

ABSTRAK

YUSTITIA RAHMAWATI, 2024. Asuhan Gizi pada Penderita Hipertensi. Karya Tulis Ilmiah, Jurusan Gizi, Politeknik Kesehatan Malang. Pembimbing **Dr. Nur Rahman, S. TP., MP., RD.**

Hipertensi adalah kondisi medis di mana tekanan darah dalam arteri meningkat secara terus menerus. Tekanan darah dalam Arteri meningkat disebabkan oleh meningkatnya tekanan darah sistolik di atas 140 mmHg dan tekanan diastolik di atas 90 mmHg pada dua kali pengukuran dengan selang waktu lima menit dan dalam keadaan cukup istirahat/tenang. Hipertensi merupakan salah satu penyebab utama kematian diantara penduduk Indonesia. Tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis pelaksanaan asuhan gizi klinik pada penderita hipertensi. Penelitian ini dilakukan secara observational analitik menggunakan desain *case studies* pada penderita hipertensi. Masalah gizi yang ditemukan adalah penurunan kebutuhan natrium, penurunan kebutuhan energi dan ketidaksesuaian dalam pemilihan bahan makanan. Diagnosis Gizi yang diberikan adalah Nutrition Intake (NI) meliputi: NI- 5.4, Nutrition Clinical (NC) meliputi: NC- 3.3, dan Nutrition Behavior (NB) yaitu NB-1.5. Terapi yang diberikan pada penderita selama 4 kali pengamatan adalah Diet Rendah Garam. Terapi diet dilakukan dengan pemberian konseling dan motivasi mengenai diet penderita hipertensi. Hasil monitoring evaluasi selama 4 kali pengamatan didapatkan ada peningkatan asupan makanan pasien dari yang berlebih bisa sampai mendekati normal. Berdasarkan pengamatan dapat disimpulkan bahwa penderita sudah mematuhi diet yang diberikan. Namun demikian, pasien perlu mendapatkan motivasi dan edukasi agar diet yang diberikan dapat dilakukan dengan benar untuk proses pemulihan pasien.

Kata Kunci : Asuhan Gizi, Stroke, Hipertensi, Tingkat Konsumsi