

**GAMBARAN ASUPAN ZAT GIZI DAN STATUS GIZI  
PADA PASIEN PENDERITA HIPERTENSI  
DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS BANYU URIP KOTA SURABAYA**

(Studi Deskriptif di Puskesmas Banyu Urip Kota Surabaya)

**Abstrak**

**Latar Belakang** Salah satu factor penyebab tingginya kejadian gipertensi yaitu asupan makanan. Kelebihan asupan lemak akan emmbuat berat badan serta kadar lemak dalam darah meningkat. Hal tersebut mendorong terjadinya Hipertensi. Tingginya kandungan natrium dalam asupan makanan juga menjadi salah satu penyebab utama terjadinya hipertensi. **Tujuan Penelitian** Untuk mendapatkan data Gambaran asupan dan status gizi penderita hipertensi di wilayah kerja puskesmas banyu urip Kota Surabaya. **Metode Penelitian** Menggunakan Deskriptif Kuantitatif dan membutuhkan 74 responden. Teknik pengumpulan data yaitu wawancara menggnakan kuisisioner identitas serta karakteristik dan formulis SQ FFQ mengenai asupan lalu melakukan pengukuran mengenai status gizi responden. **Hasil penelitian** ini menunjukkan bahwa asupan kalori dengan kategori normal dengan jumlah 21 responden (28,4%), asupan proteain dengan kategori normal dengan jumlah 19 responden (25,7), asupan lemak dengan kategori lebih dengan jumlah 38 responden(51,4%), asupan Karbohidrat dengan kategori normal dengan jumlah 25 responden (33,8%), asupan Natrium dengan kategori lebih dengan jumlah 36 responden (48,6%), asupan kalium dengan kategori kurang dengan jumlah 55 orang(74,3%), status gizi dalam kategori lebih dengan jumlah 27 responden (36,5%), penderita hipertensi dengan kategori ringan sebanyak 54 responden (73%), sedang dengan jumlah 16 responden, berat dengan jumlah 4 responden. **Kesimpulan** Faktor penyebab terjadinya hipertensi yaitu asupan zat gizi dan status gizi. Dengan asupan gizi yang sesuai maka kecil kemungkinan seseorang akan mengalami hipertensi terlebih pada asupan lemak, natrium dan kalium. Asupan zat gizi juga berpengaruh pada status gizi penderita hipertensi, jika status gizi normal maka kecil kemungkinan seseorang akan terkena hipertensi.

Kata Kunci : *Asupan Zat Gizi, Status Gizi Dan Hipertensi*

**DESCRIPTION OF NUTRIENT INTAKE AND NUTRITIONAL STATUS  
IN PATIENTS SUFFERING FROM HYPERTENSION IN THE WORKING  
AREA OF THE BANYU URIP COMMUNITY HEALTH CENTER  
SURABAYA CITY**

(Descriptive Study at Banyu Urip Community Health Center, Surabaya City)

**Abstract**

**Introduction** One of the factors causing the high incidence of hypertension is food intake. Excess fat intake will increase body weight and increase blood fat levels. This causes hypertension. High sodium content in food intake is also one of the main causes of hypertension. Research Objective: **To obtain** data describing the intake and nutritional status of hypertension sufferers in the working area of the Banyu Urip Community Health Center, Surabaya City. **The research method** uses quantitative descriptive and requires 74 respondents. The data collection technique is interviews using identity and characteristic questionnaires and the SQ FFQ formula regarding intake and then measuring the nutritional status of respondents. **The results of this research** show that calorie intake is in the normal category with 21 respondents (28.4%), protein intake is in the normal category with 19 respondents (25.7), fat intake is in the more category with 38 respondents (51.4%). ), carbohydrate intake in the normal category with 25 respondents (33.8%), sodium intake in the more category with 36 respondents (48.6%), potassium intake in the less category with 55 people (74.3%), nutritional status in the more category with 27 respondents (36.5%), hypertension sufferers in the mild category with 54 respondents (73%), moderate with 16 respondents, severe with 4 respondents. **Conclusion:** Nutrient intake and nutritional status are factors in the occurrence of hypertension. With appropriate nutritional intake, it is unlikely that a person will experience hypertension, especially with fat, sodium and potassium intake. Nutrient intake also influences the nutritional status of hypertensive sufferers. If nutritional status is normal, there is little chance that a person will suffer from hypertension..

Keywords: Nutrient Intake, Nutritional Status and Hypertension