

POLITEKNIK KESEHATAN TANJUNGKARANG
JURUSAN GIZI
Tugas Akhir, Juni 2023

Berliano Afrizal

Gambaran Asupan Kalium, Natrium, dan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi
di Puskesmas Liwa Kabupaten Lampung Barat

xiv + 62 halaman + 6 tabel, 2 gambar, 7 lampiran

ABSTRAK

Hipertensi atau penyakit tekanan darah tinggi 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 ke seluruh tubuh melalui pembuluh darah. Hal ini dapat mengganggu aliran darah, merusak pembuluh darah, bahkan dapat menyebabkan penyakit degeneratif hingga kematian. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi Gambaran Asupan Kalium, Natrium, dan Tekanan Darah pada penderita Hipertensi.

Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif. Pengambilan sampel yang dilakukan di Puskemas Liwa Lampung Barat dengan teknik sampel insidental. Penelitian dilakukan pada bulan Mei tahun 2023. Data dari 55 responden diperoleh dengan menggunakan lembar kuesioner dan Semi Quantitatif FFQ.

Hasil penelitian diperoleh asupan kalium kurang sebesar 61,8%. Asupan natrium sebagian besar yang dikonsumsi responden yaitu asupan natrium lebih sebesar 56,4%. Pengukuran tekanan darah pada responden sebagian besar yaitu mengalami prehipertensi sebesar 29,1%.

Anggota prolanis diharapkan dapat meningkatkan asupan kalium dan menurunkan asupan natrium agar hipertensi dapat dikendalikan serta petugas kesehatan diharapkan dapat melakukan penyuluhan mengenai asupan kalium dan natrium bagi peserta prolanis dan keluarga peserta tiap kali kunjungan.

Kata Kunci : Hipertensi, Kalium, Natrium
Daftar Bacaan : 56 (2009 – 2021)

HEALTH POLYTECHNIC OF TANJUNGKARANG
NUTRITION DEPARTEMENT
Final Project , June 2023

Berliano Afrizal

An Overview of Intake of Potassium, Sodium, and Blood Pressure in Patients with Hypertension at the Liwa Health Center, West Lampung Regency

xiv + 62 pages + 6 tables, 2 pictures, 7 attachments

ABSTRACTS

Hypertension or high blood pressure 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 blood vessels. This can disrupt blood flow, damage blood vessels, and can even cause degenerative diseases and even death. This study aims to identify the features of intake of potassium, sodium and blood pressure in patients with hypertension.

This type of research is descriptive research. Sampling was carried out at the Liwa West Lampung Health Center with incidental sampling techniques. The research was conducted in May 2023. Data was obtained using a questionnaire and Semi Quantitative FFQ.

The results of the study were obtained from 55 respondents, it was found that most of the potassium intake consumed by respondents was insufficient potassium intake of 61,8%. Most of the respondents consumed sodium intake, namely excess sodium intake of 56,4%. Measuring blood pressure in the majority of respondents experienced prehypertension of 29,1%.

Prolanis members are expected to be able to increase potassium intake and reduce sodium intake so that hypertension can be controlled and health workers are expected to be able to conduct counseling regarding potassium and sodium intake for prolanis participants and their families at each visit.

Keywords : Hypertension, Potassium, Sodium

Refference : 56 (2009 - 2021)