

HUBUNGAN ASUPAN LEMAK, NATRIUM, DAN KALIUM DENGAN TINGKAT KEJADIAN HIPERTENSI DI PUSKESMAS BLOOTO KOTA MOJOKERTO

ABSTRAK

Hipertensi merupakan salah satu penyebab utama kematian. Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar dari tahun 2013 hingga 2018, prevalensi hipertensi pada orang yang berusia di atas 18 tahun meningkat dari 25,8% pada tahun 2013 menjadi 34,1% pada tahun 2018 (Kemenkes RI, 2018). Pada tahun 2018, Provinsi Jawa Timur menempati posisi keenam dengan prevalensi sebesar 36,32% (Kemenkes RI, 2018). Di Kota Mojokerto, salah satu dari enam pusat kesehatan yang ada adalah Puskesmas Blooto. Berdasarkan informasi dari Dinas Kesehatan Kota Mojokerto untuk periode 2022-2023, penelitian ini bertujuan untuk meneliti hubungan antara konsumsi lemak, natrium, dan kalium dengan perkembangan hipertensi pada pasien di Puskesmas Blooto. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan *cross-sectional*, melibatkan 139 pasien hipertensi yang dipantau dari Agustus hingga Oktober 2023, dengan 58 peserta dipilih secara acak untuk analisis lebih lanjut. Uji korelasi Spearman digunakan untuk menganalisis data, dan hasilnya menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara konsumsi lemak dan natrium dengan tingkat hipertensi, dengan nilai $p < 0,000$ untuk kedua variabel tersebut. Namun, hubungan antara konsumsi kalium dan hipertensi tidak dapat dianalisis karena semua peserta memiliki asupan kalium yang tidak mencukupi. Hasil ini menekankan peran penting ahli gizi dan profesional kesehatan dalam mendidik pasien hipertensi mengenai gejala, pola makan, dan gaya hidup sehat.

Kata kunci : Hipertensi, asupan, lemak, natrium, kalium

THE RELATIONSHIP OF FAT, SODIUM AND POTASSIUM INTAKE WITH THE INCIDENT RATE OF HYPERTENSION AT BLOOTO HEALTH CENTER, MOJOKERTO CITY

ABSTRACT

Hypertension is one of the leading causes of death. Based on Basic Health Research data from 2013 to 2018, the prevalence of hypertension in people over 18 years old increased from 25.8% in 2013 to 34.1% in 2018 (Kemenkes RI, 2018). In 2018, East Java Province ranked sixth with a prevalence of 36.32% (Kemenkes RI, 2018). In Mojokerto City, one of the six health centers is Blooto Health Center. Based on information from the Mojokerto City Health Office for the period 2022-2023, this study aims to examine the relationship between consumption of fat, sodium, and potassium with the development of hypertension in patients at Blooto Health Center. The method used in this study was a cross-sectional approach, involving 139 hypertensive patients monitored from August to October 2023, with 58 participants randomly selected for further analysis. The Spearman correlation test was used to analyze the data, and the results showed a significant association between fat and sodium consumption with the level of hypertension, with p values <0.000 for both variables. However, the relationship between potassium consumption and hypertension could not be analyzed as all participants had insufficient potassium intake. These results emphasize the important role of nutritionists and healthcare professionals in educating hypertensive patients regarding symptoms, diet, and healthy lifestyle.

Key words: Hypertension, intake, fat, sodium, potassium