

ABSTRAK

Rizka Fauziyah, 2018. Kajian Dukungan Keluarga, Tingkat Kepatuhan Diet Dan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Rawat Jalan Yang Pernah Mendapatkan Konseling Gizi Di Puskesmas Cisadea Kota Malang. Karya Tulis Ilmiah, program Studi DIII Gizi, Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang. (Pembimbing: Endang Widajati, SST.M.Kes)

Hipertensi adalah penyakit yang tidak mempunyai keluhan sehingga hipertensi sering disebut dengan “*silent killer*” (pembunuh siluman). Konseling gizi dilakukan oleh ahli gizi puskesmas dengan menggunakan leaflet tentang diet rendah garam. Keberhasilan konseling gizi dapat dilihat dari seberapa kepatuhan diet yang diterapkan oleh penderita hipertensi. Hal yang bisa mempengaruhi kepatuhan diet salah satunya adalah dukungan keluarga. Dukungan keluarga bisa memberikan motivasi kepada penderita hipertensi dan bisa merubah tekanan darah menjadi lebih baik. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dukungan keluarga, tingkat kepatuhan diet dan tekanan darah pada penderita hipertensi di Puskesmas Cisadea Kota Malang.

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian deskriptif dan menggunakan desain penelitian *cross sectional*. Pengambilan sampel menggunakan metode *purposive sampling*, ada 10 orang yang diteliti dan yang memenuhi kriteria inklusi. Pengumpulan data dilakukan dengan wawancara menggunakan kuisioner dukungan keluarga, form recall 24 jam selama 2x dan melihat hasil pengukuran tekanan darah. Pengolahan dan analisis data dilakukan secara deskriptif, disajikan dalam tabel dan diberi penjelasan.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dukungan keluarga meliputi dukungan penghargaan 80% dalam kategori baik, dukungan emosional 70% dalam kategori baik, dukungan instrumental 20% dalam kategori baik dan dukungan informasi 0% dalam kategori baik. Tingkat konsumsi energi 40% dalam kategori patuh. Konsumsi energi terendah yaitu 606,0 Kkal dalam kategori tingkat konsumsi defisit dan konsumsi energi tertinggi yaitu 1217,2 Kkal dalam kategori tingkat konsumsi baik. Tingkat konsumsi lemak 60% dalam kategori patuh. Konsumsi lemak terendah yaitu 11,8 gr dalam kategori tingkat konsumsi defisit dan konsumsi lemak tertinggi yaitu 34,8 gr dalam kategori tingkat konsumsi baik. Tingkat konsumsi natrium 0% dalam kategori patuh. Konsumsi natrium terendah yaitu 993 mg dalam kategori tidak patuh dan konsumsi natrium tertinggi yaitu 2056 mg dalam kategori tidak patuh. Perubahan tekanan darah menurun sebanyak 40%, tekanan darah tetap sebanyak 20% dan tekanan darah naik sebanyak 40%.

Saran yang diberikan kepada pasien hipertensi yaitu memulai untuk membatasi garam dan menghitung garam yang akan dikonsumsi dengan cara menambahkan garam pada makanan ketika makanan sudah di meja dan siap untuk dimakan. Bagi anggota keluarga disarankan untuk meningkatkan dukungan instrumental seperti tenaga, dana dan waktu. Meningkatkan dukungan informasi terkait makanan yang harus dihindari oleh penderita hipertensi.

Kata Kunci : Dukungan Keluarga, Kepatuhan Diet, Tekanan Darah