan tingkat tekanan saat jantung

beristirahat sejenak sebelum kembali memompa lagi atau kerap disebut tekanan diastolik (Anggara dkk, 2013).

Salah satu faktor yang memiliki hubungan erat dengan terjadinya hipertensi adalah asupan garam. Asupan garam (natrium) yang di rekomendasikan adalah kurang 2300 mg per hari. Konsumsi garam yang berlebihan akan memicu timbulnya hipertensi esensial. Darmojo dkk (2013) melaporkan bahwa prevalensi stroke dan hipertensi yang tinggi terdapat pada orang jepang karena asupan garamnya relatif besar dan sebaliknya pada penduduk pribumi yang tidak makan garam tidak di temukan hipertensi. Di amerika rata-rata asupan natrium per orang antara 4.000-6.000 mg. Saat ini ada kurang lebih 50 penelitian tentang efek garam terhadap

tekanan darah. Data dari suatu penelitian meta analisis di dapatkan bahwa, adanya penurunan Na di dalam urine sebesar 1,8 gr per hari perbandingan lurus dengan penurunan tekanan darah; (1) sistolik sebesar 2 mmHg dan 1 mmHg untuk tekanan darah diastolik pada pasien nonhipertensi, (2) 5 mmHg untuk tekanan darah sistolik dan 2,7 mmHg untuk tekanan darah diastolik pada pasien hipertensi. Dari penelitian ini di simpulkan bahwa penurunan asupan natrium dapat mencegah hipertensi (Endang Triyanto 2013).

Konsumsi natrium yang berlebihan menyebabkan konsentrasi natrium dalam cairan diluar sel akan meningkat. Akibatnya natrium akan menarik keluar banyak cairan yang tersimpan dalam sel, sehingga cairan tersebut memenuhi ruang diluar sel. Cairan diluar sel membuat volume darah dalam sistem sirkulasi meningkat. Hal ini menyebabkan jantung bekerja lebih keras untuk mengedarkan darah keseluruh tubuh dan menyebabkan tekanan darah meningkat sehingga berdampak pada timbulnya hipertensi (Apriadi, 2013).

Dalam upaya penurunan tekanan darah dapat di lakukan dengan monitoring tekanan darah, mengatur gaya hidup dan obat antihipertensi. Berkaitan dengan pengaturan gaya hidup yaitu mengurangi asupan garam atau diet rendah garam. Dalam penatalaksanaan hipertensi, diet rendah garam sangat di perlukan pembatasan asupan natrium berupa diet rendah garam merupakan salah satu terapi diet yang di lakukan untuk mengendalikan tekanan darah (Legowo, 2014).

World Health Organization (WHO) 2013 dan International Society of Hypertension (ISH) menyatakan bahwa saat ini terdapat 600 juta penderita hipertensi di seluruh dunia, dan 3 juta di antaranya meninggal setiap tahunnya. Presentase penderita hipertensi saat ini paling banyak terdapat di negara berkembang. Data Global Status Report Noncommunicable Disease 2010 dari WHO menyebutkan, 40% negara ekonomi berkembang memiliki penderita hipertensi, sedangkan negara maju hanya 3,5%. Kawasan afrika memegang posisi puncak penderita hipertensi sebanyak 46%. Sementara kawasan Amerika sebanyak 35%. 36% terjadi pada orang dewasa menderita hipertensi. Untuk kawasan Asia, penyakit ini telah membunuh 1,5 juta orang setiap tahunnya. Hal ini menandakan satu dari tiga orang menderita tekanan darah tinggi (Candra, 2013).

Riset kesehatan dasar (Rikerdes) departemen kesehatan republik indonesia tahun 2013 menunjukkan prevalensi hipertensi secara nasional di indonesia mencapai 31,7% dari total penduduk dewasa. Insiden dan prevalensi hipertensi meningkat seiring dengan

bertambahnya usia terutama pada lanjut usia (lansia). Individu yang berumur 45 tahun atau lebih mempunyai resiko 90% untuk mengidap penyakit hipertensi. Hipertensi juga merupakan penyebab kematian no 3 setelah stroke dan tuberkulosis yang mencapai 6,7% dari populasi kematian pada semua umur di indonesia. Kementrian kesehatan mengatakan bahwa hipertensi dan komplikasinya dapat di cegah dengan gaya hidup sehat seperti mengatur pola makan dengan mengkonsumsi makanan rendah garam dan rendah lemak, serta kontrol tekanan darah secara berkala.

Profil kesehatan sulsel 2016. Sulawesi selatan, dari hasil pengukuran darah, prevalensi hipertensi sebesar 20,9% menurut kabupaten prevalensi tertinggi di soppeng 40,6% dan terendah di Sidenreng Rappang 23,3%, menurut hasil Rikerdes tahun 2017 prevalensi hipertensi di sulawesi selatan yang dapat melalui pengukuran pada umur >18 tahun sebesar 28,1 persen, tertinggi di Enrekang (31,3%), di ikuti Bulukumba (30,8%), Sinjai (30,4%) dan Gowa (29,2%).

Dari 44 RS kabupaten/kota se-Sulawesi Selatan (pemerintah dan swasta) yang melaporkab situasi penyakit tidak menular menunjukkan pada tahun 2017, kasus terbanyak kedua pada penderita rawat jalan adalah hipertensi esensial/primer (7.833 penderita/ 28,69%) pada peringkat pertama. Begitu pula pada penderita rawat inap, hipertensi menduduki peringkat kedua (2.221/penderita 20,64%). Dari laporan unit pelayanan kesehatan (puskesmas dan rumah sakit) di Kota Makassar, situasi penyakit tidak menular pada tahun 2015 menunjukkan beberapa kasus seperti hipertensi baik pada penderita rawat jalan maupun pada penderita rawat inap dengan jumlah kasus sebanyak 43.526 penderita. Dalam pola 10 penyakit utama, hipertensi berada pada urutan ke-6 dengan persentasenya 6,7%. Di tahun 2016 sebanyak 37,834% sedangkan di tahun 2017 meningkat menjadi 65,594%. Sedangkan angka kematian di provinsi sulawesi selatan adalah sebanyak 500 juta jiwa pertahun akibat penyakit hipertensi.

Keberhasilan dalam pengobatan pada pasien hipertensi dipengaruhi oleh beberapa faktor, salah satu di antaranya adalah kepatuhan dalam mengonsumsi obat, sehingga pasien hipertensi dapat mengendalikan tekanan darah dalam batas normal. Tetapi 50% dari pasien hipertensi tidak mematuhi anjuran petugas kesehatan untuk mengonsumsi obat, yang menyebabkan banyak pasien hipertensi yang tidak dapat mengendalikan tekanan darah dan berujung pada kematian pasien (Morisky & Munter, 2013).

Adanya peningkatan kejadian dan ketidakberhasilan pengobatan hipertensi tidak lepas dari bagaimana kepatuhan pasien dalam menjalankan pengobatan. Selain itu, peran keluarga dalam memberikan dukungan amat penting dalam memberikan efek positif bagi penderita hipertensi guna meningkatkan kesadaran dalam pengobatan hipertensi (Yasin Dudella, 2012). Menurut penelitian yang dilakukan oleh Putu Kenny Rani Evadewi dkk (2013) menunjukkan terdapat perbedaan kepatuhan mengkonsumsi obat antara pasien hipertensi dengan kepribadian A dan B (signifikasi $p=0,001$). Secara keseluruhan lebih didominasi subjek yang memiliki kepatuhan mengonsumsi obat buruk (189 orang) dibandingkan dengan subjek yang memiliki kepatuhan mengonsumsi obat baik (78 orang).

Ada dua terapi yang dilakukan untuk mengobati hipertensi yaitu terapi farmakologis dan terapi non farmakologis. Terapi farmakologis yaitu dengan menggunakan obat-obatan antihipertensi yang terbukti dapat menurunkan tekanan darah, sedangkan terapi non farmakologis atau disebut juga dengan modifikasi gaya hidup yang meliputi berhenti merokok, mengurangi kelebihan berat badan, menghindari alkohol, modifikasi diet seperti mengurangi konsumsi natrium serta yang mencakup psikis antara lain mengurangi stress, olahraga, dan istirahat (Kosasih dan Hassan, 2013).

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Nunik Alfiani dkk (2015) bahwa terdapat hubungan antara asupan natrium dengan tekanan darah. Sedangkan penelitian yang dilakukan oleh Hairunisa (2014) bahwa terdapat hubungan antara tingkat kepatuhan minum obat dengan tekanan darah terkontrol. Lain halnya dengan penelitian yang dilakukan oleh Rivani Polii dkk (2016) bahwa tidak terdapat hubungan antara kadar natrium serum dengan tekanan darah pada penderita hipertensi.

Dari pengambilan data awal penderita hipertensi rawat jalan di poli penyakit dalam Rumah Sakit Bhayangkara Makassar, menunjukkan bahwa jumlah pasien hipertensi yang rawat jalan pada tahun 2016 adalah 984 orang, sedangkan jumlah pasien hipertensi rawat jalan pada tahun 2017 adalah 792 orang, sedangkan pada tahun 2018 jumlah pasien yang rawat jalan adalah 376 orang.

Dari latar belakang diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang hubungan diet rendah garam dan kepatuhan minum obat dengan penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi rawat jalan di poli penyakit dalam RS. Bhayangkara Makassar..

METODE

Jenis penelitian yang digunakan adalah kuantitatif dengan pendekatan Cross sectional, untuk melihat hubungan diet rendah garam dan kepatuhan minum obat dengan penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi. Karena penelitian ini melakukan pengamatan secara simultan pada saat sekali waktu atau pada waktu yang sama.

Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah keseluruhan subjek penelitian (Ircham, 2010). Populasi dalam penelitian ini adalah semua pasien hipertensi dengan batasan usia 25 – 45 tahun yang rawat jalan di poli penyakit dalam Rumah Sakit Bhayangkara Makassar sebanyak 376 orang.

Sampel dalam penelitian ini adalah responden pasien hipertensi rawat jalan, di RS Bhayangkara Makassar. Penarikan sampel menggunakan teknik *popusive sampling*.

Lokasi dalam penelitian ini telah dilakukan di telah dilaksanakan di RS Bhayangkara Makassar. Waktu penelitian ini telah dilaksanakan pada tanggal 05 sampai tanggal 15 Agustus 2019 .

Alat pengumpulan data dirancang oleh peneliti sesuai dengan kerangka konsep yang telah dibuat. Instrumen yang digunakan adalah lembar kuesioner yang dibuat sendiri oleh peneliti, Pada jenis pengukuran ini peneliti mengumpulkan data primer secara formal kepada responden untuk menjawab pernyataan secara tertulis atau wawancara langsung. Dengan menggunakan closed-ended kuesioner dan data sekunder berdasarkan data medical record di RS Bhayangkara.

Analisis bivariate dilakukan untuk melihat hubungan tiap-tiap variabel bebas dan variabel terikat. Data yang diperoleh melalui kuisisioner selanjutnya dilakukan uji statistik *Chi-Square* dan *Odds Ratio*. Analisis data dilakukan dengan bantuan komputer SPSS versi 12, dengan nilai $\alpha = 0,05$.

HASIL

Dari tabel 5.1 menunjukkan bahwa keseluruhan subjek penelitian (Ircham, 2010). Populasi dalam penelitian ini adalah semua pasien hipertensi dengan batasan usia 25 – 45 tahun yang rawat jalan di poli penyakit dalam Rumah Sakit Bhayangkara Makassar sebanyak 376 orang

Dari tabel 5.2 menunjukkan bahwa terdapat Dilihat dari tabel diatas bahwa dari 35 responden terdapat 27 responden (100%) yang melakukan diet rendah garam dan hipertensi menurun. Dari 8 responden yang tidak melakukan diet rendah garam sebanyak 1 responden (12,5%) yang hipertensinya menurun dan 7 responden (87,5%) yang hipertensinya

tidak menurun. Berdasarkan hasil uji chi-square namun tidak memenuhi syarat maka digunakan uji alternative yaitu uji fisher's exact test terdapat hubungan antara variabel diet rendah garam dengan penurunan tekanan darah. Hubungan ini memiliki p-value 0,001 berarti p-value <0,05 maka H_a diterima.

Dari tabel 5.3 menunjukkan bahwa terdapat 35 responden terdapat 30 responden (100%) yang patuh mengkonsumsi obat dan hipertensi menurun. Dari 5 responden yang tidak

patuh mengkonsumsi obat sebanyak 1 responden (20,0%) yang hipertensinya menurun dan 4 responden (80,0%) yang hipertensinya tidak menurun. Berdasarkan hasil uji chi-square namun tidak memenuhi syarat maka digunakan uji alternative yaitu uji fisher's exact test terdapat hubungan antara variabel kepatuhan minum obat dengan penurunan tekanan darah. Hubungan ini memiliki p-value 0,003 berarti p-value <0,05 maka H_a diterima.

Tabel 5.1 Distribusi Frekuensi dan Presentase Responden Berdasarkan variabel (n = 35)

Diet rendah garam	Frekuensi (n)	Persentasi (%)
Melaksanakan	27	77,1
Tidak melaksanakan	8	22,9
Kepatuhan minum obat	Frekuensi (n)	Persentasi (%)
Patuh	30	85,7
Tidak patuh	5	14,3
Hipertensi	Frekuensi (n)	Persentasi (%)
Menurun	28	80,0
Tidak menurun	7	20,0

Sumber: Hasil Olahan Data Primer, 2018

Tabel 5.2 Hasil analisa data hubungan diet rendah garam dengan penurunan tekanan darah

Diet rendah garam	HIPERTENSI				Total		p
	Menurun		Tidak Menurun				
	n	%	N	%	N	%	
Melaksanakan	27	100,0	0	100,0	27	100,0	0,001
Tidak Melaksanakan	1	12,5	7	87,5	8	100,0	
Jumlah	28	80,0	20,0	100,0	35	100,0	

Uji fisher's exact test

Tabel 5.4 Hasil analisa data hubungan kepatuhan minum obat dengan penurunan tekanan darah

Jenis analisis data hubungan kepatuhan minum obat dengan penurunan tekanan darah							
Kepatuhan minum obat	HIPERTENSI				Total		p
	Menurun		Tidak Menurun				
	n	%	n	%	N	%	
Patuh	27	90,0	3	10,0	30	100,0	0,003
Tidak Patuh	1	20,0	4	80,3	5	100,0	
Jumlah	28	80,0	20,0	100,0	35	100,0	

Uji fisher's exact test

DISKUSI

Berdasarkan hasil uji chi-square dengan nilai P-value 0,000 berarti P-value <0,05 maka H_a diterima, yang dimana apabila nilai P-value

<0,05 maka ada hubungan diet rendah garam dengan penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi

Berdasarkan hasil pengamatan yang dilakukan oleh peneliti didapatkan bahwa banyak responden yang melakukan diet garam, karena menurut responden apabila responden mengkonsumsi garam yang berlebihan maka dapat meningkatkan tekanan darah atau tekanan darahnya tidak terkontrol, dan ada juga beberapa responden yang mengatakan pernah mencoba untuk diet garam, tapi responden merasa kesulitan karena asupan garam didalam makanannya dikurangi dari biasanya, responden selalu diinstruksi oleh petugas kesehatan tentang diet garam, selain itu responden juga dapat informasi dari luar baik dari tetangga rumah, maupun teman-temannya.

Faktor yang mempengaruhi diet garam ini adalah karena faktor jenis kelamin yang dimana dari hasil pengamatan yang peneliti dapat bahwa jenis kelamin didominasi oleh perempuan, karena perempuan lebih memahami bagaimana cara dalam mengatur pola dietnya sehingga banyak responden yang melakukan diet garam, selain faktor itu diet garam juga sangat dipengaruhi oleh pekerjaan yang dimana pekerjaan ini di dominasi oleh ibu rumah tangga yang dimana yang menjadi ibu rumah tangga lebih bisa menempatkan waktu melakukan diet karena ibu sendiri yang memasak makanannya, sedangkan yang bekerja belum tentu bisa mengatur dietnya karena faktor makanan luar yang mengandung banyak garam seperti, bakso, dan makanan yang di awetkan dengan garam.

Penelitian Nunik Alfiana dkk (2015) dengan variabel yang sama yaitu diet garam bahwa terdapat hubungan antara asupan natrium dengan tekanan darah, akan tetapi sampelnya remaja. Sedangkan hasil penelitian yang saya peroleh dengan variabel yang sama yaitu diet garam ialah adanya hubungan diet garam dengan penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi, akan tetapi sampelnya dewasa.

Berdasarkan hasil uji chi-square dengan nilai P-value 0,003 berarti P-value <0,05 maka H_0 diterima, yang dimana apabila nilai P-value <0,05 maka ada hubungan kepatuhan minum obat dengan penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi

Ada hubungan yang bermakna antara tingkat pengetahuan dengan kontrol tekanan darah secara rutin. Hal ini dikarenakan jika seseorang memiliki pengetahuan tentang penyakit hipertensi seperti akibat dari penyakit tersebut jika tidak minum obat atau tidak terkontrol tekanan darah secara rutin maka akan mengakibatkan komplikasi penyakit sehingga mereka meluangkan waktunya untuk mengontrol tekanan darah dan patuh berobat. Pengetahuan tidak hanya didapat secara formal melainkan juga melalui pengalaman. Pengetahuan

penderita hipertensi akan sangat berpengaruh pada sikap patuh berobat. Semakin tinggi pengetahuan yang dimiliki oleh penderita tersebut, maka semakin tinggi pula kesadaran atau keinginan untuk bisa sembuh dengan cara patuh kontrol dan datang berobat kembali.

faktor kepatuhan minum obat dipengaruhi oleh tingkat pengetahuan responden, karena sebagian besar responden yang melakukan pengobatan itu rata-rata pendidikan SMA, hanya saja pada saat berobat ada beberapa responden yang kurang rutin mengkonsumsi obat karena faktor pendidikan yang dimana pengetahuannya sangat minim sekali sehingga ada sebagian responden yang tidak patuh minum obat.

Berdasarkan hasil pengamatan yang peneliti dapat dari responden sebagian besar responden patuh dalam mengkonsumsi obat, karena responden mengatakan mengkonsumsi obat sangat penting karena dapat membantu menurunkan tekanan darah, dan responden takut apabila tidak mengkonsumsi obat, maka penyakitnya akan semakin parah bahkan komplikasi dengan penyakit lain, seperti diabetes dan stroke, selain itu juga responden mengatakan bahwa dokter yang menanganinya selalu memberikan instruksi yang berkaitan dengan obat yang harus responden minum dan selalu mengingatkan bahwa patuh dalam berobat maupun minum obat sangatlah penting untuk proses penyembuhan responden

Penelitian Putu Kenny Rani Evadewi dkk (2013) dengan variabel yang sama yaitu kepatuhan minum obat menunjukkan terdapat perbedaan kepatuhan mengkonsumsi obat antara pasien hipertensi dengan kepribadian A dan B (signifikasi $p=0,001$). Secara keseluruhan lebih didominasi subjek yang memiliki kepatuhan mengonsumsi obat buruk (189 orang) dibandingkan dengan subjek yang memiliki kepatuhan mengkonsumsi obat baik (78 orang). Sedangkan hasil penelitian yang saya dapat dengan variabel yang sama yaitu ada hubungan kepatuhan minum obat dengan penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi yang dimana secara keseluruhan lebih didominasi subyek yang memiliki kepatuhan mengkonsumsi obat baik (30 orang) dibandingkan dengan subyek yang memiliki kepatuhan buruk (5 orang).

SIMPULAN

1. Terdapat hubungan diet rendah garam dengan penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi rawat jalan di poli penyakit dalam Rumah Sakit Bhayangkara Makassar.

2. Terdapat hubungan kepatuhan minum obat dengan penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi rawat jalan di poli penyakit dalam Rumah Sakit Bhayangkara Makassar

SARAN

1. Hasil penelitian ini disarankan bagi pasien Hendaknya lebih memahami tentang diet garam dan kepatuhan minum obat dalam tahap asuhan keperawatan, keluarga, khususnya kepada klien dengan masalah hipertensi.

REFERENSI

- Adini, (2014). Epidemiologi Penyakit Tidak Menular, Rineka Cipta, Jakarta.
- Adip, (2013). Cara Mudah Memahami dan Menghindari Hipertensi, Jantung, dan Stroke, Yogyakarta : Dianloka Printika.
- Agnes Stella Koyongian dkk. Hubungan peran keluarga dengan kepatuhan berobat pasien hipertensi di desa batu kecamatan likupan selatan kabupaten minahasa. e-jurnal keperawatan (ekp) volume 3 Nomor 3 Agustus 2015.
- Almatsier, (2013). Penuntun Diet edisi baru. Jakarta : PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Anhony J, (2011). Kepatuhan minum obat pasien hipertensi Kota. Jakarta : Penerbit Erlangga.
- Annisa, M. (2013). Analisis Tingkat Resiko Hipertensi. Program Keperawatan Di Ponegoro Semarang.
- Anonim, (2010). Peraturan Menteri Kesehatan. RI Nomor 261/Menkes/Pers/III/ tentang ketenagaan Rumah Sakit Pemerintah.
- Anggara dan Prayitno . (2013). Faktor-faktor yang berhubungan dengan tekanan darah di Puskesmas Telaga Murni Cikarang Barat.
- Apriadi, (2013). Good Mood Food Makanan Sehat Alami. Jakarta : PT Gramedia Pustaka Utama.
- Ariani, (2013). Diet rendah garam pada penderita hipertensi. EGC : Jakarta.
- Ardiansyah, M. (2012). Medikal Bedah Untuk Mahasiswa, Yogyakarta : Diva Press
- Arikunto, S. (2010). Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik. Jakarta : Rineka Cipta.
- Bambang. (2011). Dasar-Dasar Pembelajaran Keperawatan Yogyakarta.
- Blush, (2014). Tentang faktor resiko penyakit hipertensi. Jakarta : Rineka Cipta.
- Bustan dan Hull. (2013). Epidemiologi penyakit tidak menular. Jakarta: Rineka Cipta.
- Blush, 2014. Buku Ajar Patofisiologi. Jakarta: EGC.
- Buss, J. S. dan Labus, D. (2013). Buku Saku Patofisiologi menjadi sangat mudah edisi 2. Diterjemahkan oleh Huriawati Hartanto. Jakarta: EGC.
- Candra, A (2013). Penderita Hipertensi Terus Meningkat. EGC. Jakarta.
- Corwin. (2013). Buku Saku Patofisiologi edisi 3. EGC: Jakarta.
- Darmojo, (2013). Buku Ajar Geriatri. Jakarta : Balai Penerbit FK UI.
- Departemen Kesehatan RI. (2012). Survei Demografi Kesehatan Indonesia dan Angka Kematian.
- Depkes RI. (2010). Profil Kesehatan Indonesia. Jakarta: Depkes RI.
- Departemen Kesehatan Republik Indonesia. Pedoman umum pemberian makanan lokal (2013). Jakarta: Departemen Kesehatan Republik Indonesia; (2013).
- Dhianningtyas dan Hendrati. (2014). Resiko obesitas, Kebiasaan merokok dan konsumsi garam terhadap kejadian hipertensi pada usia produktif. The Indonesia journal of public Health.
- Dr. Wendra, (2013), E. Hipertensi dan komplikasi serebravaskuler. Cermin dunia kedokteran.
- Ekarini, (2011). Pelayanan Kesehatan. Universitas Diponegoro Semarang.
- Endang Triyanto, (2013). Faktor Resiko Terjadinya Hipertensi. Jakarta. EGC.
- Endang Triyanto. (2014). Pelayanan keperawatan bagi penderita hipertensi secara terpadu. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Evadewi, P. K. R dan Luh M. K. S. S. (2013). Kepatuhan Mengonsumsi Obat Pasien Hipertensi Di Dempasar Di tinjau Dari Kepribadian Tipe A Dan Tipe B. Bali: Universitas Udayana.
- Hairunisa, (2014). Hubungan antara tingkat kepatuhan minum obat dengan tekanan darah terkontrol. Pasien Hipertensi di RSUD Toto Kabila Kabupaten Bone Bolango.
- Hidayat. (2011). Metode Penelitian Kebidana dan Teknik Analisa Data. Jakarta: Salemba Medika.
- Imran Tumenggung dkk. Hubungan antara pengetahuan dengan kepatuhan pasien hipertensi dalam melaksanakan program diet. Health and Nutrition Journal Volume III/ Nomor 2/2017.
- Ircham, (2013). Metode Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif. Jakarta. EGC.
- Kosasih dan Hassan, (2013). Patofisiologi klinik, Jakarta : Binarupa Aksara Publisher.
- Kowalak, Weish dan Mayer, (2011). Buku Ajar Patofisiologi. Jakarta. EGC.

- Lailatusifah, (2012). Kepatuhan Pasien Yang Menderita Penyakit Kronis Dalam Mengonsumsi Obat Harian. Yogyakarta : Fakultas Psikologi . Universitas Mercu Buana Yogyakarta.
- Legowo IA (2014). Hubungan Pengetahuan Pasien dan Dukungan Keluarga dengan Motivasi Pelaksanaan Diet Rendah Garam pada Pasien Hipertensi di RSUD dr. Soehadi Prijonegoro Sragen (Skripsi). Sukarta : Universitas Muhammadiyah.
- Julianti, (2012). Bebas hipertensi dengan terapi. Jakarta : Pustaka Suara.
- Junaidi, (2013). Hipertensi: Pengenalan, Pencegahan, dan Pengobatan. Jakarta: PT. Bhuana Ilmu Populer.
- Muawanah. (2012). Hubungan tingkat pengetahuan tentang manajemen stres terhadap tingkat kecemasan pada penderita hipertensi di Universitas Cikarang Jawa Barat.
- Mubin, M. F. (2010). Karakteristik dan pengetahuan pasien dengan motivasi Melakukan kontrol Tekanan darah di wilayah kerja puskesmas sragi I pekalongan. Skripsi Fakultas Ilmu Keperawatan dan Kesehatan Universitas Muhammadiyah Semarang.
- Mustamin. (2010). Asupan Natrium, Status Gizi dan Tekanan Darah Tinggi. Jurnal Media Gizi Pangan. Volume IX. Edisi 1 : Makassar
- Nazir, Moh. (2013). Metode Penelitian Bogor: Graha Indonesia.
- Neneng Nurlita dkk. Peningkatan pengetahuan setelah diberikan konsultasi gizi. Jurnal e- Biomedik (Ebm), Volume 5, Nomor 3, juni – agustu 2017.
- Ningsih, (2013). Dukungan petugas kesehatan pada penderita hipertensi. Jakarta : Rineka Cipta.
- Niven, (2012). Psikologi Kesehatan : Perawatan untuk perawat dan tenaga kesehatan profesional lain. Jakarta : EGC.
- Notoatmodjo, (2010). Metode Penelitian Kesehatan. Jakarta : PT Rineka.
- Notoatmodjo, (2013). Pendidikan dan Perilaku Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nursalam. (2011). Manajemen Keperawatan. Aplikasi dalam praktik Keperawatan Profesional. Edisi 3. Jakarta; Salemba Medika.
- Purwanto, (2013). Pengantar Perilaku Manusia untuk Perawat. Jakarta : EGC.
- Putu Kenny Rani Evadewi dkk. Perbedaan kepatuhan mengonsumsi obat antara pasien hipertensi dengan kepribadian A dan B. Jurnal Psikologi Udayana Vol. 1, No. 1, 32-34. 2013.
- RIKERDES, (2013). Rerort on Result of National Basic Healt Research.
- Rahman T, (2013). Perbedaan tekanan darah pada pasien hipertensi sebelum dan sesudah menjalani pemeriksaan oleh Dokter di RSUD Simo Boyolali.
- Rivanli Polii. Hubungan kadar natrium dengan tekanan darah. Jurnal e- Biomedik (Ebm), Volume 4, Nomor 2, juli-Desember 2016.
- Salman, (2013). Pemberian Garam Sodium Jakarta : Indeks
- Sudigdo Sastroasmoro dan Sofya Ismail, (2011). Dasar-Dasar Metode Penelitian Klinis edisi keempat. Sagung seto. Jakarta. 360-361 halaman.
- Smeltzer, (2012). Keperawatan Medikal Bedah Brunner dan Sudarth: Edisi 8. Alih Bahasa Agung Waluyo. (et al); editor edisi bahasa indonesia Monica Ester. (et al). Jakarta: EGC.
- Sugiyono. (2010). Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, dan kualitatif R dan D. Bandung: Alfabeta.
- Suharmiati dan Friedma. (2012). Keperawatan Keluarga. Yogyakarta: Gosyen publishing.
- Sulistiyowati, (2013). Prevelensi Hipertensi dan Determinannya di indonesia. Jakarta; Pusat penelitian Biomedis dan Farmasi Badan Penelitian Kesehatan Departemen Kesehatan RI, Jakarta.
- Sloane, E. (2013). Anatomi dan fisiologi pemula. Jakarta: EGC.
- Sutaryo, (2010). Monitoring Mechanism and Created Shareholder Value Public Company in Indonesia.
- Sutanto, (2010). Pencegahan Penyakit Modern Hipertensi, StROKE, Jantung, Kolesterol di Yogyakarta : C. V ANDI OFFSET.
- Suyabrata. (2012). Metode Penelitian, Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Syamsudin, (2011). Buku Ajar Farmakoterapi Kardiovaskuler dan Renal. Jakarta: Salemba Medika.
- Stanley, (2012). Buku Ajar Keperawatan. Edisi 2. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran. EGC.
- Sutaryo, (2011). Bagaimana menjaga kesehatan jantung. Yogyakarta : Cinta Buku.
- Taher, R. (2021). GAYA HIDUP DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI DI RSUD LABUANG BAJI MAKASSAR. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Dan Kebidanan Holistic Care*, 5(1), 38–48. <https://doi.org/10.54184/jikkhc.v5i1.196>
- Uma Salemba, (2013). Reserch Metode Penelitian Untuk Keperawatan. Edisi 4. Buku 2. Jakarta: Salemba Empat.

- Vitahealt, (2013). Mayo Clinis Hipertensi, Penuntun Diet Untuk Mengatasi Tekanan Darah Tinggi Edisi Baru, Gramedia, Jakarta.
- Wahyuningsih, (2014). Etika Penelitian Kesehatan. EGC. Jakarta
- WHO, (2010). Infant Mortality. World Health Organization.
- World Health Organization. UNICEF. Global strategy for infant and young child feeding. Geneva: World Health Organization; (2003).
- Yasin Dudella, (2013). Kepatuhan pasien dalam menjalankan pengobatan. EGC. Jakarta.
- Yusuf, (2012). Tentang patofisiologi pada penderita hipertensi. EGC. Jakarta.