



Hubungan Kepatuhan Kontrol dan Diet Rendah Garam dengan Tingkat Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Kotakulon Bondowoso

Fadhilah Anggreliya Rifdahyanti^{1*}, Luh Titi Handayani¹, Ayesie Natasa Zulka¹
Program Studi Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah
Jember, Jember 68121, Indonesia

*Alamat Korespondensi: Jl. Karimata No. 49 Summersari, Kabupaten Jember, Jawa
Timur 68121, Kotak Pos 104 Telp. (0331) 336728 Faks. 337967
Email: fadilahangreliya@gmail.com

Diterima: 21 Juli 2025 | Disetujui: 13 Maret 2026 | Dipublikasikan: 29 April 2026

Abstrak

Kepatuhan pasien dalam melakukan kontrol kesehatan dan menerapkan diet rendah garam masih menjadi tantangan dalam pengelolaan hipertensi. Rendahnya kepatuhan terhadap kedua aspek tersebut dapat menyebabkan tekanan darah tidak terkontrol dan meningkatkan risiko komplikasi. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan kepatuhan kontrol dan diet rendah garam dengan tingkat hipertensi pada pasien di wilayah kerja Puskesmas Kotakulon Bondowoso. Metode Penelitian ini menggunakan desain korelasional dengan pendekatan *cross-sectional*. Populasi penelitian adalah rata-rata kunjungan pasien hipertensi sebanyak 84 orang per bulan. Sampel berjumlah 75 responden yang ditentukan menggunakan rumus Slovin dan dipilih dengan teknik *purposive sampling*. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner kepatuhan kontrol, kuesioner diet rendah garam yang dimodifikasi dari *Dietary Approaches to Stop Hypertension* (DASH), serta lembar observasi tekanan darah. Seluruh instrumen telah memenuhi uji validitas dan reliabilitas. Analisis data dilakukan menggunakan uji Spearman Rho. Hasil : Mayoritas responden patuh melakukan kontrol hipertensi (69,3%) dan menerapkan diet rendah garam (78,7%). Analisis menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara kepatuhan kontrol dengan tingkat hipertensi ($p = 0,000$; $r = -0,630$) serta antara kepatuhan diet rendah garam dengan tingkat hipertensi ($p = 0,000$; $r = -0,635$), dengan arah hubungan negatif dan kekuatan korelasi yang kuat. Simpulan : Terdapat hubungan signifikan antara kepatuhan terhadap kontrol dan diet rendah garam dengan tingkat hipertensi. Peningkatan kepatuhan pada kedua aspek tersebut dapat mendukung pengendalian hipertensi.

Kata kunci: diet rendah garam; hipertensi; kepatuhan kontrol

Abstract

Background and Objectives: Patient adherence to follow-up visits and a low-sodium diet remains a challenge in the management of hypertension. Low

adherence to both of these aspects can lead to uncontrolled blood pressure and increase the risk of complications. This study aims to analyze the relationship between adherence to follow-up visits and a low-sodium diet with the severity of hypertension among patients in the service area of the Kotakulon Bondowoso Community Health Center. Method: This study used a correlational design with a cross-sectional approach. The study population consisted of an average of 84 hypertensive patients visiting the center per month. The sample consisted of 75 respondents, determined using the Slovin formula and selected through purposive sampling. Data were collected using a blood pressure monitoring adherence questionnaire, a low-sodium diet questionnaire modified from the Dietary Approaches to Stop Hypertension (DASH) guidelines, and a blood pressure observation sheet. All instruments had passed validity and reliability tests. Data analysis was performed using the Spearman Rho test. Results: The majority of respondents adhered to hypertension management (69.3%) and followed a low-sodium diet (78.7%). The analysis showed a significant association between adherence to hypertension management and the severity of hypertension ($p = 0.000$; $r = -0.630$) as well as between adherence to a low-sodium diet and the severity of hypertension ($p = 0.000$; $r = -0.635$), with a negative direction of association and a strong correlation. Conclusion : There is a significant association between adherence to treatment and a low-sodium diet and the prevalence of hypertension. Improved adherence to both of these measures can support the management of hypertension.

Keywords: *low-sodium diet; hypertension; adherence to treatment*

PENDAHULUAN

Kepatuhan kontrol tekanan darah dan diet rendah garam pada penderita hipertensi masih menjadi tantangan yang signifikan. Kontrol tekanan darah yang efektif dan kepatuhan terhadap diet terutama diet rendah garam sangat penting untuk mencegah komplikasi serius akibat hipertensi. Hipertensi adalah peningkatan abnormal tekanan darah dalam pembuluh darah arteri secara terus menerus dalam satu periode, dimana terjadi peningkatan tekanan darah sistolik ≥ 140 mmHg, diastolik ≥ 90 mmHg (Dewi, 2023). Tekanan darah tidak terkontrol memaksa jantung bekerja lebih kuat dalam memompa darah ke seluruh tubuh yang pada akhirnya dapat memicu pembesaran ventrikel kiri, gagal jantung, penyakit jantung koroner, hingga stroke. Penelitian (Mekonen *et al.*, 2020) menunjukkan bahwa individu dengan tekanan sistolik dan diastolik yang tidak stabil memiliki risiko 3,2 kali lebih tinggi untuk mengalami komplikasi terkait kondisi tersebut.

Konsumsi garam yang berlebihan telah terbukti berkontribusi signifikan terhadap peningkatan tekanan darah. Penelitian yang dilakukan oleh (Nurjayanti, 2023) menjelaskan bahwa terdapat hubungan antara kepatuhan diet rendah garam dengan perubahan tekanan darah didapatkan p value 0,0000 ($p < 0,05$) sehingga semakin patuh terhadap diet maka tekanan darah dalam batas normal pada pasien hipertensi.

Diet rendah garam menjadi langkah penting dalam upaya menurunkan dan mengendalikan tekanan darah pada penderita hipertensi. Namun, meskipun manfaatnya telah diketahui, masih banyak penderita hipertensi yang tidak mematuhi anjuran diet rendah garam yang dapat menghambat efektivitas pengelolaan penyakit ini (Nurjayanti, 2023)

Hipertensi juga masih menjadi tantangan besar dalam kesehatan global. Hipertensi disebut sebagai the silent killer, karena penyakit ini sering tidak terdeteksi hingga menimbulkan komplikasi serius. Prevalensi hipertensi usia 30-79 tahun secara global dan di Asia Tenggara masing-masing 33,1% dan 32,4% dengan total kasus mencapai 1,13 miliar. Prevalensi hipertensi di Indonesia, Riskesdas 2018 mencatat prevalensi 34,1% yang menderita hipertensi dan menurun menjadi 30,8% pada tahun 2023. Sedangkan berdasarkan profil kesehatan provinsi Jawa Timur 2023 menyebutkan bahwa kasus hipertensi meningkat dari 26,4% menjadi 36,3% (WHO, 2023; Kemenkes RI, 2024) Profil kesehatan Bondowoso menyebutkan jika 18,3% atau 39.643 penduduk yang telah menerima layanan kesehatan terdiagnosis hipertensi (Alfian, 2023) Studi pendahuluan yang dilakukan peneliti di Puskesmas Kotakulon Bondowoso didapatkan bahwa kasus hipertensi sebanyak 2.110 pasien pada tahun 2024, dengan rata-rata jumlah kunjungan pasien selama sebulan sebanyak 84 pasien.

Tekanan darah yang meningkat dipengaruhi oleh kepatuhan kontrol tekanan darah dan diet rendah garam. Kontrol tekanan darah adalah salah satu tindakan yang dilakukan untuk memantau dan mengelola tekanan darah pada pasien (Diah Soniawati, 2023). Tekanan darah yang tidak terkontrol akan menyebabkan kerusakan progresif pada pembuluh darah, lapisan pembuluh darah akan mengalami gangguan fungsi sehingga kemampuan pembuluh darah untuk melebar dan menyempit menjadi terganggu dan akan mempercepat pembentukan arterosklerosis. Standarisasi kontrol tekanan darah menurut beberapa jurnal penelitian yaitu 1-3 bulan sekali. Kepatuhan kontrol tekanan pada pasien hipertensi dipengaruhi oleh pengetahuan, dukungan keluarga, dan motivasi (Vidhiastutik1, 2023)

Pola makan yang sehat dapat diterapkan pada pasien hipertensi, salah satunya yaitu dengan diet rendah garam untuk membantu mengelola tekanan darah. Diet ini dianjurkan dengan membatasi asupan natrium hingga 500 mg/hari, karena konsumsi natrium berlebih dapat meningkatkan volume cairan tubuh dan membuat jantung serta pembuluh darah akan bekerja lebih keras untuk memompa darah dan mengalirkannya ke seluruh tubuh, sehingga tekanan darah akan meningkat. Makanan yang disarankan dalam diet rendah garam meliputi buah-buahan, sayuran segar, daging tanpa garam, ikan, kacang-kacangan dan produk susu rendah natrium, sementara makanan olahan seperti makanan kalengan, cemilan asin, serta saus dan bumbu instan sebaiknya dihindari. Kepatuhan terhadap diet rendah garam dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti pengetahuan, motivasi, dan dukungan petugas kesehatan, serta keluarga (Zuo *et al.*, 2020). Selain itu, faktor lain seperti jenis kelamin, usia, genetika, obesitas, dislipidemia, alkohol, dan merokok juga berperan dalam risiko hipertensi (Irawati, 2020).

Kepatuhan pasien dalam mengontrol tekanan darah dan menjalankan diet rendah garam merupakan faktor penting dalam keberhasilan pengelolaan

hipertensi. Oleh karena itu, diperlukan berbagai strategi yang dapat membantu meningkatkan kepatuhan pasien dalam mengendalikan dan mengelola tekanan darah seperti peningkatan edukasi kesehatan, pemantauan atau pengingat rutin, dan dukungan sosial serta perubahan pola hidup seperti *Dietary Approaches to Stop Hypertension* (DASH).

Berbagai penelitian sebelumnya telah membahas hubungan kepatuhan kontrol hipertensi maupun diet rendah garam terhadap tekanan darah secara terpisah. Namun, penelitian yang menganalisis hubungan kedua bentuk kepatuhan tersebut secara bersamaan dengan tingkat hipertensi pada pasien di tingkat pelayanan kesehatan primer, khususnya di wilayah kerja Puskesmas Kotakulon Bondowoso, masih terbatas. Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan untuk memberikan gambaran yang lebih komprehensif mengenai hubungan kepatuhan kontrol dan diet rendah garam dengan tingkat hipertensi. Hal tersebut bertujuan untuk memantau, mengendalikan, dan juga mengelola tekanan darah. Rutin melakukan kontrol dan patuh terhadap diet rendah garam dapat mengurangi keluhan, gejala, dan juga mencegah komplikasi seperti stroke, dan gagal jantung (Aminah, 2023). Latar belakang diatas yang menjadi alasan peneliti tertarik untuk mengambil judul penelitian “Hubungan Kepatuhan Kontrol Tekanan Darah dan Diet Rendah Garam”.

METODE PENELITIAN

Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif dengan jenis penelitian yang dilakukan yaitu korelasi dengan pendekatan *cross sectional*.

Populasi, Sampel, Sampling

Populasi penelitian adalah seluruh pasien hipertensi yang melakukan kunjungan di Puskesmas Kotakulon Bondowoso dengan rata-rata jumlah kunjungan sebanyak 84 pasien per bulan. Besar sampel ditentukan menggunakan rumus Slovin sehingga diperoleh 75 responden, yang selanjutnya dipilih menggunakan teknik purposive sampling sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi.

Instrumen

Instrumen pada penelitian ini menggunakan instrumen yang mengacu pada kepatuhan kontrol tekanan darah dan modifikasi kuisioner diet rendah garam pada kuisioner *Dietary Approaches to Stop Hypertension* (DASH) serta lembar observasi tingkat hipertensi, yang telah dilakukan uji validitas dan reabilitas. Hasil tersebut menunjukkan seluruh item pertanyaan menghasilkan nilai r hasil > r tabel dan hasil reabilitas adalah 0.76 pada instrumen kepatuhan kontrol dan 0.79 pada instrumen diet rendah haram.

Persetujuan Etik

Penelitian ini sudah melalui persetujuan etik dari Komisi Etik Penelitian (KEPK) Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember Nomor Surat 010/KEPK/FIKES/V/2025.

HASIL

Penelitian ini dilakukan di Puskesmas Kotakulon Bondowoso dengan melibatkan 75 responden penderita Hipertensi. Mayoritas responden berusia 46-59 tahun, berjenis kelamin Perempuan, berpendidikan SMA, bekerja sebagai ibu rumah tangga, dan memiliki riwayat hipertensi selama 6 bulan – 1 tahun terakhir. Seperti tabel pada berikut ini.

Tabel 1. Karakteristik Responden dengan Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Kotakulon Bondowoso

Karakteristik	Indikator	Persentase (%)	Jumlah (n)
Usia (thn)	18-25	1	1,3
	26-35	6	8
	36-45	18	24
	46-59	50	66,7
Jenis kelamin	Laki-laki	28	36
	Perempuan	47	62,7
Pendidikan	SD	1	1,3
	SMP	16	21,3
	SMA	46	61,3
	Sarjana	12	16
Pekerjaan	PNS	5	6,7
	Wirawasta	25	33,3
	Pedagang	17	22,7
	Ibu Rumah Tangga	28	28
Lama menderita hipertensi	1-3 bulan terakhir	11	11
	6 bulan	34	34
	>1 tahun	30	30

Sumber Data Primer 2025

Berdasarkan karakteristik responden sebagian besar responden berusia 46-59 (66,7%) dan berjenis kelamin perempuan (62,7). Mayoritas memiliki pendidikan terakhir SMA (61,3%) dan bekerja sebagai wiraswasta (33,3%) atau ibu rumah tangga (28%). Sebagian besar telah menderita hipertensi selama ≥ 6 bulan (64%), menunjukkan kondisi kronis yang cukup lama diderita responden.

Kepatuhan Kontrol Tekanan Darah pada pasien hipertensi

Tabel 1. Kepatuhan Kontrol Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi

Kepatuhan Kontrol Tekanan Darah	Frekuensi	Persentase
Patuh	52	69,3%
Kurang patuh	13	17,3%
Tidak patuh	10	11,3%

Sumber Data Primer 2025

Berdasarkan tabel 2 diketahui bahwa responden yang patuh terhadap kontrol tekanan darah sebanyak 69,3%.

Kepatuhan Diet Rendah Garam pada Pasien Hipertensi

Tabel 2. Kepatuhan Diet Rendah Garam pada Pasien Hipertensi

Kepatuhan Diet Rendah Garam	Frekuensi	Persentase
Patuh	59	78,7%
Kurang patuh	14	18,7%
Tidak patuh	2	2,7%

Sumber data primer 2025

Berdasarkan tabel 3 menunjukkan responden yang patuh terhadap diet rendah garam sebanyak 78,7%.

Hubungan Kontrol dan Diet Rendah Garam dengan Tingkat Hipertensi

Tabel 1. 3 Hubungan Kontrol dan Diet Rendah Garam dengan Tingkat Hipertensi

Variabel	r (korelasi)	P value	Interpretasi
Kepatuhan Kontrol	-0,630	<0,001	Hubungan negatif kuat
Kepatuhan diet rendah garam	-0,635	<0,001	Hubungan negatif kuat

Sumber data primer 2025

Berdasarkan Tabel 4, hasil uji Spearman Rho menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kepatuhan kontrol dengan tingkat hipertensi ($r = -0,630$; $p < 0,001$) serta antara kepatuhan diet rendah garam dengan tingkat hipertensi ($r = -0,635$; $p < 0,001$). Kedua hubungan memiliki arah negatif dengan kekuatan korelasi yang kuat, yang menunjukkan bahwa semakin tinggi kepatuhan pasien, semakin rendah tingkat hipertensi yang dialami.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas responden di wilayah kerja Puskesmas Kotakulon Bondowoso termasuk dalam kategori patuh terhadap kontrol hipertensi (69,3%) dan diet rendah garam (78,7%). Tingginya tingkat kepatuhan tersebut didukung oleh karakteristik responden yang sebagian besar berusia 46–59 tahun, berjenis kelamin perempuan, berpendidikan SMA, serta telah menderita hipertensi selama lebih dari enam bulan. Karakteristik tersebut menunjukkan bahwa responden telah memiliki pengalaman dalam menjalani pengelolaan hipertensi sehingga lebih memahami pentingnya kontrol rutin dan penerapan diet rendah garam.

Temuan ini sejalan dengan penelitian (Nurjayanti, 2023) yang menyatakan bahwa pasien hipertensi dengan tingkat pengetahuan yang baik cenderung memiliki kepatuhan lebih tinggi dalam menjalankan diet rendah garam sehingga tekanan darah lebih terkontrol. Penelitian (Zuo *et al.*, 2020) juga menunjukkan bahwa pasien yang melakukan tindak lanjut atau kontrol secara rutin di fasilitas kesehatan memiliki peluang lebih besar untuk mencapai target tekanan darah dibandingkan pasien yang tidak melakukan kontrol secara teratur. Hal ini

menunjukkan bahwa kepatuhan terhadap kontrol kesehatan merupakan salah satu komponen penting dalam keberhasilan pengelolaan hipertensi (Rahman, 2023)

Berdasarkan *Health Belief Model* (Glanz, et al 2016)), perilaku kepatuhan dipengaruhi oleh persepsi individu terhadap tingkat keparahan penyakit, manfaat tindakan, serta hambatan yang dirasakan. Pada penelitian ini, tingginya kepatuhan diduga dipengaruhi oleh meningkatnya kesadaran pasien mengenai risiko komplikasi hipertensi, seperti stroke, penyakit jantung koroner, dan gagal ginjal. Selain itu, kegiatan edukasi yang dilakukan tenaga kesehatan dan kader Program Penyakit Tidak Menular (PTM) melalui penyuluhan maupun kunjungan rumah (*door to door*) turut meningkatkan persepsi manfaat pasien terhadap kontrol rutin dan penerapan diet rendah garam (Niga, 2021).

Hasil penelitian ini juga dapat dijelaskan melalui Self-Care Deficit Theory dari Dorothea Orem yang menyatakan bahwa kemampuan individu dalam melakukan perawatan diri dipengaruhi oleh pengetahuan, motivasi, serta dukungan dari lingkungan. Pasien yang memiliki kemampuan *self-care* yang baik akan lebih mampu mematuhi pengobatan, melakukan kontrol kesehatan secara berkala, serta menerapkan pola makan sehat sebagai upaya mengendalikan hipertensi. Dukungan keluarga dan petugas kesehatan menjadi faktor yang memperkuat keberhasilan perilaku *self-care* tersebut. (Srikan, 2019; Mamesah, 2020)

Selain faktor perilaku, mekanisme fisiologis juga mendukung hasil penelitian ini. Pembatasan konsumsi natrium dapat menurunkan retensi cairan, mengurangi volume intravaskular, dan menurunkan resistensi perifer sehingga tekanan darah menjadi lebih terkontrol. Duus (2024) melaporkan bahwa pengurangan asupan natrium secara konsisten mampu menurunkan tekanan darah sistolik dan diastolik secara bermakna pada pasien hipertensi. Temuan tersebut juga didukung oleh pedoman *World Health Organization* (WHO, 2023) yang merekomendasikan pembatasan konsumsi natrium sebagai salah satu intervensi utama dalam pencegahan dan pengendalian hipertensi.

Dominasi responden perempuan dalam penelitian ini juga dapat menjadi salah satu faktor yang memengaruhi tingginya kepatuhan. Penelitian Galdas, (2020) menunjukkan bahwa perempuan cenderung lebih aktif mencari informasi kesehatan, memanfaatkan pelayanan kesehatan, serta lebih patuh terhadap anjuran tenaga kesehatan dibandingkan laki-laki. Selain itu, perempuan umumnya memiliki peran dalam mengatur pola makan keluarga sehingga lebih mudah menerapkan diet rendah garam dalam kehidupan sehari-hari. Tingkat pendidikan responden yang sebagian besar berada pada jenjang SMA juga memungkinkan mereka lebih mudah memahami informasi kesehatan yang diberikan oleh tenaga kesehatan sehingga meningkatkan motivasi untuk mematuhi pengobatan dan perubahan gaya hidup (Amelia, et al 2023).

Meskipun demikian, penelitian ini memiliki keterbatasan. Pengukuran kepatuhan dilakukan menggunakan kuesioner *self-report* sehingga berpotensi menimbulkan *social desirability bias*, yaitu kecenderungan responden memberikan jawaban yang dianggap baik meskipun belum sepenuhnya mencerminkan perilaku sebenarnya. Selain itu, desain *cross-sectional* tidak dapat menjelaskan hubungan sebab akibat antara kepatuhan dan tingkat hipertensi. Oleh



karena itu, penelitian selanjutnya disarankan menggunakan desain longitudinal atau kohort serta memanfaatkan data objektif, seperti rekam medis, catatan kunjungan, atau pemantauan tekanan darah secara berkala untuk memperoleh gambaran kepatuhan yang lebih akurat.

SIMPULAN

Penelitian ini membuktikan bahwa kepatuhan terhadap kontrol tekanan darah dan diet rendah garam memiliki hubungan yang signifikan dalam menurunkan tingkat hipertensi. Hal ini menunjukkan bahwa peran edukasi, dukungan layanan kesehatan, serta kesadaran pasien sangat penting dalam pengelolaan hipertensi. Peneliti berharap untuk penelitian selanjutnya menggunakan desain longitudinal untuk melihat perubahan tekanan darah dari waktu ke waktu, serta melibatkan data objektif seperti rekam medis. Penelitian selanjutnya juga diharapkan difokuskan pada perempuan dan menggunakan pendekatan *mixed-method* untuk memahami pengaruh faktor sosial, budaya, dan pengetahuan gizi terhadap kepatuhan.

DAFTAR PUSTAKA

- Alfian Adyatma, M., Setioputro Fakultas Keperawatan, B. and Jember JKalimantan, U. (2023) 'Hubungan Spiritualitas dengan Stres pada Penderita Hipertensi', *Journal Pustaka Kesehatan*, 7(2).
- Dewi, D.A.D.S. (2023) *Gambaran Kontrol Tekanan Darah Pasien Dengan Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Tembuku I Kecamatan Tembuku Kabupaten Bangli*. Politeknik Kesehatan Denpasar.
- Diah Soniawati, S.K. (2023) 'Gambaran Kepatuhan Minum Obat, Kontrol Tekanan Darah, Dan Lama Sakit Pada Pasien Hipertensi Derajat I', *Jurnal inovasi penelitian*, pp. 863–870.
- Duus, C.L. *et al.* (2024) 'Self-Performed Dietary Sodium Reduction and Blood Pressure in Patients With Essential Hypertension: A Randomized Clinical Trial', *Journal of the American Heart Association*, 13(12), pp. 1–9. Available at: <https://doi.org/10.1161/JAHA.124.034632>.
- Galdas, P.M., Cheater, F. and Marshall, P. (2020) 'Men and health help-seeking behaviour: Literature review', *Journal of Advanced Nursing*, 49(6), pp. 616–623. Available at: <https://doi.org/10.1111/J.1365-2648.2004.03331.x>;website:website:pericles;subpage:string:access.
- Glanz, K., Rimer, B.K. and Viswanath, K. (2016) 'Health behavior: Theory, Research, and Practice fifth 5 edition', *The Curated Reference Collection in Neuroscience and Biobehavioral Psychology*, pp. 1–571.
- Intan, S.A., Irawati, P. and Suksesty, C.E. (2020) 'Hubungan Pengetahuan Dan Perilaku Konsumsi Diet Rendah Garam Terhadap Angka Kejadian



Hipertensi Di Wilayah Puskesmas Teluknaga', *Jurnal Ilmiah Keperawatan Indonesia*, 3(2), pp. 1–17. Available at: <http://jurnal.umat.ac.id/index.php/jik>.

Kemkes RI (2024) *Mengenal Klasifikasi Penyakit Hipertensi - Penyakit Tidak Menular Indonesia, Kementerian Kesehatan RI*. Available at: <https://p2ptm.kemkes.go.id/infographic-p2ptm/penyakit-hipertensi/mengenal-klasifikasi-penyakit-hipertensi> (Accessed: 24 December 2024).

Mamesah, C. (2020) 'Hubungan Self Efficay dengan Kepatuhan perawatan diri Pada Hipertensi di Puskesmas Tuminting Manado', *Healthcare Nursing Journal*, 6(1). Available at: <http://dx.doi.org/10.1016/j.gde.2016.09.008><http://dx.doi.org/10.1007/s00412-015-0543-8><http://dx.doi.org/10.1038/nature08473><http://dx.doi.org/10.1016/j.jmb.2009.01.007><http://dx.doi.org/10.1016/j.jmb.2012.10.008><http://dx.doi.org/10.1038/s4159>.

Mekonen, H.H. *et al.* (2020) 'Factors associated with stroke among adult patients with hypertension in Ayder Comprehensive Specialized Hospital, Tigray, Ethiopia, 2018: A case-control study', *PLoS ONE*, 15(2), pp. 1–10. Available at: <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0228650>.

Niga, J.L. (2021) 'Hubungan Pola Diet Rendah Garam Dengan Perubahan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi', *Media Husada Journal Of Nursing Science*, 2(3), pp. 141–153. Available at: <https://doi.org/10.33475/mhjns.v2i3.66>.

Nurjayanti, D. (2023) 'Hubungan Kepatuhan Diet dengan Perubahan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi di Puskesmas Jambon Kabupaten Ponorogo', *Journal Buana of Nursing*, 1(1), pp. 15–20.

Rahman, A.V. (2023) 'Hubungan Tingkat Pengetahuan Dan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Diet pada penderita hipertensi', *Universitas Islam Sultan Agung*, 01(02), pp. 13–19. Available at: <http://eprints.poltekkesjogja.ac.id/7640/>.

Siti Aminah, Sri Maryati, Kiki Rizki Amelia, N.S.N. (2023) 'Edukasi Self Mangement untuk Meningkatkan Kepatuhan Diet Penderita Hipertensi', *Tunas Riset Kesehatan*, 13(1), pp. 10–13.

Srikan, P. and Phillips, K.D. (2019) 'Psychometric Properties of the Dietary Salt Reduction Self-Care Behavior Scale', *Nursing Science Quarterly*, 27(3), pp. 234–241. Available at: <https://doi.org/10.1177/0894318414534485>.



Vidhiastutik1, Y. (2023) 'Literatur review pengaruh pola diet DASH terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi', *Well Being*, 8(2), pp. 159–169. Available at: <https://journal.stikes-bu.ac.id/index.php/wb/article/view/220>.

WHO (2023) *Hipertensi*, *World Health Organization*. Available at: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/hypertension> (Accessed: 29 October 2024).

Zuo, H.J. *et al.* (2020) 'The impact of routine follow-up with health care teams on blood pressure control among patients with hypertension', *Journal of Human Hypertension*, 33(6), pp. 466–474. Available at: <https://doi.org/10.1038/s41371-018-0158-7>.