

# **LAMPIRAN**

Lampiran 1 Jurnal Hubungan Asupan Natrium dengan kejadian Hipertensi di Posyandu Lansia Desa Tegowangi Kecamatan Plemahan Kabupaten Kediri

**HUBUNGAN ASUPAN NATRIUM DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI DI POSYANDU LANSIA DESA TEGOWANGI KECAMATAN PLEMAHAN KABUPATEN KEDIRI**

***Relationship Of Sodium Intake With The Incidence Of Hypertension At Elderly Posyandu Tegowangi Village Plemahan Sub District Of Kediri***

**Dwi Reka Aprilliyanti, Frenky Arif Budiman\***  
Program Studi D3 Gizi, Akademi Gizi Karya Husada Kediri  
*frenkyarifbudiman86@gmail.com*

**Abstrak**

Asupan natrium yang cukup namun menyebabkan hipertensi pada lansia hal ini disebabkan karena pada dasarnya lansia sudah memiliki riwayat penyakit hipertensi. Pengaruh asupan natrium terhadap timbulnya hipertensi terjadi melalui peningkatan volume plasma, curah jantung, dan tekanan darah. Konsumsi natrium yang berlebih menyebabkan konsentrasi natrium didalam cairan ekstraseluler meningkat. Untuk menormalkannya, cairan intraseluler ditarik keluar, sehingga cairan ekstraseluler meningkat. Meningkatnya cairan ekstraseluler tersebut meningkatkan volume darah. Menganalisis Hubungan Asupan Natrium Dengan Kejadian Hipertensi di Posyandu Lanjut Usia Desa Tegowangi Kecamatan Plemahan Kabupaten Kediri. Penelitian dilaksanakan di Posyandu Lansia Desa Tegowangi Kecamatan Plemahan Kabupaten Kediri. Pengambilan sampel menggunakan *random sampling*. Subyek penelitian adalah lansia yang mengalami tekanan darah tinggi. Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara asupan natrium dengan hipertensi ( $0,895 > 0,05$ ) di Posyandu Lansia Desa Tegowangi Kecamatan Plemahan Kabupaten Kediri. Karena adanya faktor lain yang dapat mempengaruhi terjadinya hipertensi pada lansia. Tidak Ada Hubungan Asupan Natrium Dengan Kejadian Hipertensi Di Posyandu Lansia Desa Tegowangi Kecamatan Plemahan Kabupaten Kediri. Perlu adanya penyuluhan yang dilakukan di posyandu tentang faktor penyebab hipertensi dan makanan yang tinggi akan natrium, untuk mencegah terjadinya hipertensi pada lansia.

**Kata Kunci : Asupan Natrium, Hipertensi, Lansia**

**Abstract**

*Adequate intake of sodium but causes hypertension in the elderly this is because basically elderly have a history of hypertension. Effect of Sodium intake on the occurrence of hypertension occurs through increased plasma volume, cardiac output, and blood pressure. Excessive consumption of Sodium causes the concentration of Sodium in the extracellular fluid to increase. To normalize it, the intracellular fluid is pulled out, so that the extracellular fluid increases. Increased extracellular fluid increases blood volume. Analyzing Relationship of Sodium Intake with Hypertension Incidence at Elderly Posyandu Tegowangi village Plemahan Sub-district of Kediri. The study was conducted at Elderly Posyandu addresses Tegowangi district of Plemahan Kediri Regency. Sample using random sampling. Research subjects were elderly who had high blood pressure. There was no significant relationship between sodium intake with hypertension ( $0.895 > 0.05$ ) in Posyandu Lansia Tegowangi, Plemahan sub-district of Kediri. Because of other factors tha can affect the occurrence of hypertension in elderly. There is no Relationship of Sodium Intake with Hypertension Incidence at Elderly Posyandu Tegowangi village Plemahan Sub-district of Kediri. There needs to be counseling conducted posyandu about factors causing hypertension and foods high in sodium, to prevent the occurrence of hypertension in elderly.*

**Keywords : Sodium intake, Hypertension, Elderly.**

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

Hasbullah Darmawan<sup>1</sup>, Abdullah Tamrin<sup>2</sup>, Nadimin<sup>2</sup>

<sup>1</sup>RSUD Salewangang, Kabupaten Maros

<sup>2</sup>Jurusan 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

**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<sup>1\*</sup>, Rusmikawati<sup>2</sup>, Siti Zulfah<sup>3</sup>, Nurbaiti<sup>4</sup>

<sup>1,2,3</sup>Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes RI Aceh. E-mail: [yuliafitri58@yahoo.com](mailto:yuliafitri58@yahoo.com)

<sup>4</sup>Jurusan 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  $\geq 40$  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 srossectional 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**

Hypertension is one of the most common diseases suffered by the elderly. At the age of  $\geq 40$  years, both men and women will be more at risk at hypertension. Many factors play a role in hypertension, one of which is an unbalanced diet. Imbalance intake of micronutrients such as sodium and potassium also plays as an important role in the incidence of hypertension. The objective, to determine the relationship of sodium and potassium intake with the

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 menyebabkan komplikasi terhadap beberapa penyakit lain, seperti penyakit jantung, stroke dan ginjal.<sup>1</sup> Menurut WHO, diagnosa hipertensi pada orang dewasa ditetapkan paling sedikit dua kunjungan dimana lebih tinggi atau pada 140/90 mmHg.<sup>2</sup>

Prevalensi hipertensi setia tahun selalu meningkat, berdasarkan data WHO menunjukkan, diseluruh dunia sekitar 972 juta orang atau 26,4% penghuni dunia mengidap hipertensi dengan perbandingan 26,6% pria dan 26,1% wanita. Angka ini kemungkinan

\* Penulis untuk korespondensi: [yuliafitri58@yahoo.com](mailto:yuliafitri58@yahoo.com)

Lampiran 4 Jurnal Pola Konsumsi Makanan Tinggi Natrium, Status Gizi, dan Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi di Puskesmas Mantok, Kabupaten Banggai, Sulawesi Tengah



**Pola konsumsi makanan tinggi natrium, status gizi, dan tekanan darah pada pasien hipertensi di Puskesmas Mantok, Kabupaten Banggai, Sulawesi Tengah**

***Consumption patterns of high-sodium food, nutritional status, and blood pressure of hypertension patients at Mantok Health Center, District of Banggai, Central Sulawesi***

Sri Hartati M. Mantuges, Fery Lusviana Widiany\*, Ari Tri Astuti  
Program Studi Gizi Program Sarjana, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Respati Yogyakarta

Diterima: 15/05/2018

Ditelaah: 30/05/2018

Dimuat: 26/02/2021

**Abstrak**

**Latar Belakang:** Provinsi Sulawesi Tengah, secara nasional menempati peringkat ke-8 tertinggi untuk prevalensi hipertensi berdasarkan diagnosis dokter atau konsumsi obat antihipertensi pada penduduk usia  $\geq 18$  tahun. Prevalensi obesitas di provinsi tersebut lebih tinggi daripada rata-rata prevalensi obesitas nasional, yaitu 21,8%. Wilayah kerja Puskesmas Mantok merupakan daerah pesisir dan sebagian besar penduduknya mengonsumsi produk olahan laut. Pola makan masyarakat dan status gizi diduga menjadi faktor penyebab hipertensi di wilayah tersebut. **Tujuan:** Untuk mengetahui hubungan antara pola konsumsi makanan tinggi natrium dan status gizi dengan tekanan darah pada pasien hipertensi. **Metode:** Penelitian ini merupakan penelitian observasional dengan desain *cross sectional*, dilaksanakan di Puskesmas Mantok, Kabupaten Banggai. Subjek penelitian 48 pasien yang baru didiagnosis hipertensi dan diambil dengan teknik *purposive sampling*. Variabel bebas adalah pola konsumsi makanan tinggi natrium dan status gizi, variabel terikatnya tekanan darah. Data dianalisis dengan uji *Chi Square*. **Hasil:** Sebanyak 64,6% subjek mengonsumsi makanan tinggi natrium dengan kategori asupan lebih, sebagian besar subjek berstatus gizi lebih (58%) dan mengalami hipertensi grade II (67%). Analisis statistik menunjukkan adanya hubungan antara pola konsumsi makanan tinggi natrium dengan tekanan darah ( $p=0,033$ ), dan ada hubungan antara status gizi dengan tekanan darah ( $p=0,025$ ). **Kesimpulan:** Pola konsumsi makanan tinggi natrium dan status gizi berhubungan dengan tekanan darah pada pasien hipertensi di Puskesmas Mantok, Kabupaten Banggai, Sulawesi Tengah, Indonesia.

**Kata kunci:** hipertensi; natrium; obesitas; status gizi; tekanan darah

**Abstract**

**Background:** Province of Central Sulawesi, was 8<sup>th</sup> highest ranking for hypertension prevalence based on doctor's diagnosis or consumption of antihypertensive drugs in the population aged  $\geq 18$  years, nationally. Obesity prevalence in the province was 21.8%, higher than the national average obesity prevalence. The working area of Mantok Community Health Center is an area close to the beach and most of the population consume processed sea products. Community eating patterns and nutritional status are thought to be factors causing hypertension in the region. **Objective:** To determine relationship between consumption pattern of high-sodium food and nutritional status with blood pressure in hypertensive patients. **Method:** This was an observational study with a cross sectional design, carried out at Mantok Community Health Center, Banggai Regency. Subjects included 48 patients newly diagnosed with hypertension and were taken by purposive sampling technique. The independent variables were consumption pattern of high-sodium food and nutritional status, while the dependent variable was blood pressure. Data were analyzed using Chi Square test. **Results:** There were 64.6% of subjects consumed high sodium foods with high category, the majority of subjects were overnutrition (58%) and had grade II hypertension (67%). Statistical analysis showed there were relationship between high-sodium food consumption patterns with blood pressure ( $p=0.033$ ), and relationship between nutritional status and blood pressure ( $p<0.025$ ). **Conclusion:** The consumption pattern of high-sodium food and nutritional status were significantly related to blood pressure in hypertensive patients at Mantok Health Center, District of Banggai, Central Sulawesi, Indonesia.

**Keywords:** hypertension; sodium; obesity; nutritional status; blood pressure

\*Korespondensi: Fery Lusviana Widiany, Prodi Gizi Program Sarjana, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Respati Yogyakarta, Jl. Raya Tajem km 1,5 Sleman, Yogyakarta, Hp. 085702024636, 97  
Email: fery\_lusviana@respati.ac.id

Lampiran 5 Jurnal Pengukuran Indeks Massa Tubuh, Asupan lemak, dan Asupan Natrium Kaitannya dengan kejadian Hipertensi pada Kelompok Dewasa di Kabupaten Jombang

GHIDZA MEDIA JOURNAL  
OKTOBER 2019  
1(1):53-62

**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*

<sup>1</sup>Amalia Rahma, <sup>2</sup>Peggy Setyaning Baskari,  
<sup>1</sup>Program Studi Gizi, Fakultas Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Gresik  
<sup>2</sup>Program 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 bivriate 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 lemak dengan kejadian hipertensi.

**Kata kunci:** Asupan lemak, asupan natrium, hipertensi, indeks massa tubuh

## Lampiran 6 Jurnal Hubungan Asupan Natrium, Kalium dengan Hipertensi pada Lansia di Poliklinik Penyakit Dalam

### 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	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.
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 walaupun tekanan diastoliknya dalam batas normal (isolated systolic hypertension). Isolated systolic hypertension adalah bentuk hipertensi yang paling sering terjadi pada lansia. Pada suatu penelitian, hipertensi menempati 87% kasus pada orang yang berumur 50 sampai 59 tahun. Adanya hipertensi, baik HST maupun kombinasi sistolik dan diastolik merupakan faktor risiko morbiditas dan mortalitas untuk orang lanjut usia. Hipertensi masih merupakan faktor risiko utama untuk stroke, gagal jantung penyakit koroner, dimana peranannya diperkirakan lebih besar dibandingkan pada orang yang lebih muda (Kuswardhani, 2007).

Kondisi yang berkaitan dengan usia ini adalah produk samping dari keausan arteriosklerosis dari arteri-arteri utama, terutama aorta, dan akibat dari berkurangnya kelenturan. Dengan mengerasnya arteri-arteri ini dan menjadi semakin kaku, arteri dan aorta itu kehilangan daya penyesuaian diri. Dinding, yang kini tidak elastis, tidak dapat lagi mengubah darah yang keluar dari jantung menjadi aliran yang lancar.

Lampiran 7 Jurnal Asupan Protein dan Kalium Berhubungan dengan Penurunan Tekanan Darah Pasien Hipertensi Rawat Jalan

*Indonesian Journal of Human Nutrition, Juni 2016, Vol.3 No.1 : 19 - 28*

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 Kusumastuty<sup>1</sup>, Desty Widayani<sup>1</sup>, Endang Sri Wahyuni<sup>2</sup>**

<sup>1</sup> Jurusan Gizi Fakultas Kedokteran Universitas Brawijaya

<sup>2</sup> 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**

*Hypertension is one of the degenerative diseases whose prevalence experiences an increase every year. One of the factors that influence blood pressure in hypertensive patients is protein and potassium intake. The purpose of this study was to determine the relationship of protein intake and potassium intake on blood pressure in hypertensive outpatient in community health centers of Bareng Malang. The method of this study was cross – sectional study. Samples were selected by purposive sampling with 60 hypertensive patients who have already met the inclusion criteria. Statistical test used Spearman correlation test with a variable that measured protein intake, potassium intake, systolic and diastolic blood pressure. Bivariate test*