

KARYA TULIS ILMIAH
PENGARUH EDUKASI MEDIA LEAFLET TERHADAP KEPATUHAN DIET
RENDAH GARAM PADA PASIEN HIPERTENSI
DI PUSKESMAS OESAPA



NORLIN FUAH
PO5303201211270

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
DIREKTORAT JENDERAL KESEHATAN
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES KUPANG
JURUSAN KEPERAWATAN KUPANG
PROGRAM STUDI D-III KEPERAWATAN KUPANG
TAHUN 2025

**PENGARUH EDUKASI MEDIA LEAFLET PADA KEPATUHAN DIET
RENDAH GARAM PADA PASIEN HIPERTENSI
DI PUSKEMAS OESAPA**

*Karya Tulis Ilmiah ini disusun sebagai salah satu persyaratan untuk menyelesaikan
Pendidikan Diploma III Keperawatan Pada Program Studi D-III Keperawatan
Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang*



NORLIN FUAH
PO5303201211270

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
DIREKTORAT JENDERAL KESEHATAN
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES KUPANG
JURUSAN KEPERAWATAN KUPANG
PROGRAM STUDI-DIII KEPERAWATAN KUPANG
TAHUN 2025**

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya bertanda tangan di bawah ini:

Nama :
NIM : PO5303201211270
Program studi : D-III Keperawatan Kupang
Institusi : Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa karya tulis ilmiah (KTI) yang saya tulis adalah benar-benar merupakan hasil karya sendiri dan bukan merupakan pengambilan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai hasil tulisan atau pikiran saya sendiri. Apabila dikemudian hari terbukti atau dibuktikan karya tulis ilmiah ini hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut

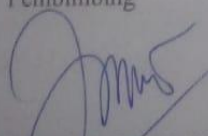
Kupang, Juli 2025
Pembuat Pernyataan


Norlin Fuah

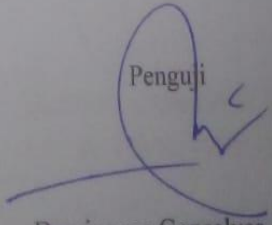
PO5303201211270

Mengetahui

Pembimbing


Jane Leo Mangi, S.Kep.Ns,M.Kep
NIP: 196901141994032002

Penguji


Dominggos Gonsalves, S.Kep.Ns, M.Sc
NIP: 197108061992031001

LEMBARAN PERSETUJUAN

Karya Tulis Ilmiah Oleh Norlin Fuah, NIM: PO5303201211270 dengan
Judul " Pengaruh Edukasi Media Leaflet Terhadap Kepatuhan Diet Rendah
Garam Pada Pasien Hipertensi Di Puskesmas Oesapa"

Telah diperiksa dan disetujui untuk diujikan

Disusun Oleh



Norlin Fuah

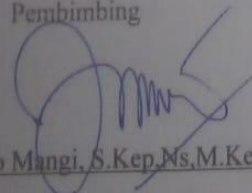
PO.5303201211270

Telah disetujui untuk diseminarkan di depan dewan penguji prodi D-III
Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang

Kupang, Juli 2025

Mengetahui

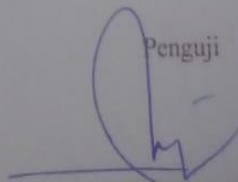
Pembimbing



Jane Leo Mangi, S.Kep.Ns, M.Kep

NIP: 196901111994032002

Penguji



Dominggos Gonsalves, S.Kep.Ns, M.Sc

NIP: 197108061992031001

LEMBARAN PENGESAHAN

KARYA TULIS ILMIAH

“ PENGARUH EDUKASI MEDIA LEAFLET TERHADAP KEPATUHAN DIET
RENDAH GARAM PADA PASIEN HIPERTENSI DI PUSKESMA OESAPA”

Disusun Oleh

Norlin Fuah

PO5303201211270

Telah dipertahankan didepan dewan penguji pada tanggal :

Mengetahui

Pembimbing

Jane Leo Mangi, S.Kep.Ns,M.Kep

NIP: 196901111994032002

Penguji

Dominggos Gonsalves, S.Kep.Ns, M.Sc

NIP: 197108061992031001

Mengesahkan

Ketua Jurusan Keperawatan

Dr. Florentinus Tat,SKp.,NS.,M.Kes

NIP:196911281993031005

Mengesahkan

Ketua Program Studi D-III Keperawatan

Margareta Teli,S.Kep.Ns,MSc-PH,PhD

NIP: 197707272000032002

BIODATA PENULIS



DATA PRIBADI

Nama : Norlin Fuah
Tempat Tanggal Lahir : Noli, 16 November 2002
Agama : Kristen Protestan
Jenis Kelamin : Perempuan
Alamat : Rote
Email : norlinfuah@gmail.com

DATA PENDIDIKAN

Sekolah Dasar : SD Negeri Hailean
Sekolah Menengah Pertama : SMP Negeri 1 Rote Timur
Sekolah Menengah Atas : SMA Negeri 1 Rote Timur

MOTTO

“Aku tau, bahwa engkau sanggup melakukan segala sesuatu dan tidak ada rencana-Mu yang gagal (Ayub 42:2)”

KATA PENGANTAR

Puji Dan Syukur Penulis Panjatkan Kehadirat Tuhan Yang Maha Esa atas segala berkat dan rahmat-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan tugas akhir dengan Judul “ **Pengaruh Edukasi Media Leaflet Terhadap Kepatuhan Diet Rendah Garam Pada Pasien Hipertensi Di Puskesmas Oesapa**”. penyusunan laporan karya tulis ilmiah ini dalam rangka memenuhi persyaratan untuk menyelesaikan pendidikan Diploma-III Keperawatan Di Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang.

Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan karya tulis ilmiah ini penulis banyak mendapatkan dukungan dan bimbingan dari beberapa pihak, tidak terlepas dari bantuan tenaga, pikiran, dan dukungan moral. Oleh karena itu penulis menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada ibu Jeane Leo Mangi, S.Kep.Ns.,M. Kep selaku pembimbing yang telah membimbing dan memberikan masukan dan saran dalam proses penulisan karya ilmiah ini, juga kepada Bapak Domiggos Gonsalves, S.Kep.Ns.,M.Sc selaku penguji yang telah meluangkan waktu untuk menguji karya tulis ilmiah ini, serta memberikan masukan dan saran agar penulisan karya tulis ilmiah ini lebih baik. Ucapan terima juga disampaikan kepada:

1. Bapak Irfan, SKM.,M. Kes, selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang
2. Bapak Dr. Florentianus Tat,S.Kp,M.Kes, selaku Ketua Jurusan Keperawatan Kupang yang telah memberikan Izin dan kesempatan kepada penulis untuk menyelesaikan Studi Kasus Deskriptif ini.
3. Ibu Margareta Teli,S.Kep,Ns,MSc-PH,PhD, selaku Ketua Program Studi Diploma III Jurusan Keperawatan Kupang
4. Ibu Jane Leo Mangi, S.Kep.,Ns., M.Kep, selaku dosen pembimbing yang telah meluangkan waktu guna membimbing dan mengarahkan penulis selama penyusunan proposal Karya Tulis Ilmiah ini

5. Bapak Dominggos Gonsalves, S.Kep.,Ns.,M.Sc, selaku dosen penguji yang telah meluangkan waktu untuk menguji dan memberikan masukan yang sangat berguna dan bermanfaat untuk perbaikan proposal karya tulis ilmiah ini.
6. Bapak Yustinus Rindu, S.Kep.,Ns.,M.Kep selaku Dosen Pembimbing Akademik yang telah membantu membimbing, mengarahkan dan memotivasi penulis selama menjalani studi di Poltekkes Kemenkes Kupang Jurusan Keperawatan Prodi Diploma III Keperawatan.
7. Seleruh Civitas Akademik Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang yang telah membimbing penulis selama mengikuti pendidikan baik di kampus maupun di lahan praktek
8. Kedua orang tua yang tercinta bapak Yumen Fuah, ibu Margaritha Dari, Kakak Yondri, Adik Nendri, Netri, dan keluarga besar yang telah mendukung saya dalam studi ini baik dalam doa maupun material serta memberikan semangat dalam menyelesaikan studi ini. Terima kasih telah menjadi bagian dari perjalanan saya hingga sekarang ini
9. Sahabat dan teman-teman kelas yang telah memberikan informasi, semangat, dan dukungan selama ini.
10. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu yang telah membantu dan memberikan dukungan dalam penyusunan tugas akhir.

Akhir kata penulis menyadari bahwa “Karya Tulis Ilmiah” ini diharapkan untuk dapat membantu dan bermanfaat bagi semua pihak.

Kupang, Juni 2025

Norlin Fuah

PO5303201211270

ABSTRAK

PENGARUH EDUKASI MEDIA LEAFLET TERHADAP KEPATUHAN DIET RENDAH GARAM PADA PASIEN HIPERTENSI DI PUSKESMAS OESAPA

Norlin Fuah

Jane Leo Mangi, S.Kep.Ns,M.Kep & Domingos Gonsalves, S.Kep.Ns, M.Sc

Email: norlinfuah@gmail.com

Program Studi DIII keperawatan politeknik kesehatan kementerian
kesehatan kupang

Pendidikan atau edukasi kesehatan adalah suatu cara untuk memberikan informasi kepada masyarakat terutama pada kepatuhan dalam menjalankan diet rendah garam dan sangat bermanfaat dalam mengontrol tekanan darahnya. Tujuan untuk melihat pengaruh pemberian pendidikan kesehatan menggunakan media leaflet tentang kepatuhan diet rendah garam pada penderita hipertensi. Metode dalam penelitian ini merupakan penelitian Quasy Eksperimen dengan desain pretest dan posttest. Responden pada penelitian ini berjumlah 25 orang. Uji statistik yang digunakan adalah uji wilcoxon. Hasil penelitian ini menunjukkan adanya pengaruh pemberian pendidikan kesehatan terhadap tingkat kepatuhan secara bermakna setelah dilakukan pendidikan kesehatan dengan nilai p-value

Kesimpulan : Hasil penelitian menunjukkan bahwa pemberian edukasi kesehatan melalui media leaflet berpengaruh secara signifikan terhadap peningkatan kepatuhan diet rendah garam pada pasien hipertensi. Edukasi ini efektif sebagai intervensi sederhana yang dapat membantu pengendalian tekanan darah pada penderita hipertensi.

Saran : penelitian ini masih jauh dari kesempurnaan, oleh karena itu dibutuhkan penelitian atau uji coba lebih lanjut

Kata Kunci : Edukasi kesehatan, leaflet, hipertensi, kepatuhan, diet rendah garam

ABSTRACT

THE EFFECT OF EDUCATIONAL LEAFLET MEDIA ON COMPLIANCE WITH A LOW-SALT DIET IN HYPERTENSION PATIENTS AT THE OESAPA PUBLIC HEALTH CENTER

Norlin Fuah

Jane Leo Mangi, S.Kep, Ns, M.Kep & Dominggos Gonsalves, S.Kep.Ns, M.Sc

Email: norlinfuah@gmail.com

Diploma III Nursing Education Study Program. Health Polytechnic of the
Kupang Ministry of Health.

Health education is a way to provide information to the public, particularly regarding adherence to a low-salt diet, and is very beneficial in controlling blood pressure. The objective was to examine the effect of providing health education through leaflets on adherence to a low-salt diet in patients with hypertension. This study used a quasi-experimental design with a pretest and posttest design. Twenty-five respondents participated. The Wilcoxon test was used as a statistical test. The results showed a significant effect of providing health education on adherence levels after the health education, with a p-value of <0.05 .

Conclusion: The results indicate that providing health education through leaflets significantly increased adherence to a low-salt diet in patients with hypertension. This education is an effective simple intervention that can help control blood pressure in patients with hypertension.

Suggestion: This research is still far from perfection, therefore further research or trials are needed.

Keywords: Health education, leaflets, hypertension, adherence, low-salt diet

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	iii
LEMBARAN PERSETUJUAN	iv
LEMBARAN PENGESAHAN	v
BIODATA PENULIS	vi
KATA PENGANTAR	vii
ABSTRAK	ix
ABSTRAC	x
DAFTAR ISI	xi
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	3
1.3 Tujuan Penelitian	3
1.3.1 Tujuan Umum.....	3
1.3.2 Tujuan Khusus.....	3
1.4 Manfaat Penelitian	4
1.4.1 Bagi Tempat Penelitian	4
1.4.2 Bagi Peneliti	4
1.4.3 Bagi Masyarakat	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	5
2.1 Konsep Hipertensi	5
2.1.1 Definisi Hipertensi	5
2.1.2 Etiologi Hipertensi	5
2.1.3 Faktor Penyebab Hipertensi	6
2.1.4 Manifestasi Klinis Hipertensi	6
2.1.5 Patofisiologi Hipertensi	6
2.1.6 Klasifikasi Hipertensi	8
2.1.7 Pemeriksaan Penunjang Hipertensi	8

2.1.8 Pencegahan Hipertensi	8
2.1.9 Komplikasi Hipertensi.....	9
2.1.10 Penatalaksanaan Hipertensi	9
2.2 Konsep Kepatuhan Diet	11
2.2.1 Pengertian Diet	11
2.2.2 Jenis Kepatuhan	11
2.2.3 Faktor Yang Mempengaruhi Kepatuhan	11
2.3 Definisi Diet Hipertensi	12
2.3.1 Pengertian Hipertensi	12
2.3. 2 Tujuan Diet Hipertensi	12
2.3.3 Macam-Macam Diet Hipertensi	12
2.3.4 Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kepatuhan Diet Hipertensi	14
2.3.5 Hal- Hal Yang Harus Diperhatikan Dalam Pengaturan Diet Hipertensi	15
2.4 Kerangka Teori	17
2.5 Kerangka Konsep	18
2.6 Hipotesis	18
BAB III METODE PENELITIAN.....	19
3.1 Jenis Penelitian	19
3.2 Subjek Penelitian	20
3.3 Fokus Studi	21
3.4 Definisi Operasional Fokus Studi	21
3.5 Instrumen Penelitian	22
3.6 Metode Pengumpulan Data	23
3.7 Lokasi dan Waktu Penelitian	24
3.8 Analisa Data Pengajian Data	24
3.9 Etika Penelitian	26
BAB 1V HASIL DAN PEMBAHASAN	27
4.1 Hasil Penelitian	27
4.1.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian	27
4.2 Analisa Unuvariat	28

4.2.1 Karakteristik Responden	28
4.2.2 Kepatuhan Responden Sebelum dan Sesudah diberikan Edukasi Tentang Kepatuhan Diet Rendah Garam	29
4.2.3 Tekanan Darah Pre Test dan Post Test Edukasi Kepatuhan Diet rendah garam	29
4.3 Analisa Bivariat	31
4.3.1 uji Wilcoxon Signed Rank Test	31
4.4 Pembahasan	32
4.4.1 Analisa Univariat	32
4.4.2 Analisa Bivariat	33
4.4.3 Distribusi Tekanan Darah Sebelum Dan Setelah Edukasi	34
4.5 Keterbatasan Penelitian	36
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	37
5.1 Kesimpulan	37
5.2 Saran	37
DAFTAR PUSTAKA	39

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Klasifikasi Hipertensi	8
Tabel 3.1 Definisi Operasional	21
Tabel 4.1 Karakteristik Responden	28
Tabel 4.2 Pre Tes Dan Post Test Kepatuhan Diet Rendah Garam	29
Tabel 4.3 Tekanan Darah Pre Tes Dan Post Test Edukasi Kepatuhan Diet Rendah Garam	29
Tabel 4.4 Perbedaan Rata-Rata Kepatuhan Responden Pre test dan Post test edukasi Diet rendah Garam	31

DAFTAR LAMPIRAN

LAMPIRAN	41
Lampiran 1 Surat Pengambilan Data Awal	42
Lampiran 2 Lembar Konsultasi KTI	43
Lampiran 3 Surat Izin Penelitian	45
Lampiran 4 Lembar Persetujuan Responden	46
Lampiran 5 Lembar Persetujuan	47
Lampiran 6 Lembar Kuesioner	49
Lampiran 7 Leaflet	56
Dokumentasi	57