

## ABSTRACT

**Ramadhanti Yanuarik Nurcahyani. 2019. Faktor Determinan Terhadap Kejadian Hipertensi di Puskesmas Karang Kabupaten Trenggalek.** Karya Tulis Ilmiah, Program Studi DIII Gizi, Politeknik Kesehatan Malang. Pembimbing : Dr. Annasari Mustafa, SKM., M.Sc.

Latar Belakang: Hipertensi merupakan salah satu penyakit pembuluh darah, dikenal sebagai *silent killer* (penyakit yang timbul tanpa indikasi awal) karena sering tidak menimbulkan gejala. Menurut Riskesdas tahun 2013, prevalensi hipertensi di Indonesia yang didapat melalui pengukuran pada umur  $\geq 18$  tahun sebesar 25,8%. Riskesdas tahun 2018 prevalensi hipertensi di Indonesia sebesar 34,1%. Data yang diperoleh dari Dinas Kesehatan Kabupaten Trenggalek pada tahun 2018 dari hasil rekapitulasi 15 penyakit tidak menular dari puskesmas se-Kabupaten Trenggalek penyakit hipertensi menduduki urutan pertama terbanyak sebesar (36,6%). Faktor-faktor yang mempengaruhi tekanan darah ada banyak faktor, beberapa diantaranya adalah asupan energi, asupan lemak, asupan natrium, asupan karbohidrat, asupan protein, dan status gizi.

Metode: Jenis penelitian yang digunakan adalah observasional dengan desain penelitian deskriptif. Penelitian ini dilakukan pada bulan Maret 2019 di wilayah kerja Puskesmas Karang Kabupaten Trenggalek. Subyek penelitian adalah Pasien hipertensi rawat jalan di wilayah kerja puskesmas Karang Kabupaten Trenggalek sebanyak 30 orang yang dipilih berdasarkan tujuan dan kriteria.

Hasil: Tingkat konsumsi asupan energi terbanyak yaitu kategori normal sebanyak 16 orang (53%), tingkat konsumsi protein terbanyak yaitu kategori defisit tingkat ringan sebanyak 11 orang (37%), tingkat konsumsi lemak terbanyak yaitu kategori lebih 16 orang (53%), tingkat konsumsi karbohidrat terbanyak yaitu kategori normal yaitu 16 orang (54%), dan tingkat konsumsi natrium terbanyak yaitu kategori defisit tingkat berat yaitu 23 orang (76%). Dengan status hipertensi responden sebagian besar tergolong hipertensi derajat 1 sebanyak 37%. Status gizi penderita hipertensi di Puskesmas Karang sebagian besar obesitas derajat 1 sebanyak 44% dengan jumlah terbanyak hipertensi derajat 1 yaitu 45%.

Saran : Ahli gizi dapat memberikan motivasi dan intervensi dalam bentuk penyuluhan atau konseling kepada semua pasien hipertensi tentang diet rendah garam dan diet rendah lemak. Pasien lebih memberikan pola makan yaitu mematuhi makanan yang dianjurkan, dibatasi, dan dilarang.

Kata Kunci: Faktor Determinan, Tingkat konsumsi, Status gizi, Hipertensi