

**HUBUNGAN ANTARA *PERCEIVED BENEFITS* DENGAN
KEPATUHAN DIET RENDAH GARAM PADA LANSIA
HIPERTENSI**

SKRIPSI



Oleh:

Nur Falah Tri Amanda

NIM. 22102151

PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

UNIVERSITAS dr. SOEBANDI

JEMBER

2026

LEMBAR PENGESAAHAN

Pada Skripsi yang berjudul "Hubungan antara *Perceived Bnefits* dengan Kepatuhan Diet Rendah Garam pada Lansia Hipertensi" telah diuji dan disahkan oleh Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan pada:

Nama : Nur Falah Tri Amanda

NIM : 22102151

Hari, Tanggal : Senin, 11 Mei 2026

Program Studi : Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan

Universitas dr. Soebandi

Tim Penguji,

Ketua penguji



Dr. Yugi Hari Chandra Purnama, S.Kep., Ns., M. Si
NIDN. 07080779002

Penguji Anggota



Achmad Ali Basri, S.Kep., Ns., M.Kep., Sp.Kep.K
NIDK. 8965340022

Dosen Pembimbing

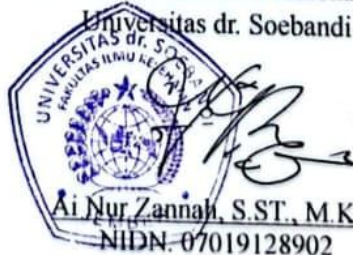


Irwina Angelia Silvanasari, S.Kep., Ns., M.Kep
NIDN. 0709099005

Mengesahkan

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan,

Universitas dr. Soebandi



Ai Nur Zannah, S.ST., M.Keb
NIDN. 07019128902

Hubungan antara *Perceived Benefits* dengan Kepatuhan Diet Rendah Garam pada Lansia Hipertensi di Posyandu Kelurahan Sumpalsari

The Relationship between Perceived Benefits and Low Salt Diet Compliance in Elderly with Hypertension at the Integrated Health Post (Posyandu) in Sumpalsari Village

Nur Falah Tri Amanda, Irwina Angelia Silvanasari

Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas dr. Soebandi

Dosen Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kesehatan Universitas dr. Soebandi Jember

*Korespondensi Penulis: traamanda112@gmail.com

Abstrak

Latar Belakang: Fenomena konsumsi garam pada lansia di Indonesia telah mencapai angka yang cukup tinggi, yang dimana rata-rata asupan harian telah melampaui ambang batas normal. Kondisi tersebut dapat berisiko meningkatkan prevalensi hipertensi secara signifikan, terutama pada lansia yang termasuk kelompok rentan. Hal ini dipengaruhi oleh *perceived benefits* pada lansia. Lansia dengan *perceived benefits* tinggi cenderung lebih patuh, karena menyakini bahwa diet rendah garam dapat membantu menurunkan tekanan darah dan menjaga kesehatannya.

Tujuan: Tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis hubungan antara *perceived benefits* dengan kepatuhan diet rendah garam.

Metode: Penelitian ini menggunakan desain korelasional, jenis penelitian kuantitatif dengan pendekatan *cross-sectional*. Populasi sebanyak 176 lansia hipertensi, dengan sampel sejumlah 122 responden lansia hipertensi. Pengambilan teknik sampel menggunakan *accidental sampling*. Variabel penelitian ini *perceived benefits* dengan kepatuhan diet rendah garam yang diukur menggunakan kuesioner *perceived benefits* yang dibuat sendiri oleh peneliti yang sudah di uji valid dan reliabel dan kuesioner kepatuhan diet rendah garam mensitasi dari penelitian sebelumnya. Analisis data menggunakan analisis univariat untuk data karakteristik responden dan variabel penelitian. Analisis bivariat menggunakan uji *Somers' d*.

Hasil: *Perceived benefits* Sebagian besar pada tingkat baik (53,3%) dan kepatuhan diet rendah garam hampir setengahnya pada tingkat tinggi (41%). Dari analisis uji *Somer' d* di dapatkan $P \text{ value } (0.000) < \alpha (0.05)$, dengan nilai *correlation coefficient (d)* 0,729, yang artinya terdapat hubungan yang kuat dan searah.

Kesimpulan: Semakin baik *perceived benefits* pada lansia semakin tinggi pula kepatuhan dietrendah garam yang dijalankan.

Kata Kunci : Hipertensi, kepatuhan diet rendah garam, lansia, *perceived benefits*
