

POLITEKNIK KESEHATAN TANJUNGPUR
JURUSAN GIZI
Tugas Akhir, Mei 2021

Rahayu Nainggolan

Asupan Natrium, Kalium, dan Tekanan Darah Penderita Hipertensi (*Study Literature*) Tahun 2021

xiii + 40 halaman + 4 tabel, 1 gambar, 6 lampiran

ABSTRAK

Hipertensi adalah suatu keadaan kronis yang ditandai dengan meningkatnya tekanan darah pada dinding pembuluh darah arteri. Keadaan tersebut mengakibatkan jantung bekerja lebih keras untuk mengedarkan darah keseluruh tubuh melalui pembuluh darah. Prevalensi hipertensi nasional berdasarkan Riskesdas 2013 sebesar 25,8% dengan orang yang mengalami hipertensi hanya 1/3 yang terdiagnosis sedangkan 2/3 tidak terdiagnosis dan 0,7% orang yang terdiagnosis tekanan darah tinggi dengan boleh didepan kalimat memiliki kebiasaan meminum obat hipertensi. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar penderita hipertensi tidak menyadari menderita hipertensi.

Jenis penelitian yang digunakan adalah studi kepustakaan penelitian (*Library Research*). Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian berupa metode analisis isi (*Content Analysis*). Analisis ini digunakan untuk mendapatkan inferensi yang valid dan dapat diteliti ulang berdasarkan konteksnya.

Hasil penelitian pada variabel asupan natrium dari 7 jurnal menunjukkan nilai *p-value* antara lain $p = 0,003$, $p = 0,003$, $p = 0,000$, $p = 0,004$, $p = 0,000$ dan $p = 0,000$ yang berarti nilai $p < \alpha = 0,05$ yang berarti ada hubungan antara asupan natrium dengan tingkat hipertensi, sedangkan variabel asupan kalium dari tiga sumber data diperoleh nilai *p-value* antara lain $p = 0,003$, $p = 0,000$ dan $p = 1,000$ ($\alpha > 0,05$).

Berdasarkan 7 sumber jurnal dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara asupan natrium dan kalium dengan tingkat hipertensi. Disarankan pada penelitian berikutnya perlu dilengkapi dengan mencantumkan kategori angka asupan natrium maupun kalium untuk asupan kurang, baik/normal, dan lebih maupun kategori hipertensi dan dapat mempertimbangkan faktor lain yang berpengaruh dengan naiknya tekanan darah, seperti asupan lemak, faktor stress, fisik, merokok, dan faktor komplikasi penyakit.

Kata kunci : Asupan Natrium, Asupan Kalium, Hipertensi
Daftar Bacaan : 37 (2011-2019)

**TANJUNGPURANG HEALTH POLYTECHNIC
DEPARTMENT OF NUTRITION
Final Project, May 2021**

Rahayu Nainggolan

Intake of Sodium, Potassium, and Blood Pressure for Patients with Hypertension
(Study Literature) in 2021

xiii + 40 pages + 4 tables, 1 figure, 6 attachments

ABSTRACT

Hypertension is a chronic condition characterized by increased blood pressure on the walls of the arteries. This situation causes the heart to work harder to circulate blood throughout the body through the blood vessels. The national prevalence of hypertension based on Riskesdas 2013 was 25.8% with only 1/3 of those who had hypertension diagnosed while 2/3 were undiagnosed and 0.7% of people diagnosed with high blood pressure by having the habit of taking hypertension drugs. This shows that most people with hypertension are not aware that they are suffering from hypertension.

The type of research used is library research. The data analysis technique used in this research is a content analysis method. This analysis is used to obtain valid inferences and can be re-examined based on the context.

The results of the study on the sodium intake variable from 7 journals showed p-values, among others, $p = 0.003$, $p = 0.003$, $p = 0.000$, $p = 0.004$, $p = 0.000$ and $p = 0.000$ which means the p value $< \alpha = 0.05$ which This means that there is a relationship between sodium intake and the level of hypertension, while the variable potassium intake from the three data sources obtained p-values, among others, $p = 0.003$, $p = 0.000$ and $p = 1.000$ ($\alpha > 0.05$).

Based on 7 journal sources, it can be concluded that there is a relationship between sodium and potassium intake and the level of hypertension. It is recommended that the next research needs to be completed by including the category of sodium and potassium intake figures for insufficient, good / normal, and more intake as well as the hypertension category and explaining other factors that can affect the increase in blood pressure, such as fat intake, stress, physical, smoking, and disease complications.

Keywords : Sodium Intake, Potassium Intake, Hypertension
Reading list : 37 (2011-2019)