

LAMPIRAN

ASUPAN NATRIUM DAN STATUS GIZI TERHADAP TINGKAT HIPERTENSI PADA PASIEN RAWAT JALAN DI RSUD KOTA MAKASSAR

Hasbullah Darmawan¹, Abdullah Tamrin², Nadimin²

¹RSUD Salewangang, Kabupaten Maros

²Jurusan Gizi, Politeknik Kesehatan Kemenkes, Makassar

Korespondensi, E-Mail : abdullahtamrin@poltekkes-mks.ac.id

ABSTRACT

Hypertension is a big problem, not only in western countries but also in Indonesia. Every year hypertension or high blood pressure contributes to the deaths of nearly 9.4 million people due to heart disease and stroke and if combined these two diseases are the number one cause of death in the world. This study aims to analyze the relationship between sodium intake and nutritional status to the level of hypertension in outpatients in RSUD Makassar City. This study used cross sectional study design. The sample is outpatient of RSUD Makassar City. Data of sodium intake and nutritional status were obtained by recall 1x24 hours and anthropometry measurement, while blood pressure data were obtained from patient rekammedic data. The results showed that samples with normal sodium intake tended to have mild hypertension that was 12 people (85,7%) while sample with sodium intake was more likely to have moderate hypertension that is 12 people (75%). Samples of normal nutritional status with mild hypertension tends to be 12 people (80%) while the sample with abnormal nutritional status tend to have moderate hypertension is 11 people (73,3%). The relationship between sodium intake and nutritional status to hypertension level. It is recommended to hospital nutritionists to provide further consultation on low-salt diet as well as improved nutritional status. In addition there is also a further understanding of hypertensive patients about the cause of hypertension to be more vigilant against hypertension disease.

Keywords: hypertension level, nutritional status, sodium intake

PENDAHULUAN

Manusia cenderung tidak teratur dalam memperhatikan pola makan sehari-hari, sehingga akibatnya dapat mengganggu kesehatan. Untuk membuang kebiasaan buruk perlu digantikan dengan melakukan kebiasaan baru yang lebih baik. Secara garis besar Pete Cohen mengatakan bahwa cara menghargai hidup adalah dengan menjalaninya dengan sehat dan teratur seperti minum air putih yang cukup, sarapan pagi setiap hari, dan makan siang

yang bergizi tentunya sangat dianjurkan (Anisah dkk, 2011).

Hipertensi merupakan masalah besar, tidak hanya di negara barat tapi juga di Indonesia. Hipertensi diderita oleh satu miliar orang di seluruh dunia dan diperkirakan tahun 2025 melonjak menjadi 1,5 miliar orang. Setiap tahun hipertensi atau tekanan darah tinggi menyumbang kepada kematian hampir 9,4 juta orang akibat penyakit jantung dan stroke dan jika digabungkann kedua penyakit ini

LAMPIRAN 2

61 GIZIDO Volume 9 No. 2 November 2017 Asupan Natrium Henry Imbar, dkk

ASUPAN NATRIUM DAN ASUPAN LEMAK TERHADAP KEJADIAN HIPERTENSI PADA PASIEN RAWAT JALAN DI PUSKESMAS MINANGA KOTA MANADO

Henry S. Imbar¹, Fred A. Rumagit², dan Ade Putra Molou³

1,2,3 Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes Manado

ABSTRACT

Hypertension is circulatory system disorders, it cause the blood pressure normal exceed. That's why this disease also known as high blood pressure. In blood pressure measurements, usually there are 2 kind of numbers which show higher and lower. The higher number means the heart contraction/systolic, and the lower number means the heart relaxation/diastolic. This study was to find the sodium intake and fat intake , also to find the relation of sodium intake and fat intake towards hypertensions on outpatient at Manado, Minanga Public Health Center.

This is observational study with cross sectional design towards 70 sample. Sample inclusion criteria in this study is all the patients that comes to treatment at public health center as long as study period which is 2 weeks (29 may-9 June) at Minanga public health center. Blood pressure data taken by nurse, measured with sphygmomanometer, sodium and fat intake data taken by researcher, getting with interview semi-FFQ questionnaire. The data in this study tested with Chi-Square test.

The result of this study showed that from 70 sample, there are 40 patients (57.1%) with hypertension has high sodium intake, 4 patients (5.7%) with hypertension has low sodium intake, 39 patients (55.7%) with hypertension has high fat intake, 5 patients (7.1%) with hypertension has low fat intake. The result of this study also showed that there are relation between sodium intake and hypertension, proven by Chi-Square test p value = 0.003, there are also relation between fat intake and hypertension, proven by Chy-Square test p value = 0,019.

Key Word : Hypertension, Sodium Intake, Fat Intake

PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan salah satu penyakit kardiovaskuler dengan prevalensi dan resiko kematian yang cukup tinggi di negara maju dan

Kebanyakan pasien mempunyai tekanan darah prehipertensi sebelum mereka didiagnosis hipertensi, dan rentang usia yang biasanya terdiagnosis hipertensi adalah antara

ASUPAN NATRIUM DAN KALIUM SEBAGAI FAKTOR PENYEBAB HIPERTENSI PADA USIA LANJUT (*Sodium and potassium intake as a factor causing hypertension in the elderly*)

Yulia Fitri^{1*}, Rusmikawati², Siti Zulfah³, Nurbaicit⁴

^{1,2,3}Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes RI Aceh. E-mail: yuliafitri58@yahoo.com

⁴Jurusan Kebidanan Politeknik Kesehatan Kemenkes RI Aceh

Received: 10/11/2018

Accepted: 15/11/2018

Published online: 30/11/2018

ABSTRAK

Hipertensi merupakan salah satu penyakit yang paling banyak diderita oleh lansia. Pada usia ≥ 40 tahun baik pada laki-laki ataupun wanita akan lebih beresiko untuk menderita hipertensi. Banyak faktor yang berperan dalam penyakit hipertensi salah satunya adalah pola makan yang tidak seimbang. Ketidakseimbangan dalam pengaturan zat gizi mikro seperti natrium dan kalium merupakan salah satu faktor yang berperan penting dalam kejadian hipertensi. Tujuan untuk mengetahui hubungan asupan natrium dan kalium dengan terjadinya hipertensi pada usia lanjut di wilayah kerja puskesmas Darul Imarah Kabupaten Aceh Besar. Penelitian deskriptif analitik berdesain crosssectional ini menggunakan sampel sebanyak 60 orang usia lanjut (45-55 tahun), dilakukan di Darul Imarah tahun 2017. Asupan Natrium dan Kalium diperoleh melalui food frequency Questionnaire semi kuantitatif. Data tekanan darah didapatkan dengan sphygmomanometer. Analisis data bivariat menggunakan uji Chi Square. Hasil penelitian menunjukkan hubungan signifikan antara asupan natrium dengan kejadian hipertensi ($p = 0,000$), sedangkan asupan kalium tidak menunjukkan hubungannya ($p = 1,000$). Kesimpulan, asupan natrium dapat berdampak terhadap terjadinya hipertensi, sedangkan kalium tidak berdampak terhadap hipertensi pada usia lanjut. Saran, penderita hipertensi dapat mengurangi konsumsi makanan yang mengandung natrium seperti makanan yang diawetkan, makanan kaleng, penggunaan garam, kecap, keju dan MSG untuk menghindari peningkatan tekanan darah.

Kata kunci: Asupan natrium, kalium, hipertensi, usia lanjut

ABSTRACT

occurrence of hypertension in the elderly in the working area of Darul Imarah Community Health Center, Aceh Besar District. Method, this cross-sectional descriptive analytic study used a sample of 60 elderly people (45-55 years) and conducted in the Darul Imarah Health Center in 2017. Sodium and Potassium intake was obtained through a semi-quantitative food frequency Questionnaires. Blood pressure data obtained with sphygmomanometer. Bivariate data analysis using Chi Square test. The results, showed a significant relationship between sodium intake and the incidence of hypertension ($p = 0.000$). While potassium intake did not show a relationship ($p = 1.000$). Conclusion, sodium intake can have an impact on the occurrence of hypertension, while potassium does not affect hypertension in the elderly. Suggestion, people with hypertension can reduce consumption foods that containing sodium such as preserved food, canned food, use of salt, soy sauce, cheese and MSG to avoid increasing blood pressure.

Keywords: Sodium intake, potassium, hypertension, elderly

PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan salah satu penyakit yang masih menjadi permasalahan terbesar di dunia. Hipertensi dapat menyebabkan komplikasi terhadap beberapa penyakit lain, seperti penyakit jantung, stroke dan ginjal.¹ Menurut WHO, diagnosa hipertensi pada orang dewasa ditetapkan paling sedikit dua kunjungan dimana lebih tinggi atau pada 140/90

HUBUNGAN ASUPAN NATRIUM, KALIUM DENGAN HIPERTENSI PADA LANSIA DI POLIKLINIK PENYAKIT DALAM

Atin Rohatin dan Cahyani Wira Prayuda

Pegawai RSUD Majalengka, Dosen Prodi Gizi FIKes UNISA Kuningan

Email: atinrohatin@gmail.com dan cahyaniwp@gmail.com

INFO ARTIKEL	ABSTRAK
Artikel Masuk: 5 September 2020 Artikel Review: 10 September 2020 Artikel Revisi: 20 September 2020	<p>Hipertensi pada lansia sebagian besar merupakan hipertensi sistolik terisolasi (HST), meningkatnya tekanan sistolik menyebabkan besarnya kemungkinan timbulnya kejadian stroke, jantung bahkan hingga menyebabkan kematian. Faktor yang dapat menyebabkan terjadinya hipertensi salah satunya adalah karena pola makan yang kurang baik, seperti tingginya asupan natrium serta rendahnya asupan kalsium. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara asupan natrium, kalium dengan hipertensi pada lansia di Poliklinik Penyakit Dalam RSUD Majalengka. Desain penelitian ini menggunakan desain Cross-Sectional. Populasi pada penelitian ini adalah pengunjung poli klinik penyakit dalam RSUD Majalengka yang berusia diatas 60 tahun, jumlah responden sebanyak 77 responden. Metoda pengambilan sampel yang digunakan adalah purposive sampling. Analisa data yang dilakukan adalah analisis univariat dan analisis bivariat dengan menggunakan uji statistik chi-Square. Hasil uji chi-square pada asupan natrium diperoleh nilai $P = 0,004$, yang berarti nilai $p < 0,05$ yang artinya ada hubungan antara asupan natrium dengan hipertensi pada lansia. Hasil uji chi-square pada asupan kalium diperoleh nilai $P = 0,003$, yang berarti nilai $p < 0,05$ yang artinya bahwa ada hubungan antara asupan kalium dengan hipertensi pada lansia. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa kelebihan asupan natrium, kekurangan asupan kalium dapat menyebabkan hipertensi pada lansia di poliklinik penyakit dalam RSUD Majalengka.</p>
Kata kunci: Asupan Natrium; Hipertensi dan Lanjut Usia.	

Pendahuluan

Pada tahun 2010 diperkirakan jumlah penduduk lansia di Indonesia, sebesar 24 juta jiwa atau 9,77% dari total jumlah penduduk. Menurut JNC (*Joint National Committee*) VII tahun 2003, hipertensi ditemukan sebanyak 60-70% pada populasi berusia di atas 65 tahun. Berdasarkan data dari Rumah sakit Umum Daerah Majalengka (rawat jalan) pada tahun 2015 pasien hipertensi lansia yang berobat sebanyak 3.995 (6,5%) pasien/tahun. Rata-rata perbulan 333 pasien (SIM RS RSUD Majalengka, 2016).

Hipertensi pada lansia sebagian besar merupakan hipertensi sistolik terisolasi (HST), meningkatnya tekanan sistolik menyebabkan besarnya kemungkinan timbulnya kejadian stroke dan infark myocard bahkan

PENGUKURAN INDEKS MASSA TUBUH, ASUPAN LEMAK, DAN ASUPAN
NATRIUM KAITANNYA DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI PADA KELOMPOK
DEWASA DI KABUPATEN JOMBANG

*Assessment of Body Mass Index, Fat and Natrium Intake Correlated by Hipertension in Adult
in Jombang City*

¹Amalia Rahma, ²Peggy Setyaning Baskari,

¹Program Studi Gizi, Fakultas Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Gresik

²Program Studi Gizi Klinik Jurusan Kesehatan Politeknik Negeri Jember

ABSTRACT

This study aims to analyse correlation of Body Mass Index, fat and natrium intake with the incident of hypertension in adult in Jombang, East Java. The research method using the analytical survey with cross sectional design. The number of subjects in the research are 74 persons that can be using cluster technique sampling. The data retrieval that by doing measures of blood pressure, height, weight, and interview the intake of eating using form SQ-FFQ, and bivariate analysis using chi-square test. The result analysis of correlation BMI with the incident of hypertension obtained p-value=0.034 and OR=4.85, correlation analysis between fat intake with the incident of hypertension obtained p-value=0.438, and corretaion analysis sodium intake with the incident of hypertension obtained p-value=0.000 and OR=115.5. The concludes of study there was correlation between BMI and sodium intake with the incident of hypertension, but there wasn't correlation between fat intake with the incident of hypertension.

Keywords: *Fat intake, sodium intake, hypertension, body mass index*

ABSTRAK

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan antara Indeks Massa Tubuh, asupan lemak, dan asupan natrium dengan kejadian hipertensi di Desa Japanan Kecamatan Gudo Kabupaten Jombang. Metode penelitian menggunakan metode survei analitik dengan desain *cross sectional*. Jumlah sampel dalam penelitian adalah 74 orang yang didapat dengan menggunakan teknik *cluster sampling*. Pengambilan data yaitu dengan melakukan pengukuran tekanan darah, tinggi badan, berat badan, dan wawancara asupan makan menggunakan form SQ-FFQ, dan analisis bivariat dilakukan menggunakan uji *chi-square*. Hasil analisis hubungan IMT dengan kejadian hipertensi didapatkan nilai $p=0,034$ dan $OR=4,85$, analisis hubungan asupan lemak dengan kejadian hipertensi didapatkan nilai $p=0,438$, dan analisis hubungan asupan natrium dengan kejadian hipertensi didapatkan nilai nilai $p=0,000$ dan $OR 115,5$. Kesimpulan dari penelitian adalah ada hubungan IMT dan asupan natrium dengan kejadian hipertensi, namun tidak ada hubungan asupan

**HUBUNGAN TINGKAT KONSUMSI ENERGI DAN NATRIUM DENGAN
PENDERITA HIPERTENSI DI KELURAHAN MALALAYANG I
KOTA MANADO**

I Made Dendra¹ dan Saktiani Oktavia²

1,2 Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Manado

ABSTRACT

Hypertension is one disease with the highest mortality rate in Indonesia that needs to be controlled so as not to cause the risk of other degenerative diseases. Hypertension often does not cause symptoms, but over a long period of time can cause hypertension. According to WHO 2011, about 1 billion people worldwide suffer from hypertension. Results of basic health research (Riskesmas) years (2013) shows that the highest prevalence of hypertension based on diagnosis is found in the Province Sulawesi Utara amount (15,0%) and in the City of Manado the measurement results are as big as (28,6%) with age group characteristics \geq 18 years old at risk of hypertension.

The type of research used was observational analytic with *cross sectional* study design. Number of samples studied 74 respondents taken by *purposive sampling*. Blood pressure measurements were performed using a tension meter and the level of energy and sodium consumption using a 2x24 hour recall gauge, analysis used is univariate and bivariate analysis.

The results obtained that people who have excessive energy consumption level exist 63 respondent, which has excess sodium consumption level as much 59 respondent, and which has blood pressure as much 58 respondent. While variable level of energy consumption ($p=0,010$), level of sodium consumption ($p=0,000$), so there is a significant relationship between the level of energy consumption and sodium with the number of hypertensive patients in Kelurahan Malalayang I City of Manado.

Keywords : Level Of Energy Consumption, Level Of Sodium Consumption, Patients Hypertension.

PENDAHULUAN

Di era globalisasi ini masalah kesehatan masih banyak terdapat di Negara Maju maupun Negara

hidup yang tidak sehat. Pola makan dan gaya hidup yang tidak sehat dalam kurun waktu yang cukup lama dapat memicu terjadinya hipertensi, dimana

OPEN ACCESS

Indonesian Journal of Human Nutrition

P-ISSN 2442-6636

E-ISSN 2355-3987

www.ijhn.ub.ac.id

Artikel Hasil Penelitian



Asupan Protein dan Kalium Berhubungan dengan Penurunan Tekanan Darah Pasien Hipertensi Rawat Jalan

(Protein and Potassium Intake Related to Decreased Blood Pressure in Outclinic Hypertensive Patients)

Inggita Kusumastuty¹, Desty Widayani¹, Endang Sri Wahyuni²

¹ Jurusan Gizi Fakultas Kedokteran Universitas Brawijaya

² Laboratorium Fisiologi Fakultas Kedokteran Universitas Brawijaya

*Alamat korespondensi, E-Mail: inggita.kusuma@gmail.com

Diterima / Direview / Dimuat: Juni 2014 / Oktober 2014 / Juni 2016

Abstrak

Hipertensi merupakan salah satu penyakit degeneratif yang prevalensinya semakin meningkat setiap tahun. Salah satu faktor yang mempengaruhi tekanan darah pada pasien hipertensi adalah asupan protein dan kalium. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan asupan protein dan asupan kalium terhadap tekanan darah pasien hipertensi rawat jalan di Puskesmas Bareng Kota Malang. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *cross sectional*. Sampel dipilih dengan cara *purposive sampling* sebanyak 60 orang pasien hipertensi yang ada di wilayah kerja Puskesmas Bareng dan sudah memenuhi kriteria inklusi. Uji statistik yang digunakan adalah uji korelasi *Spearman* dengan variabel yang diukur yaitu asupan protein, asupan kalium, tekanan darah sistolik, dan tekanan darah diastolik. Hasil analisis bivariat menunjukkan ada hubungan yang signifikan antara asupan protein dengan tekanan darah sistolik ($r_s = -0,407$, $p=0,001$) dan tekanan darah diastolik ($r_s = -0,519$, $p=0,000$) dengan arah korelasi negatif. Asupan kalium berhubungan dengan tekanan darah sistolik ($r_s = -0,518$, $p=0,000$) dan tekanan darah diastolik ($r_s = -0,419$, $p=0,000$) dengan arah korelasi negatif. Kesimpulan dari penelitian ini adalah asupan protein dan asupan kalium berhubungan signifikan dengan penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi.

Kata kunci: protein, kalium, tekanan darah, hipertensi.

Abstract