

ABSTRAK

Hipertensi atau yang biasa disebut dengan tekanan darah tinggi, merupakan keadaan dimana tekanan darah seseorang melebihi batas normal. Semakin bertambahnya usia maka prevalensi seseorang menderita hipertensi juga semakin meningkat. Berdasarkan Profil Kesehatan Kabupaten Malang 2015 prevalensi hipertensi di Kecamatan Tumpang berada di urutan tertinggi ke empat. Hipertensi jika dibiarkan hingga tidak terkontrol dapat menyebabkan komplikasi. Banyak faktor yang dapat menyebabkan hipertensi dari yang dapat dikontrol hingga yang tidak dapat dikontrol. Faktor hipertensi yang tidak dapat dikontrol antara lain riwayat keluarga, jenis kelamin, dan usia, serta faktor yang dapat dikontrol antara lain gaya hidup meliputi obesitas, aktivitas fisik, merokok, konsumsi alkohol, dan kebiasaan tidur. Serta konsumsi natrium, karbohidrat, protein, dan lemak yang berlebih juga dapat menyebabkan hipertensi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara asupan natrium, karbohidrat, protein, dan lemak dengan tekanan darah pada penderita hipertensi. Desain penelitian ini menggunakan desain Cross-Sectional. Metode pengambilan sampel yang digunakan adalah purposive sampling. Analisa data yang digunakan menggunakan uji statistik korelasi pearson. Hasil uji korelasi pearson pada asupan natrium diperoleh nilai $p=0,624$, asupan karbohidrat $p=0,445$, asupan protein $p=0,800$, dan asupan lemak $p=0,530$, yang berarti tidak terdapat hubungan yang signifikan antara asupan natrium, karbohidrat, protein, dan lemak dengan tekanan darah pada penderita hipertensi. Dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan antara asupan natrium, karbohidrat, protein, dan lemak dengan tekanan darah pada penderita hipertensi.

Kata kunci: Asupan Natrium, Asupan Karbohidrat, Asupan Protein, Asupan Lemak, dan Hipertensi