PENERAPAN EDUKASI KESEHATAN DIIT HIPERTENSI PADA PASIEN

 DENGAN HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA

PUSKESMAS SIMPANG IV SIPIN

KOTA JAMBI

Hesti Rahmawati \* Devi Yusmahendra\*\* Asmeriyani \*\*\*

PROGRAM STUDI D-III KEPERAWATAN

SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN GARUDA PUTIH JAMBI

Jl. Raden Mattaher No.35

Email: rahmawatih 146@gmail.com

ABSTRAK

**Latar Belakang :** Berdasarkan data yang diambil dari Dinas Kesehatan Kota Jambi pada tahun 2022 dari 20 Puskesmas di Kota Jambi jumlah penderita Hipertensi sebanyak 25.846 jiwa dengan angka tertinggi penyakit yang terjangkit Hipertensi adalah di wilayah kerja Puskesmas Simpang IV Sipin Kota Jambi yaitu sebanyak 5.511 penderita, dan angka tertinggi kedua yaitu di wilayah kerja Puskesmas Putri Ayu yaitu sebanyak 3.168 penderita. Untuk menurunkan tekanan darah atau menstabilkan tekanan darah dapat dilakukan dengan Diet rendah garam, diet tinggi serat, diet rendah energi dan serat. Modifikasi gaya hidup melalui pendekatan diet untuk menangani hipertensi berfokus pada menurunkan asupan natrium, mempertahankan asupan kalium dan kalsium yang cukup dan mengurangi asupan lemak, pembatasan natrium dapat menurunkan dan memperkuat efek obat-obatan anti hipertensi untuk sebagian penderita hipertensi

**Tujuan :** Tujuan dari penelitian ini diharapkan kepada Keluarga Pasien dan Pasien untuk mengetahui gambaran umum tentang penerapan edukasi kesehatan diet Hipertensi pada Keluarga di Wilayah Kerja Simpang IV Sipin Kota Jambi.

**Metode :** Penelitian ini menggunakan metode deskriptif dengan metode studi kasus. Pendekatan yang digunakan adalah pendekatan Asuhan Keperawatan yang meliputi pengkajian, diagnosis keperawatan, perencanaan, pelaksanaan, dan evaluasi. Adapun subjek penelitian yaitu dua pasien Hipertensi .

**Hasil :** Hasil penelitian ini didapatkan bahwa pengetahuan responden tentang Edukasi Diit Hipertensi sebelum dilakukan edukasi kesehatan, terdapat pengaruh edukasi kesehatan terhadap pengetahuan pada keluarga dengan baik dengan membiasakan perilaku hidup sehat dan bersih, memberi penyuluhan, motivasi maupun melaksanakan langsung kebersihan pada keluarga agar tercipta keadaan bersih, sehat dan nyaman.

**Kesimpulan :** Adanya peningkatan setelah dilakukan edukasi kesehatan dapat diketahui dengan *pre-test* dan *post-test* tentang pemberian edukasi kesehatan tentang Diit Hipertensi terhadap pengetahuan responden tentang penyakit Hipertensi dan upaya menurunkan penyakit Hipertensi pada Keluarga.

**Kata Kunci :***Edukasi Kesehatan, Diet Hipertensi*

**THE IMPLEMENTATION OF HYPERTENSION DIIT HEALTH EDUCATION ON PATIENT WITH HYPERTENSION**

 **IN THE WORK AREA OF PUSKESMAS**

**SIMPANG IV SIPIN**

**JAMBI CITY**

Hesti Rahmawati \* Devi Yusmahendra \*\* Asmeriyani \*\*\*

D-III OF NURSING PROGRAM

INSTITUTE OF HEALTH SCIENCE GARUDA PUTIH JAMBI

Jl. Raden Mattaher No.35

Email: rahmawatih 146@gmail.com

ABSTRACT

**Background:** Based on the data taken by Publich Health Office of Jambi City in 2022, there are 25,846 patient with Hypertension noted in 20 Puskesmas of Jambi City. The highest number of patient was reported in the working area of Puskesmas Simpang IV Sipin, namely 5,511 patients. The second highest number is in the working area of Puskesmas Putri Ayu with 3,168 patients. However, the blood pressure can be stabilized by doing a low-salt diet, a high-fiber diet, and a low-energy and fiber diet. The modification of lifestyle through a dietary approach in dealing hypertension focused on lowering sodium intake, maintaining adequate potassium and calcium intake, and reducing fat intake. Moreover, the restriction of sodium can decrease and strengthen the effects of anti-hypertensive drugs for some people with hypertension.

**Purpose:** The purpose of this study is aimed for the Patient and Family in order to find out an overview of the implementation of Hypertension Diit Health Education at the Work Area of Puskesmas Simpang IV Sipin in Jambi City.

**Method:** This research uses a case-study descriptive methods with Nursing Care approach which includes assessment, nursing diagnosis, planning, implementation, and evaluation. The subjects of this study were two hypertensive patients.

**Results:** The result of this study tells that there was a difference on respondents’ knowledge from before to after they have Hypertension Diit Health Education. The education has influence on family’s knowledge very well by getting used to healthy and clean living behaviors, providing counseling, motivation and implementing direct hygiene to the family in order to create a clean, healthy and comfortable state.

**Conclusion:** There is an increase after the health education implemented. It can be known by the *pre-tests* and *post-tests* results regarding to Hypertension Diit Health Education for respondents' knowledge about Hypertension and efforts to reduce it in the Family.

**Keywords :** *Health Education, Hypertension Diet*



**Original**

PENERAPAN EDUKASI KESEHATAN DIIT HIPERTENSI PADA KELUARGA YANG MERAWAT ANGGOTA KELUARGA