

**TINGKAT PENGETAHUAN DIET RENDAH NATRIUM DAN
TEKANAN DARAH PASIEN HIPERTENSI
DI PUSKESMAS BEBANDEM**



Oleh:

IDA AYU MADE KRISTY WESTI VEDANTI
NIM. P07131019017

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR
JURUSAN GIZI PROGRAM STUDI GIZI
PROGRAM DIPLOMA TIGA
DENPASAR
2022**

**TINGKAT PENGETAHUAN DIET RENDAH NATRIUM DAN
TEKANAN DARAH PASIEN HIPERTENSI
DI PUSKESMAS BEBANDEM**

**Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Menyelesaikan Pendidikan Pada Program Studi Gizi
Program Diploma Tiga Poltekkes Kemenkes Denpasar**

**Oleh:
IDA AYU MADE KRISTY WESTI VEDANTI
NIM. P07131019017**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR
JURUSAN GIZI PROGRAM STUDI GIZI
PROGRAM DIPLOMA TIGA
DENPASAR
2022**

LEMBAR PERSETUJUAN
TINGKAT PENGETAHUAN DIET RENDAH NATRIUM DAN
TEKANAN DARAH PASIEN HIPERTENSI
DI PUSKESMAS BEBANDEM

Oleh:
IDA AYU MADE KRISTY WESTI VEDANTI
NIM. P07131019017

TELAH MENDAPAT PERSETUJUAN

Pembimbing Utama,



GUSTI AYU DEWI KUSUMAYANTI, DCM.M.Kes.
NIP.196604261989032003

Pembimbing Pendamping,



LELY CINTARI, SST.M.P.H
NIP.197609072001122001

MENGETAHUI
KETUA JURUSAN GIZI
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES
DENPASAR



Dr. Ni Komang Wiardani, SST., M.Kes
NIP.196703161990032002

TUGAS AKHIR DENGAN JUDUL:

**TINGKAT PENGETAHUAN DIET RENDAH NATRIUM DAN
TEKANAN DARAH PASIEN HIPERTENSI
DI PUSKESMAS BEBANDEM**

Oleh:

IDA AYU MADE KRISTY WESTI VEDANTI
NIM. P07131019017

TELAH DIUJI DIHADAPAN TIM PENGUJI

PADA HARI : RABU

TANGGAL : 11 MEI 2022

TIM PENGUJI

1. Ni Putu Agustini, SKM,M.Si (Ketua) (.....)
2. Dr. Ni Komang Wiardani, SST., M.Kes (Anggota) (.....)
3. Gusti Ayu Dewi Kusumayanti, DCM,M.Kes (Anggota) (.....)

**MENGETAHUI
KETUA JURUSAN GIZI
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES
DENPASAR**



SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Ida Ayu Made Kristy Westi Vedanti
NIM : P07131019017
Program Studi : Diploma Tiga
Jurusan : Gizi
Tahun Akademik : 2021/2022
Alamat : Br Dinas Subagan, Desa Bungaya, Kecamatan Bebandem,
Kabupaten Karangasem.

Dengan ini menyatakan bahwa :

1. Tugas akhir dengan judul “Tingkat Pengetahuan Diet Rendah Natrium dan Tekanan Darah Pasien Hipertensi Di Puskesmas Bebandem” adalah benar **karya sendiri atau bukan plagiat hasil karya orang lain.**
2. apabila dikemudian hari terbukti bahwa tugas akhir ini bukan karya saya sendiri atau plagiat hasil karya orang lain, maka saya sendiri bersedia menerima sanksi sesuai peraturan mendiknas RI No. 17 tahun 2010 dan ketentuan perundang-undangan yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini saya buat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Denpasar, 27 April 2022

Yang membuat pernyataan



Ida Ayu Made Kristy Westi Vedanti

NIM. P07131019017

KNOWLEDGE LEVEL OF LOW SODIUM DIET AND BLOOD PRESSURE OF HYPERTENSION PATIENTS AT PUSKESMAS BEBANDEM

ABSTRACT

Hypertension is a cause of cardiovascular disease that often occurs in most people and the world. This is due to the lack of information obtained by hypertensive patients about the right diet. The prevalence of hypertension based on the results of the measurement of the population aged 18 years was 25,8% to 34,1% in 2018. This observation aims to determine the level of knowledge of low sodium diet and blood pressure of hypertensive patients at the Puskesmas Bebandem. Subjects who participated in this observation were 16 hypertensive patients consisting of 10 women and 6 men who were in the area of the Puskesmas Bebandem. The collection of subjects using the interview method with a questionnaire media knowledge of low sodium diet. Blood pressure data was obtained by measuring the patient's testimeter. Most of the subjects understood a low sodium diet (75%). Most of the subjects had a history of stage 2 hypertension (56%). The conclusion of this observation is that knowledge of a low sodium diet can affect blood pressure in hypertensive patients at the Puskesmas Bebandem, Bebandem District, Karangasem Regency.

Keywords : Hypertension, Knowledge of Low Sodium Diet, Blood Pressure

TINGKAT PENGETAHUAN DIET RENDAH NATRIUM DAN TEKANAN DARAH PASIEN HIPERTENSI DI PUSKESMAS BEBANDEM

ABSTRAK

Hipertensi menjadi penyebab penyakit kardiovaskular yang kerap kali terjadi pada Sebagian besar masyarakat dan dunia. Hal ini disebabkan kurangnya informasi yang didapat oleh pasien hipertensi tentang pola diet yang tepat. Prevalensi hipertensi berdasarkan hasil pengukuran penduduk usia ≥ 18 tahun sebesar 25,8% menjadi 34,1% di tahun 2018. Pengamatan ini bertujuan untuk mengetahui tingkat pengetahuan diet rendah natrium dan tekanan darah pasien hipertensi di Puskesmas Bebandem. Subjek yang ikut serta dalam pengamatan ini yaitu 16 pasien hipertensi yang terdiri dari 10 orang perempuan dan 6 orang laki-laki berada di wilayah Puskesmas Bebandem. Pengumpulan subjek menggunakan metode wawancara dengan media kuisisioner pengetahuan diet rendah natrium. Data tekanan darah didapatkan melalui pengukuran tesimeter ke pasien. Sebagian besar subjek memahami diet rendah natrium (75%). Sebagian besar subjek mengalami Riwayat hipertensi tahap 2 (56%). Kesimpulan dari pengamatan ini adalah Pengetahuan diet rendah natrium dapat mempengaruhi tekanan darah pada pasien hipertensi di Puskesmas Bebandem, Kecamatan Bebandem, kabupaten Karangasem.

Kata Kunci : Hipertensi, Pengetahuan Diet Rendah Natrium, Tekanan Darah

RINGKASAN PENGAMATAN

**TINGKAT PENGETAHUAN DIET RENDAH NATRIUM DAN
TEKANAN DARAH PASIEN HIPERTENSI
DI PUSKESMAS BEBANDEM**

Oleh : Ida Ayu Made Kristy Westi Vedanti (P07131019017)

Hipertensi adalah suatu keadaan peningkatan darah sistolik yang berada diatas batas normal yaitu lebih dari 140 mmHg dan tekanan darah diastolik lebih dari 90 mmHg. Di Indonesia terdapat peningkatan prevalensi penderita hipertensi dari tahun 2013-2018, di tahun 2013 prevalensi hipertensi berdasarkan hasil pengukuran penduduk usia ≥ 18 tahun sebesar 25,8% menjadi 34,1% di tahun 2018. Berdasarkan data Puskesmas Bebandem pada tahun 2021 dimulai dari bulan Januari hingga November, data pasien hipertensi yang menjalani pengobatan sebanyak 1.219 orang per tahun. Permasalahan yang sering dialami oleh Pasien hipertensi dengan tekanan darah yang tidak terkontrol yang disebabkan oleh pola makan yang kurang baik/patuh. Hal ini disebabkan kurangnya informasi yang didapat oleh pasien hipertensi tentang pola diet yang tepat. Pengamatan ini bertujuan untuk Mengetahui tingkat pengetahuan diet rendah natrium dan tekanan darah pasien hipertensi di Puskesmas Bebandem.

Pengambilan data subjek menggunakan metode wawancara dengan media kuisioner pengetahuan diet rendah natrium. Sedangkan data tekanan darah hipertensi dengan pencatatan di rekam medis dan pengukuran langsung menggunakan alat tensimeter. Dari data yang didapatkan kemudian dikonversikan ke dalam kategori tahu dan tidak tahu untuk pengukuran pengetahuan diet rendah natrium, sedangkan pengukuran tekanan darah kategori normal, pre hipertensi, hipertensi tahap 1, dan hipertensi tahap 2.

Berdasarkan Ditinjau dari pengetahuan diet rendah natrium dalam pengamatan ini sebanyak 12 subyek (75%) memahami mengenai pengetahuan diet rendah natrium. Ditinjau dari tekanan darah pasien hipertensi, sebanyak 9 subyek (56%) mengalami hipertensi tahap 2. Hasil Analisa tabel silang menunjukkan sebanyak (75%) dalam pengamatan ini mengetahui mengenai diet rendah natrium

sedangkan sebanyak (25%) belum memahami mengenai diet rendah natrium. Sebanyak 7% mengalami tekanan darah normal, 6% nya mengalami tekanan darah pre hipertensi, 31% mengalami tekanan darah hipertensi tahap 1, dan 56% mengalami tekanan darah hipertensi tahap 2.

Kesimpulan dari hasil pengamatan ini adalah ada kecenderungan pengetahuan diet rendah natrium dapat mempengaruhi tekanan darah pada pasien hipertensi. Diharapkan bagi Puskesmas Bebandem, Kecamatan Bebandem, Kabupaten Karangasem agar tetap mempertahankan dan meningkatkan pelayanan pasien hipertensi yang sudah dilaksanakan serta secara berkala melakukan evaluasi secara teratur mengenai pengetahuan diet rendah natrium yang tidak diharapkan melalui kegiatan penyuluhan maupun edukasi gizi melalui konseling gizi. Bagi ahli gizi yang bertugas di Puskesmas Bebandem, Kecamatan Bebandem, Kabupaten Karangasem diharapkan dapat memberikan edukasi yang baik melalui komunikasi yang baik sesuai dengan kebutuhannya.

Daftar Bacaan : 14 (tahun 2005-2021)

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadapan Ida Sang Hyang Widhi Wasa karena berkat rahmat-Nya, penulis telah dapat menyelesaikan karya tulis ilmiah tugas akhir yang berjudul **“Tingkat Pengetahuan Diet Rendah Natrium Dan Tekanan Darah Pasien Hipertensi Di Puskesmas Bebandem”** dengan tepat pada waktunya.

Dalam penyusunan karya tulis ilmiah tugas akhir ini, penulis banyak mendapatkan bantuan dari berbagai pihak dan bimbingan dari dosen pembimbing, untuk itu penulis mengucapkan terima kasih kepada :

1. Gusti Ayu Dewi Kusumayanti, DCM. M. Kes. selaku pembimbing utama yang telah banyak membantu mendampingi, mengarahkan, mengoreksi, dan memberikan saran – saran sehingga karya tulis ilmiah tugas akhir ini dapat terselesaikan.
2. Lely Cintari, SST, MPH. selaku dosen pembimbing pendamping yang telah banyak membantu mendampingi, mengarahkan, mengoreksi, dan memberikan saran – saran sehingga karya tulis ilmiah tugas akhir ini dapat terselesaikan.
3. Direktur Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar, yang telah memberikan kesempatan, dorongan dan membantu kelancaran tugas akhir ini.
4. Ketua Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar dan Ketua Program Studi Diploma Tiga, yang telah memberikan kesempatan, dorongan dan membantu kelancaran karya tulis ilmiah tugas akhir ini.
5. Keluarga, kakak, senior, sahabat, teman-teman dan orang terdekat lainnya yang selalu memberikan doa dan dukungan semangat dalam pembuatan karya tulis ilmiah tugas akhir ini.

Penulis menyadari, bahwa dalam penyusunan dan penulisan karya tulis ilmiah tugas akhir ini masih jauh dari sempurna, maka dari itu penulis mengharapkan saran dan kritik yang bersifat membangun demi penyempurnaan karya tulis ilmiah tugas akhir ini. Penulis berharap melalui karya tulis ilmiah tugas akhir ini dapat memberikan manfaat dari semua pihak.

Denpasar, 27 April 2022

Penulis

DAFTAR ISI

COVER	i
HALAMAN JUDUL	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT	v
ABSTRAK	vi
ABSTRACT	vii
RINGKASAN PENGAMATAN	viii
KATA PENGANTAR	x
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I PENDAHULUAN	1
A Latar Belakang	1
B Rumusan Masalah	3
C Tujuan	3
D Manfaat	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	5
A Diet Natrium.....	5
B Pengetahuan	8
C Tekanan Darah Hipertensi.....	12
BAB III PROSEDUR PENGAMATAN	19
A Tempat dan Waktu	19
B Cara Memilih Subjek Pengamatan.....	19
C Jenis Data	19
D Cara Pengumpulan Data.....	20
E Instrumen.....	21
F Cara Pengolahan Data.....	22
BAB IV HASIL PENGAMATAN	23
A Hasil	23

B	Pembahasan.....	27
BAB V	KESIMPULAN DAN SARAN	35
A	Kesimpulan	35
B	Saran.....	35
DAFTAR PUSTAKA	37
LAMPIRAN	39

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1 Bahan Makanan Yang Dianjurkan Dan Tidak Dianjurkan	7
2 klasifikasi Hipertensi menurut WHO	13
3 Klasifikasi Hipertensi Menurut Committee 7	13
4 Klasifikasi Hipertensi Hasil Konsensus Perhimpunan Hipertensi Indonesia	13
5 Karakteritik Identitas Subyek.....	28

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1 Pengetahuan Diet Rendah Natrium.....	29
2 Frekuensi Tekanan Darah	30

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Surat Rekomendasi Penelitian	40
2. Surat Keterangan Penelitian.....	41
3. Surat Rekomendasi Penelitian	42
4. Persetujuan Setelah Kejelasan	43
5. Form Identitas Subjek	46
6. Form Kuisisioner Pengetahuan.....	47
7. Surat Pernyataan Persetujuan Publikasi Repository	49