

**LAPORAN AKHIR PENGABDIAN MASYARAKAT INTERNAL  
POLTEKKES RS dr. SOEPRAOEN**



**PENERAPAN PERILAKU DIET RENDAH GARAM PADA KELUARGA  
LANSIA PENDERITA HIPERTENSI DI POSYANDU LANSIA  
DESA JEDONG KECAMATAN WAGIR**

**Ketua : Ns. Ardhiles Wahyu K, M.Kep (0717048301)**  
**Anggota : Mahendra Yuda (151152)**

Dilaksanakan Berdasarkan Surat Perintah Direktur Poltekkes RS dr. Soepraoen  
Nomor Sgas /848/XII/2017 tertanggal 20 Desember 2017

**POLITEKNIK KESEHATAN RS dr. SOEPRAOEN MALANG  
2017/2018**


**HALAMAN PENGESAHAN  
PROGRAM PENGABDIAN MASYARAKAT INTERNAL  
POLTEKKES RS dr. SOEPRAOEN MALANG**

1. Judul : Penerapan Perilaku Diet Rendah Garam Pada Keluarga Lansia Penderita Hipertensi Di Posyandu Lansia Desa Jedong Kecamatan Wagir
  2. Nama Mitra Program PKM : Posyandu Lansia Desa Jedong Kecamatan Wagir
  3. Ketua Tim Pengusul
    - a. Nama : Ns. Ardhiles Wahyu K.,M.Kep
    - b. NIDN : 0717048301
    - c. Jabatan/Golongan : Asisten Ahli
    - d. Program Studi : Keperawatan
    - e. Perguruan Tinggi : Poltekkes RS dr. Soepraoen
    - f. Bidang Keahlian : Keperawatan Gadar & Medikal Bedah
    - g. Alamat Kantor/Telp/surel : Jl. S. Supriadi 22 Malang
  - a. Anggota Tim Pengusul
  - b. Jumlah Anggota : Mahasiswa 1 orang
  - c. Nama Anggota I/bidang keahlian : Mahendra Yuda
  - d. Nama Anggota II/bidang keahlian : - / -
  - e. Jumlah Mahasiswa yang terlibat : 1 orang
  - f. Alamat Kantor/Telp/surel : Jl. S. Supriadi 22 Malang
  4. Lokasi Kegiatan/Mitra
    - a. Wilayah Mitra : Desa Jedong Kecamatan Wagir
    - b. Kabupaten/Kota : Kabupaten Malang
    - c. Propinsi : Jawa Timur
    - d. Jarak PT ke lokasi mitra : 5 km
    - e. Alamat Kantor/Telp/surel : -
  5. Luaran yang dihasilkan : Publikasi
  6. Jangka Waktu Pelaksanaan : 1 Tahun
  7. Biaya Total : Rp. 4.000.000,00
- Malang, 25 Juni 2018

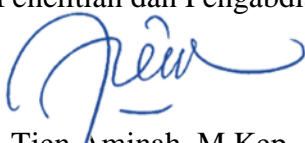
Mengetahui,  
Ketua Program Studi Keperawatan

  
Kumoro Asto Lenggono, M.Kep  
NIDN 0721057205

Ketua Peneliti

  
Ns. Ardhiles Wahyu K, M.Kep  
NIDN 0717048301

Menyetujui,  
Kepala Badan Penelitian dan Pengabdian Masyarakat

  
Tien Aminah, M.Kep  
NUPN 9907013458

## RINGKASAN

Lansia memiliki kecendrungan mengalami hipertensi disebabkan penurunan elastisitas vaskular dan kurang menjaga pola hidup sehat. Keluarga memiliki peran aktif dalam menjaga kesehatan lansia dan menyediakan diet yang sehat. Untuk itu perlu ditingkatkan perilaku diet rendah garam oleh keluarga lansia penderita hipertensi secara langsung untuk mencegah peningkatan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi.

Di posyandu lansia desa jedong kecamatan wagir masih banyak penderita lansia dengan hipertensi, perilaku yang tidak sehat diantaranya konsumsi diet asin-asin atau tinggi garam di dalam keluarga sehingga dapat mengakibatkan gangguan kesehatan khususnya pada lansia. Dari hal tersebut peran serta sebagai keluarga sangat penting, hal ini dikarenakan keluarga merupakan orang yang terdekat di dalam rumah dengan lansia memiliki tugas dan tanggung jawab menjaga kesehatan lansia.

Tujuan Pengabdian Masyarakat tentang penerapan perilaku diet rendah garam pada keluarga lansia penderita hipertensi Di Posyandu Lansia Desa Jedong Kecamatan Wagir diantaranya adalah keluarga lansia dan kader posyandu lansia lebih tahu tentang hipertensi, keluarga lansia dan kader posyandu lansia lebih tahu tentang diet rendah garam pada lansia penderita hipertensi, keluarga lansia dan kader posyandu lansia lebih tahu tentang manfaat diet rendah garam pada lansia penderita hipertensi, dan memberikan tambahan informasi dan pengetahuan khususnya bagi kader posyandu lansia di Desa Jedong Kecamatan Wagir Kabupaten Malang

## KATA PENGANTAR

Dengan memanjatkan puji syukur kehadirat Allah SWT, atas karunia yang telah diberikan kepada penulis sehingga Laporan Pengabdian Masyarakat dengan judul “Penerapan Perilaku Diet Rendah Garam Pada Keluarga Lansia Penderita Hipertensi Di Posyandu Lansia Desa Jedong Kecamatan Wagir” telah dapat terselesaikan sesuai waktu yang ditentukan. Pengabdian Masyarakat ini penulis susun sebagai salah satu program tri darma dosen di program studi keperawatan Poltekkes RS dr. Soepraoen Malang.

Dalam kesempatan ini kami tidak lupa mengucapkan banyak terima kasih kepada:

1. Letkol Ckm Arief Efendi, SH, SMPH, S.Kep, Ners, MM selaku direktur Potekkes RS dr. Soepraoen Malang
2. Ns. Tien Aminah, S.Kep selaku Ketua BPPM Poltekkes RS dr. Soepraoen Malang
3. Kumoro Asto L, M.Kep selaku Kaprodi Keperawatan Poltekkes RS dr. Soepraoen Malang
4. Kepala Puskesmas Kecamatan Wagir Kabupaten Malang
5. Perawat Desa Jedong dan seluruh kader posyandu lansia Desa Jedong Kecamatan Wagir Kabupaten Malang
6. Seluruh pihak yang telah membantu kelancaran Pengabdian Masyarakat ini yang tidak dapat disebutkan satu persatu.

Penulis menyadari bahwa dalam Pengabdian Masyarakat ini masih banyak kekurangan, oleh karena itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun sebagai masukan dalam perbaikan demi kesempurnaan Pengabdian Masyarakat ini.

Akhirnya penulis mengharapkan semoga Pengabdian Masyarakat ini bermanfaat bagi peneliti pada khususnya dan pembaca pada umumnya.

Malang, 2018

Ns. Ardhiles Wahyu K, M.Kep

## DAFTAR ISI

	Hal
Halaman Judul .....	i
Lembar Pengesahan.....	ii
Ringkasan .....	iii
Kata Pengantar.....	iv
Daftar Isi .....	v
Kata Pengantar .....	vi
<b>BAB I Pendahuluan</b>	
1.1 Analisa Situasi .....	1
1.2 Permasalahan Mitra .....	2
<b>BAB II Solusi dan Target Luaran</b>	
2.1 Solusi .....	4
2.2 Target Luaran .....	5
<b>BAB III Metode Pelaksanaan .....</b>	<b>6</b>
<b>BAB IV Kelayakan Pengusul.....</b>	<b>8</b>
<b>BAB V Hasil dan Luaran Yang Dicapai</b>	
5.1 Hasil .....	9
5.2 Luaran .....	10
<b>BAB VI Kesimpulan dan Saran</b>	
5.1 Kesimpulan .....	11
5.2 Saran .....	11
Daftar Pustaka.....	12
Lampiran .....	13

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Jadwal Kegiatan .....	13
Lampiran 2 Identitas Tim .....	14
Lampiran 3 Justifikasi Anggaran.....	18
Lampiran 4 Evaluasi Kinerja Program .....	20
Lampiran 5 Dokumentasi Kegiatan .....	22
Lampiran 6 Materi .....	24