

**DWI KUSTIYAH “GAMBARAN ASUPAN GIZI DAN STATUS GIZI PADA PASIEN  
HIPERTENSI RAWAT JALAN DI PUSKESMAS SUKODONO  
KECAMATAN SUKODONO”**

**ABSTRAK**

Hipertensi sebagian besar merupakan Hipertensi Sistolik Terisolasi (HST) dan pada umumnya merupakan hipertensi primer di mana memiliki faktor risiko morbiditas dan mortalitas yang cukup tinggi serta mengakibatkan risiko penyakit vaskuler lainnya seperti serangan jantung dan stroke. Pola makan, perubahan gaya hidup, dan aktivitas fisik adalah beberapa hal yang harus diperhatikan untuk mengurangi faktor risiko hipertensi. Tujuan penelitian ini adalah mengkaji asupan gizi dan status gizi lansia dengan hipertensi pada pasien rawat jalan di puskesmas sukodono

Penelitian ini menggunakan desain studi kasus dengan melakukan asupant gizi. Sampel penelitian ini adalah 67 orang pasien hipertensi di puskesmas sukodono yang memenuhi kriteria sebagai responden dengan teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *Accidental Sampling*. Data dikumpulkan melalui wawancara, food recall 1 x 24 jam, riwayat personal pasien, melakukan antropometri tinggi badan dan berat badan, serta mengumpulkan data fisik dan klinis pasien. Data diolah dan dianalisis secara deskriptif.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari hasil recall dan seluruh pasien mempunyai asupan zat gizi yang tidak seimbang. Seluruh pasien terdiagnosa hipertensi dan tidak memiliki penyakit lain selain hipertensi.

Konsultasi gizi secara rutin untuk mendapatkan edukasi tentang diet hipertensi perlu dilakukan agar pasien dapat mengatur pola makan, terutama makanan yang tinggi natrium serta meningkatkan asupan serat yang tinggi.

Kata Kunci : Assesment Gizi, Hipertensi

**DWI KUSTIYAH “GAMBARAN ASUPAN GIZI DAN STATUS GIZI PADA PASIEN  
HIPERTENSI RAWAT JALAN DI PUSKESMAS SUKODONO  
KECAMATAN SUKODONO”**

**ABSTRACT**

Hypertension mostly is Isolated Systolic Hypertension and commonly is primary hypertension that have high risk factor of morbidity and mortality and can cause another vascular disease such as heart attack and stroke. Food pattern, life style changed, and physical activity are several things that must be concerned to decrease the risk factor of hypertension. The purpose of this research was to study of nutritional intake and nutritional status of elderly people with hypertension in outpatients at Sukodono health center

This research used a case study design by doing nutrition assessment. The sample of this research was 67 hypertension patients at Sukodono health center that fulfilled criteria as respondent with sampling technique used was *Accidental Sampling*. Data was collected by interview, Food Recall 1 x 24 hours to determine the nutrition intake history, personal data history of patients, measure the anthropometric of patient such as height and weight, and also collect the physical and clinical data of patients. Data was processed and analyzed descriptively.

The results showed that from the recall results and all patients had an imbalanced nutrient intake. All patients were diagnosed with hypertension and did not have other diseases other than hypertension.

Routine of nutrition counseling to get education about hypertension diet are needed so the patient can manage his food pattern, especially for the food that high in sodium and also increase the high fiber intake.

Keywords: Nutrition Assessment, Hypertension