

ASUHAN KEPERAWATAN PADA PASIEN HIPERTENSI DENGAN INTERVENSI DIET GARAM PADA NY.A MASALAH DEFISIT PENGETAHUAN DI KELURAHAN CIPAYUNG

Arenta Cantas Adhwa Kusuma

Abstrak

Latar Belakang: Hipertensi adalah peningkatan hingga 140 mmHg untuk sistolik dan 90 mmHg untuk tekanan darah diastolik. Data Riskesdas tahun 2018 yang prevalensi hipertensinya sebesar 25,8%, Indonesia mempunyai prevalensi hipertensi yang lebih tinggi yaitu sebesar 34,1%. Hipertensi memiliki banyak gejala yang berbeda, termasuk sakit kepala atau rasa berat di tengkuk, vertigo, jantung berdebar-debar, mudah merasa lelah, pandangan kabur, pendengaran berdenging (tinnitus), dan perdarahan pada hidung. Menjalani pola makan yang teratur terutama mengurangi makanan tinggi garam dan lemak, mengonsumsi makanan tinggi serat, dan berolahraga dapat menormalkan tekanan darah tinggi. Metode non-farmakologis yang efisien untuk mengubah dan mengatur tekanan darah adalah diet hipertensi. **Metode Penelitian:** Studi kasus terkait keperawatan medikal bedah yang memfokuskan pada kasus Hipertensi di Kelurahan Cipayung, Jakarta Timur. Metode yang diterapkan, yaitu sistem keperawatan yang mencakup anamnesa, diagnosis, perencanaan, pelaksanaan dan evaluasi keperawatan. **Hasil:** Permasalahan keperawatan yang terjadi dalam kasus yaitu: Nyeri akut, Gangguan Pola Tidur, dan Defisit Pengetahuan. **Kesimpulan:** Edukasi diet rendah garam yang diberikan pada pasien dengan masalah keperawatan defisit pengetahuan memberikan perubahan yang baik pada pola makan pasien.

Kata Kunci : Asuhan Keperawatan, Diet rendah Garam, Hipertensi

**NURSING CARE FOR HYPERTENSION PATIENTS WITH SALT DIET
INTERVENTION IN NY.A KNOWLEDGE DEFICIT PROBLEMS IN
CIPAYUNG VILLAGE**

Arenta Cantas Adhwa Kusuma

Abstract

Background: Hypertension is an increase of up to 140 mmHg for systolic and 90 mmHg for diastolic blood pressure. Riskesdas data in 2018 showed that the prevalence of hypertension was 25.8%, Indonesia had a higher prevalence of hypertension, namely 34.1%. Hypertension has many different symptoms, including headaches or a feeling of heaviness in the nape of the neck, vertigo, heart palpitations, feeling tired easily, blurred vision, ringing in the hearing (tinnitus), and bleeding in the nose. Following a regular diet, especially reducing foods high in salt and fat, consuming foods high in fiber, and exercising can normalize high blood pressure. An efficient non-pharmacological method to change and regulate blood pressure is the hypertension diet. **Research Method:** Case study related to medical surgical nursing which focuses on hypertension cases in Cipayung Village, East Jakarta. The method applied is a nursing system which includes anamnesis, diagnosis, planning, implementation and evaluation of nursing. **Results:** The nursing problems that occurred in the case were: Acute pain, disturbed sleep patterns, and knowledge deficit. **Conclusion:** Low salt diet education given to patients with knowledge deficit nursing problems provides good changes in the patient's eating patterns.

Keywords : Nursing Care, Low Salt Diet, Hypertension