

ABSTRAK

“Pengetahuan Pasien Hipertensi Tentang Pola Makan Sehat Di Puskesmas Pacarkeling Surabaya”

Oleh : Aisyah Salsa Nur Rahmadani

Hipertensi merupakan masalah kesehatan yang dominan di dunia terutama di Indonesia. Berdasarkan hal tersebut Pola Makan menjadi salah satu factor penting yang dapat mempengaruhi kondisi kesehatan seseorang. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui tentang pengetahuan pasien hipertensi tentang pola makan sehat di Puskesmas Pacarkeling Surabaya.

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian deskriptif. Sampel dalam penelitian ini adalah sebagian dari populasi penderita hipertensi di Puskesmas Pacarkeling Surabaya yaitu dengan jumlah sampel 74 orang dengan menggunakan teknik pengambilan sampel *purposive sampling*. Data yang didapatkan kemudian dianalisis menggunakan uji tabulasi.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pengetahuan pasien hipertensi tentang pola makan sehat di Puskesmas Pacarkeling Surabaya sebagian besar memiliki pengetahuan cukup dan sebagian kecil memiliki pengetahuan baik serta pengetahuan kurang.

Pada hasil penelitian ini, pasien hipertensi di Puskesmas Pacarkeling Surabaya memiliki pengetahuan yang cukup dikarenakan kebanyakan penderita memahami pola makan sehat untuk mencegah tekanan darah meningkat.

Diharapkan untuk pasien dan keluarga tetap memahami tentang jenis manan yang dianjurkan, jenis makanan yang tidak dianjurkan, anjuran konsumsi garam serta pola makan untuk mengontrol tekanan darah dan serta dapat menerapkan di kehidupan sehari-hari.

Kata kunci: Pengetahuan, Hipertensi, Pola Makan

ABSTRACT

"Knowledge of Hypertensive Patients About Healthy Eating Patterns In Puskesmas Pacarkeling Surabaya"

By: Aisyah Salsa Nur Rahmadani

Hypertension is a dominant health problem in the world, especially in Indonesia. Based on this, diet is one of the important factors that can affect a person's health condition. The purpose of this study was to find out about the knowledge of hypertensive patients about healthy eating patterns In Puskesmas Pacarkeling Surabaya.

The type of research used is descriptive research. The sample in this study was part of the population with hypertension In Puskesmas Pacarkeling Surabaya, with a sample of 74 people using purposive sampling technique. The data obtained were then analyzed using the tabulation test.

The results of this study indicate that the knowledge of hypertensive patients about healthy eating patterns In Puskesmas Pacarkeling Surabaya has sufficient knowledge and a small proportion have good knowledge and lack of knowledge.

In the results of this study, hypertension patients In Puskesmas Pacarkeling Surabaya had sufficient knowledge because most patients understood a healthy diet to prevent blood pressure from increasing.

It is hoped that patients and families will continue to understand which types of food are recommended, which types of food are not recommended, recommended salt consumption and diet to control blood pressure and can apply them in daily life.

Keywords: Knowledge, Hypertension, Diet