

POLITEKNIK KESEHATAN TANJUNGPUR
JURUSAN GIZI
Tugas Akhir, Juni 2025

Safira Asri Devani

Penatalaksanaan Asuhan Gizi Terstandar pada Pasien Hipertensi *Homecare*
Prolanis di Wilayah Kerja Puskesmas Kotabumi 2 Kabupaten Lampung Utara

xi + 118 Halaman + 15 Tabel + 3 Gambar + 19 Lampiran

ABSTRAK

Prevalensi hipertensi di Indonesia sebesar 34,1%. Di Indonesia, perkiraan pengidap hipertensi mencapai lebih dari 63 juta orang. Bahkan, tercatat telah ada 427.218 kasus kematian akibat masalah kesehatan ini. Berdasarkan data Risesdas tahun 2018 di Indonesia menunjukkan prevalensi hipertensi pada jenis kelamin laki-laki lebih kecil (31,34%) dibandingkan jenis kelamin perempuan sebesar 36,85%. (Kemenkes, 2018b). Berdasarkan data Dinas Kesehatan Lampung Utara pada tahun 2018 kunjungan penderita hipertensi sebanyak 4.593 jiwa (10,8%), tahun 2019 sebanyak 4.673 jiwa (11%), dan tahun 2020 sebanyak 18.206 jiwa (16%). Tujuan penelitian ini adalah untuk melakukan asuhan gizi terstandar pada pasien hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Kotabumi 2 tahun 2025.

Rancangan tugas akhir ini adalah studi kasus penatalaksanaan asuhan gizi terstandar pada pasien hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Kotabumi 2 Tahun 2025. Sampel penelitian ini adalah 1 orang pasien hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Kotabumi 2. Penelitian ini dilakukan selama 10 hari. Analisis yang digunakan pada penelitian ini adalah deskriptif dengan membandingkan hasil data penelitian sebelum dan sesudah proses penatalaksanaan asuhan gizi terstandar pada pasien hipertensi.

Hasil skrining gizi didapatkan bahwa pasien berisiko malnutrisi dengan skor 1 dengan diagnosis gizi yaitu hipertensi. Diberikan intervensi diet DASH 1.900 kkal secara oral makanan biasa selama 3 hari dan monitoring 7 hari. Terjadi peningkatan asupan zat gizi pasien, khususnya pada zat gizi makronutrien. Hal ini mencerminkan adanya perbaikan dalam pola konsumsi yang sebelumnya tidak seimbang. Namun tetap diperlukan penyesuaian komposisi pangan untuk mengoptimalkan asupan mikronutrien esensial yang berperan dalam pengaturan tekanan darah. Diharapkan ahli gizi puskesmas dapat mengadakan konseling gizi kepada pasien yang datang berobat ke puskesmas mengenai penyakitnya. Pasien dapat memonitoring diri untuk tidak mengkonsumsi makanan yang dapat meningkatkan tekanan darah, kemudian dapat makan tepat waktu, serta mengikuti anjuran diet DASH.

Kata Kunci : Asuhan Gizi, Hipertensi

Daftar Bacaan : 74 (2014-2025)

TANJUNGKARANG HEALTH POLYTECHNIC
DEPARTMENT NUTRITION
Final Project, June 2025

Safira Asri Devani

Nutrition Care Process for Homecare Hypertension Patients in the Working Area
Kotabumi 2 Community Health Center, North Lampung Regency

xi + 118 Pages + 15 Tables + 3 Figures + 19 Attachments

ABSTRAK

The prevalence of hypertension in Indonesia is 34.1%. In Indonesia, the estimated number of people with hypertension reaches more than 63 million people. In fact, there have been 427,218 cases of death due to this health problem. Based on the 2018 Riskesdas data in Indonesia, the prevalence of hypertension in men is smaller (31.34%) compared to women at 36.85% (Ministry of Health, 2018b). Based on data from the North Lampung Health Service, in 2018 there were 4,593 visits from hypertension sufferers (10.8%), in 2019 there were 4,673 people (11%), and in 2020 there were 18,206 people (16%). The purpose of this study was to provide standardized nutritional care to hypertension patients in the Kotabumi 2 Health Center working area in 2025.

The design of this study is a case study of standardized nutritional care management for hypertensive patients in the Kotabumi 2 Health Center work area in 2025. The sample of this study was 1 hypertensive patient in the Kotabumi 2 Health Center work area. This study was conducted for 10 days. The analysis used in this study is descriptive by comparing the results of research data before and after the standardized nutritional care management process for hypertensive patients.

The results of the nutritional screening showed that the patient was at risk of malnutrition with a score of 1 with a nutritional diagnosis of hypertension. Given a DASH diet intervention of 1,900 kcal orally with regular food for 3 days and 7 days of monitoring. There was an increase in the patient's nutrient intake, especially in macronutrients. This reflects an improvement in the previously unbalanced consumption pattern. However, adjustments to food composition are still needed to optimize the intake of essential micronutrients that play a role in regulating blood pressure. It is hoped that nutritionists at the health center can provide nutritional counseling to patients who come to the health center for treatment regarding their illness. Patients can monitor themselves not to consume foods that can increase blood pressure, then can eat on time, and follow the DASH diet recommendations.

Keywords : Nutritional Care, Hypertension

Reference : 74 (2014-2025)