

POLITEKNIK KESEHATAN TANJUNGPINANG
JURUSAN GIZI
Tugas Akhir, Juni 2024

Khoiriah Anggraini

Gambaran Asupan Natrium, Kalium Dan Tingkat Pengetahuan Gizi Pada Pasien Hipertensi Di Rumah Sakit Umum Daerah Menggala Tahun 2024

xiv + 64 halaman +8 tabel, 2 gambar, 6 lampiran

ABSTRAK

Hipertensi adalah suatu kondisi dimana pembuluh darah memiliki tekanan darah tinggi (tekanan darah sistolik ≥ 140 mmHg atau tekanan darah diastolik ≥ 90 mmHg) . Menurut WHO (2023), apabila tekanan darah tidak terkontrol secara teratur maka bisa menyebabkan kerusakan serius pada jantung yaitu nyeri dada yang disebut angina, serangan jantung, gagal jantung dan kematian mendadak akibat detak jantung tidak teratur. Hipertensi juga dapat pecah atau menyumbat arteri yang memasok darah dan oksigen ke otak sehingga menyebabkan stroke. Selain itu hipertensi juga dapat menyebabkan gagal ginjal. Berdasarkan data Riskesdas tahun 2018, prevalensi hipertensi di Indonesia sebesar 34,1% sedangkan di provinsi Lampung sebesar 15,10 %. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi Gambaran Asupan Natrium, Kalium dan Tekanan Darah pada penderita Hipertensi.

Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif. Penelitian ini memiliki tiga variabel yang terdiri dari gambaran asupan natrium, kalium dan tingkat pengetahuan pasien Pengambilan sampel yang di lakukan di Rumah Sakit Umum Daerah Menggala dengan jumlah populasi pada saat penelitian dan sampel diambil dari jumlah populasi atau menggunakan metode random sampling (metode acak sederhana) dengan rumus slovin.

Hasil penelitian diketahui bahwa tingkat asupan natrium lebih sebesar 74,2%. Asupan kalium kurang sebesar 100% pengetahuan cukup responden terkait hipertensi sebesar 45,1%. Rata – rata konsumsi asupan natrium harian rawat jalan sebesar 3.369,1 kalium rendah sebesar 1.594,7 mg. Hal ini disebabkan karena responden mengkonsumsi asupan dan bahan makanan yang tinggi natrium seperti ikan asin, sambal terasi, keripik, durian, kopi, jajanan kemasan, MSG, dan makanan dengan cara pengolahan digoreng yang jumlah konsumsinya 3-4 kali dalam sehari, konsumsi asupan sayur dan buah buahan yang kurang. Cukupnya pengetahuan terkait hipertensi dilihat pada saat wawancara dengan menggunakan kuesioner dengan mengajukan beberapa pertanyaan serta melihat dari riwayat Pendidikan bahwa responden rata rata memiliki riwayat Pendidikan Tamat/Sd Sederajat. Berdasarkan hasil penelitian maka saran yang diberikan responden dapat meningkatkan asupan kalium dan menurunkan asupan natrium agar hipertensi dapat dikendalikan serta mengkonsumsi buah dan sayur untuk mengontrol tekanan darah.

Kata Kunci : Hipertensi, Natrium, Kalium, Tingkat Pengetahuan
Daftar bacaan : 46 (2014-2022)

HEALTH POLYTECHNIC OF TANJUNGKARANG
NUTRITION DEPARTMENT
Final Report, Juni 2024

Khoiriah Anggraini

Description Of Sodium, Blood And Level Of Nutritional Knowledge In Adult Hypertension Patients At The Menggala Regional General Hospital In 2024

xiv + 64 pages +8 tables, 2 pictures, 6 attachments

ABSTRACT

Hypertension is a condition where the blood vessels have high blood pressure (systolic blood pressure ≥ 140 mmHg or diastolic blood pressure ≥ 90 mmHg) . According to WHO (2023), if blood pressure is not controlled regularly it can cause serious damage to the heart, namely chest pain called angina, heart attacks, heart failure and sudden death due to irregular heartbeats. Hypertension can also burst or block the arteries that supply blood and oxygen to the brain, causing a stroke. Apart from that, hypertension can also cause kidney failure. Based on 2018 Riskesdas data, the prevalence of hypertension in Indonesia was 34.1%, while in Lampung province it was 15.10%. This study aims to identify the description of potassium, sodium and blood pressure intake in people with hypertension.

This type of research is descriptive research. This research has three variables consisting of a description of sodium intake, blood and the patient's level of knowledge. Sampling was carried out at the Menggala Regional General Hospital with a population or use the random sampling method (simple random method) with the slovin formula.

The results showed that the level of sodium intake was more than 74.2%. Potassium intake is less than 100% of respondents' sufficient knowledge related to hypertension by 45.1%. The average daily sodium intake consumption of outpatients was 3,369.1 low potassium by 1,594.7 mg. This is because respondents consume intake and food ingredients that are high in sodium such as salted fish, chili paste, chips, durian, coffee, packaged snacks, MSG, and food with fried processing which the amount of consumption is 3-4 times a day, less consumption of vegetable and fruit intake. Sufficient knowledge related to hypertension is seen during interviews using a questionnaire by asking several questions and looking at the education history that the average respondent has a history of graduation / secondary school education. Based on the results of the study, the advice given by respondents can increase potassium intake and reduce sodium intake so that hypertension can be controlled and consume fruits and vegetables to control blood pressure.

Keywords : Hypertension, Sodium, Potassium, Knowledge Level
Reference : 46 (2014-2022)