

**POLITEKNIK KESEHATAN TANJUNGPUR**  
**JURUSAN GIZI**  
**Tugas Akhir, Mei 2024**

Monica Agustin

**Penatalaksanaan Asuhan Gizi Terstandar pada Pasien Hipertensi di RSUD  
Zainal Abidin Pagaram Way Kanan.**

xiv + 81 halaman + 14 tabel, 16 gambar, 16 lampiran

**ABSTRAK**

Hipertensi merupakan penyakit yang sering dijumpai dimasyarakat dan penyakit ini sangat beresiko karena menyebabkan komplikasi bagi penderitanya. Hipertensi adalah suatu keadaan dimana tekanan darah melewati batas normal sistolik 140 mmHg atau lebih dan sistolik 90 mmHg atau lebih, pada 2 kali pengukuran dalam selang waktu 2 menit. Prevalensi hipertensi di Indonesia mendapatkan dari hasil pengukuran pada penduduk usia lebih dari 18 tahun sebesar 34,11% dan mengalami peningkatan dari tahun sebelumnya dengan prevalensi sebesar 25,8% pada tahun 2013 (Riskesdas, 2018). Penelitian ini bertujuan untuk melakukan penatalaksanaan asuhan gizi terstandar pada pasien Hipertensi di RSUD Zainal Abidin Pagaram Way Kanan Tahun 2024.

Penelitian mengenai penatalaksanaan asuhan gizi terstandar pada pasien hipertensi di RSUD Zainal Abidin Pagaram Way Kanan Tahun 2024 dilakukan dengan metode studi kasus dimulai dari assessment gizi, diagnosis gizi, intervensi gizi, monitoring dan evaluasi gizi pada pasien hipertensi.

Hasil penelitian ini didapatkan skor skrinning gizi dengan nilai 0 yaitu tidak beresiko malnutrisi. Diagnosis gizi adalah (NI.2.1) asupan oral tidak adekuat dan (NC.5.10.1.3) asupan mineral zat besi inadekuat. Pasien diberikan diet DASH <2300 mg dengan kebutuhan energi 1.453 kkal, protein 40,36 g, lemak 54,49 g, karbohidrat 217,97 g, serat 22 g, natrium <2300 mg, kalsium 1200 mg, magnesium 320 mg, kalium 4700 mg dan besi 8 mg. Asupan oral pasien mengalami peningkatan selama 3 hari intervensi dengan rata-rata yaitu energi 1.312,73 kkal (90%), protein 51,06 g (93%), lemak 77,6 g (192%), karbohidrat 115,73 g (53%), serat 10,86 g (49%), natrium 817 mg (54%), kalium 1564 mg (33%), kalsium 348,53 mg (29%), besi 11,53 mg (144%) dan magnesium 289 mg (90%). Data fisik/klinis pasien semakin membaik dan tekanan darah menurun selama intervensi. Pasien disarankan untuk mengonsumsi makanan sesuai dengan anjuran diet hipertensi, caranya dengan mengonsumsi makanan yang dianjurkan dan tidak dianjurkan serta mengonsumsi makanan sesuai dengan gizi seimbang atau isi piringku.

Kata kunci : Asuhan Gizi, Hipertensi, Penatalaksanaan  
Daftar bacaan : 68 (2014-2023)

**HEALTH POLYTECHNIC OF TANJUNGPUR  
NUTRITION DEPARTMENT  
Final Project, May 2024**

Monica Agustin

**Nutritional Care Process in Hypertension Patients at RSUD Zainal Abidin  
Pagaralam Way Kanan.**

xiv + 81 pages + 14 table, 16 picture, 16 attachments

**ABSTRACT**

Hypertension is a disease that is often found in the community and this disease is very risky because it can cause complications for sufferers. Hypertension or high blood pressure is a condition where blood pressure exceeds the normal limit of systolic 140 mmHg or more and diastolic 90 mmHg or more, at 2 measurements in an interval of 2 minutes. The prevalence of hypertension in Indonesia is obtained from the measurement results in the population aged approximately 18 years of 34.11% and has increased from the previous year with a prevalence of 25.8% in 2013 (Riskesdas, 2018). This study aims to carry out standardized nutritional care management for Hypertensive patients at Zainal Abidin Pagaralam Way Kanan Hospital in 2024.

Research on the management of standardized nutritional care in hypertensive patients at Zainal Abidin Pagaralam Way Kanan Hospital in 2024 was carried out using the case study method starting from nutritional assessment, nutritional diagnosis, nutritional intervention, monitoring and evaluation of nutrition in hypertensive patients.

The results of this study obtained a nutritional screening score with a value of 0, which is not at risk of malnutrition. The nutritional diagnosis was (NI.2.1) inadequate oral intake and (NC.5.10.1.3) changes in nutrition-related lab values. Patients were given a DASH diet of <2300 mg with energy needs of 1,453 kcal, protein 40.36 g, fat 54.49 g, carbohydrates 217.97 g, fiber 22 g, sodium <2300 mg, calcium 1200 mg, magnesium 320 mg, potassium 4700 mg and iron 8 mg. The patient's oral intake increased during the 3 days of intervention with an average of energy 1,312.73 kcal (90%), protein 51.06 g (93%), fat 77.6 g (192), carbohydrate 115.73 (53%), fiber 10.86 g (49%), sodium 817 mg (54%), potassium 1564 mg (33%), calcium 348.53 mg (29%), iron 11.53 mg (144%) and magnesium 289 mg (90%). The patient's physical/clinical data improved and blood pressure decreased during the intervention. Patients are advised to eat food in accordance with the recommended hypertension diet, how to eat recommended and not recommended foods and eat food in accordance with balanced nutrition or the contents of my plate.

Keywords : Nutritional care, Hypertension, management

Reading list : 68 (2014-2023)