

ABSTRAK

Emillia Kartika Putri Chandra, 2024 Mengetahui Hubungan Asupan Makanan Sumber Fe terhadap Tekanan Darah Pasien Hipertensi di Puskesmas Pakis Kabupaten Malang

Karya Tulis Ilmiah, Program Studi D3 Gizi, Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Malang, Pembimbing Fitri Dhenok Palupi, SST., M.Gz

Peningkatan tekanan darah dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya faktor internal dan eksternal. Kekurangan asupan makanan seperti zat besi diduga dapat meningkatkan viskositas darah yang mengakibatkan jantung bekerja lebih berat saat memompa darah sehingga tekanan darah akan naik. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui hubungan asupan makanan sumber fe terhadap tekanan darah pasien hipertensi di Puskesmas Pakis. Jenis penelitian ini adalah kuantitatif yang bersifat *observasional analitik* dengan metode pendekatan *cross sectional*. Penelitian ini dilakukan di Puskesmas Pakis pada bulan Januari 2024. Data recall asupan diperoleh dengan mewawancarai terkait asupan makanan selama 2x24 jam kemudian hasil data diolah menggunakan *Nutrisurvey 2007*. Data tekanan darah didapatkan dari hasil pengukuran tenaga kesehatan yang bertugas di Puskesmas Pakis. Hasil penelitian menunjukkan bahwa hasil uji korelasi *Spearman's Rank* didapatkan nilai $r=0,274$ yang menunjukkan adanya tingkat korelasi yang cukup dan berdasarkan koefisien korelasi *Spearman's Rank* nilai signifikansi *p-value* ($0,112 > \alpha (0,05)$), maka tidak ada hubungan yang signifikan antara asupan makanan sumber fe terhadap tekanan darah pasien hipertensi di Puskesmas Pakis Kabupaten Malang. Pasien hipertensi di Puskesmas Pakis pada penelitian ini dilihat dari recall 24 jam pola konsumsinya cenderung defisit tingkat ringan asupan makanan sumber zat besi. Tekanan darah pasien hipertensi di Puskesmas Pakis Kabupaten Malang cenderung dalam kategori hipertensi tingkat I dan diduga ada faktor lain yang menyebabkan tekanan darah pasien diatas batas normal.

Kata kunci : Asupan Makanan, Hipertensi, Tekanan Darah, Zat Besi