

POLITEKNIK KESEHATAN TANJUNGPUR

JURUSAN GIZI

Tugas Akhir, 23 Mei 2024

Adelia Pradila

Gambaran Asupan Natrium, Kalium, Tekanan Darah dan Status Gizi pada Pasien Hipertensi Di Poli Rawat Jalan Puskesmas Bukit Kemuning Lampung Utara Tahun 2024.

xiii + 66 halaman + 10 tabel + 6 lampiran

ABSTRAK

Hipertensi adalah suatu keadaan klinis dimana nilai sistolik dan diastolik lebih besar dari 140 mmHg dan 90 mmHg, yang dapat diartikan sebagai tekanan darah yang meningkat melebihi batas normal. Hipertensi masih menjadi masalah dalam dunia kesehatan saat ini. Masyarakat sering menyebut hipertensi sebagai “tekanan darah tinggi” karena penyakit ini menunjukkan peningkatan tekanan darah yang tinggi melebihi batas normal. Berdasarkan data Dinas Kesehatan Lampung Utara, penyakit hipertensi masuk dalam 10 penyakit tertinggi dalam urutan ke tiga. Data kunjungan pada tahun 2019 sebanyak 21.503 jiwa dan pada tahun 2021 terjadi peningkatan yaitu sebanyak 58.841 kasus. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran asupan natrium, kalium, Tekanan Darah dan status gizi pada pasien hipertensi.

Jenis metode penelitian ini adalah penelitian deskriptif. Variabel yang digunakan adalah asupan natrium, asupan kalium, tekanan darah dan status gizi. Populasi dalam penelitian ini adalah pasien penderita hipertensi di Puskesmas Bukit Kemuning yang berjumlah 80 orang, dan jumlah sampel yang diambil sebanyak 42 orang dengan menggunakan teknik *accidental sampling* yaitu diambil dari pasien yang datang ke Puskesmas Bukit Kemuning. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan April 2023. Data ini dikumpulkan dengan cara wawancara menggunakan formulir FFQ Semi Kuantitatif dan pengukuran antropometri menggunakan alat ukur stadiometer, pita ukur dan timbangan digital dengan ketelitian 0,1 kilogram.

Hasil penelitian diketahui bahwa sebanyak 42 responden (100%) diperoleh asupan natrium lebih. Dan sebanyak 41 responden (97,6%) asupan kalium kurang. Mayoritas status gizi dengan pengukuran IMT di Puskesmas Bukit Kemuning dengan 17 responden (40,5%) dalam kategori obesitas I. Dan pengukuran RLPP dengan 31 responden (73,8%) dalam kategori obesitas sentral. Responden dengan tekanan darah terbanyak di kategori hipertensi 1 yaitu 35,7%. Pasien Hipertensi diharapkan dapat meningkatkan makanan yang tinggi kalium dan menurunkan makanan yang tinggi natrium agar hipertensi dapat dikendalikan. Serta ahli gizi diharapkan dapat memberikan motivasi tentang diet rendah garam dan tetap memberikan penyuluhan tentang penyebab terjadinya hipertensi, faktor terjadinya hipertensi serta pola makan yang baik dan benar bagi penderita hipertensi.

Kata Kunci : Hipertensi, Asupan Natrium, Asupan Kalium, dan Status Gizi

Daftar Bacaan : 66 (2011-2022)

HEALTH POLYTECHNIC OF TANJUNGKARANG
NUTRITION DEPARTMENT

Final Report, 2024

Adelia Pradila

Description of Sodium Potassium Intake, Blood Pressure and Nutritional Status in Hypertension Patients at the Outpatient Clinic of Bukit Kemuning Health Center, North Lampung in 2024.

xiii + 66 page+ 10 tables + 6 attachment

ABSTRACT

Hypertension is a clinical condition where the systolic and diastolic values are greater than 140 mmHg and 90 mmHg, which can be interpreted as blood pressure that increases beyond normal limits. Hypertension is still a problem in the world of health today. People often refer to hypertension as "high blood pressure" because this disease shows a high increase in blood pressure beyond normal limits. Based on data from the North Lampung Health Service, hypertension is included in the 10 highest diseases in third place. Data on visits in 2019 was 21,503 people and in 2021 there was an increase, namely 58,841 cases. The aim of this study was to determine the description of sodium, potassium intake, blood pressure and nutritional status in hypertensive patients.

This type of research method is descriptive research. The variables used are sodium intake, potassium intake, blood pressure and nutritional status. The population in this study was patients suffering from hypertension at the Bukit Kemuning Health Center with a total of 80 people, and the number of samples taken was 42 people using an accidental sampling technique, which was taken from patients who came to the health center at the time the research was conducted, This research was conducted in April 2023. This data was collected by interview using the Semi Quantitative FFQ form and anthropometric measurements using a stadiometer, measuring tape and digital scales with an accuracy of 0.1 kilograms.

The research results showed that as many as 42 respondents (100%) had more sodium intake. And as many as 41 respondents (97.6%) had insufficient potassium intake. The majority of nutritional status was measured by BMI at the Bukit Kemuning Community Health Center with 17 respondents (40,5%) in the obesity I category. And RLPP measurements with 31 respondents (73,8%) in the central obesity category. Respondents with the highest blood pressure were in the Hypertension I category, namely 35.7%. Hypertension patients are expected to increase foods that are high in potassium and reduce foods that are high in sodium so that hypertension can be controlled. And nutritionists are expected to be able to provide motivation about a low-salt diet and continue to provide education about the causes of hypertension, factors that cause hypertension and good and correct eating patterns for hypertension sufferers.

Keywords: *Hypertension, Sodium Intake, Potassium Intake and Nutritional Status*
eading list : 68 (2011-2022)