

**HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN GIZI TERHADAP
KEPATUHAN DIET PADA PASIEN HIPERTENSI RAWAT JALAN DI
PUSKESMAS PAKIS KECAMATAN SAWAHAN
KOTA SURABAYA TAHUN 2015**

(Studi Kualitatif di wilayah kerja Puskesmas Pakis Kecamatan Sawahan Kota
Surabaya)

ABSTRAK

Hipertensi merupakan tekanan darah sistolik diatas 140 mmHg dan tekanan darah diastolik diatas 90 mmHg. Dalam pelaksanaan diet penderita hipertensi makanan yang dimakan secara langsung atau tidak langsung berpengaruh terhadap kestabilan tekanan darah. Kandungan zat gizi seperti sodium memiliki kaitan yang erat dengan hipertensi. Pelaksanaan diet yang teratur dapat menormalkan tekanan darah, yaitu dengan mengurangi makanan dengan tinggi garam, mengurangi konsumsi makanan yang tinggi lemak, berhenti merokok, berolahraga, refreshing dan mengkonsumsi makanan yang tinggi serat. Namun dalam era globalisasi seperti ini banyak masyarakat yang mengkonsumsi makanan serba instan. Akibatnya dampak dari mengkonsumsi makanan serba instan adalah terserang penyakit degeneratif salah satunya adalah hipertensi. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan tingkat pengetahuan gizi terhadap kepatuhan diet pada pasien rawat jalan hipertensi di puskesmas Pakis kecamatan Sawahan kota Surabaya.

Penelitian ini merupakan penelitian analitik menggunakan metode *cross sectional*. Populasi adalah pasien Poli Gizi selama Juli-September 2014 dan diambil sampel sebanyak 22 responden dengan menggunakan sistem random sampling.

Dari hasil uji statistik Korelasi Spearman diketahui bahwa terdapat hubungan antara tingkat pengetahuan gizi terhadap kepatuhan diet (asupan natrium) ($p=0,079 < \alpha=0,1$), terdapat tidak ada hubungan antara tingkat pengetahuan gizi terhadap kepatuhan diet (asupan kalium) ($p=0,402 > \alpha=0,1$).

Ada hubungan antara tingkat pengetahuan gizi terhadap kepatuhan diet (asupan natrium). Lebih sering meningkatkan kembali konsumsi bahan makanan yang mengandung tinggi kalium seperti sayur-sayuran dan buah-buahan.

Kata Kunci: Tingkat Pengetahuan Gizi, Kepatuhan diet

**THE RELATIONSHIP OF KNOWLEDGE IN NUTRITION TO
OBEDIENCE DIETARY OUT HYPERTENSION PATIENT IN PAKIS
COMMUNITY HEALTH CENTER SAWAHAN SUB DISTRICT
SURABAYA CITY 2015 YEARS**

(Qualitative Study in Pakis Community Health Service Center Sub District
Sawahan Surabaya City)

ABSTRACT

Hypertension is systolic blood pressure above 140 mmHg and diastolic blood pressure above 90 mmHg. Literally, dietary food for patient of hypertension is affected their blood pressure, nutrition in food like sodium has connection with blood pressure. Normal dietary for patient can make normal blood pressure, with reduce their meals which contain salt, fat, stop smoking, do exercise, and consume food with high fiber. In globalization era, a lot of people consume instant food. That affected in our body, so it can make people sick of degeneration disease and one of it is hypertension. Purpose of this research is to find out the relationship of knowledge in nutrition to obedience dietary out patient in Pakis community health center Sawahan sub district Surabaya city.

This research is analytical research that use cross sectional method. Use patient community health center during July – September 2014 and sampled 22 people with random sampling system.

The result of test correlation of Spearman, there is correlation between knowledge of nutrition to obedience dietary (sodium intake) ($p=0,79 < \alpha=0,1$), there is no correlation between level of knowledge in nutrition to obedience dietary (calcium intake) ($p=0,402 > \alpha=0,1$).

There is a correlation between knowledge of nutrition to obedience dietary (sodium intake), often consume food who has contain high calcium, like vegetables and fruits.

Keyword: Knowledge in nutrition, Obedience Dietary