

## Diet garam dengan pengontrolan buku harian pada keluarga dengan masalah keperawatan: Ketidakefektifan manajemen kesehatan terkait hipertensi = Salt diet that controlled by diary in family with nursing diagnose: Ineffective health management about hypertension

Wige Indah Pratiwi, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20478075&lokasi=lokal>

---

### Abstrak

Prevalensi lansia yang terus meningkat menyebabkan Indonesia menjadi kategori penduduk menua. Lansia sebagai agen yang rentan di perkotaan memiliki gaya hidup yang meningkatkan tingginya keluhan hipertensi pada lansia. Salah satu kebiasaan pola hidup yang sangat berpengaruh pada hipertensi adalah tingginya konsumsi garam, gula, lemak dan rendah serat. Penulis memberikan asuhan keperawatan pada keluarga dengan masalah keperawatan ketidakefektifan manajemen kesehatan terkait hipertensi pada Ibu T. Karya tulis ini bertujuan untuk mengetahui efek intervensi pembatasan diet garam dengan pengontrolan buku harian pada penurunan tekanan darah. Hasil evaluasi terhadap intervensi pembatasan diet garam dengan pengontrolan buku harian yaitu terjadi penurunan tekanan darah pada Ibu T menjadi 140/80 mmHg. Dukungan keluarga pada pengaturan diet rendah garam sangat dianjurkan. Kata Kunci: buku harian, diet garam, hipertensi, lansia

Increasing of the prevalence of elderly people makes Indonesia to be a category of aging population. Elderly as a vulnerable agent in urban areas has a lifestyle change that increases the high prevalence of hypertension in the elderly. One of the most important lifestyle habits in hypertension is the high consumption of salt, sugar, fat but low fiber. The authors do nursing care to families with nursing diagnose ineffective health management about hypertension in Mrs. T. This study aims to determine the effect of salt diet restriction intervention that controlled by the diary on the decrease in blood pressure. The results of the evaluation of salt diet restriction intervention by controlling the diary is a decrease in blood pressure in Mrs. T to 140/80 mmHg. Family support on low-salt diet settings is highly recommended. Keywords: diary, salt diet, hypertension, elderly