

## ABSTRAK

**Anggi Tina Martini. 2024.** Pengaruh Konseling Gizi Terhadap Tingkat Pengetahuan Gizi, Pola Makan dan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Rawat Jalan di Puskesmas Rampal Celaket Kota Malang. **Pembimbing : Dr. Etik Sulistyowati, SST., S.Gz., M.Kes dan Endang Widajati, SST., M.Kes., RD**

**Latar Belakang :** Hipertensi merupakan penyakit tidak menular yang yang masih banyak dijumpai di Indonesia. Tekanan darah hipertensi pada lansia yaitu  $>140/90$  mmHg. Penyebab hipertensi pada lanjut usia dikarenakan terjadinya perubahan pada elastisitas dinding aorta menurun dan gaya hidup yang tidak sehat. Upaya yang dapat dilakukan oleh penderita hipertensi untuk menurunkan tekanan darah dapat dilakukan dengan dua jenis yaitu farmakologis dan non farmakologi. Terapi non farmakologi dapat membantu menurunkan tekanan darah seperti terapi gizi yaitu diberikan konseling gizi. Di Provinsi Jawa Timur hasil pengukuran hipertensi yaitu 26,2% pada tahun 2013 meningkat menjadi 36,3% pada tahun 2018.

**Tujuan :** Untuk mengetahui pengaruh konseling gizi terhadap tingkat pengetahuan gizi, pola makan dan tekanan darah pada pasien penyakit hipertensi rawat jalan di Puskesmas Rampal Celaket Kota Malang

**Metode :** Metode penelitian ini adalah penelitian *quasi eksperiment* dengan pendekatan *two-group pre test* dan *post test design*. Jenis penelitian ini menggunakan dua kelompok yaitu kelompok kontrol dan kelompok intervensi. Subjek penelitian berjumlah 34 orang, terdiri atas 17 orang kelompok intervensi dan 17 orang kelompok kontrol. Data yang dikumpulkan meliputi usia, jenis kelamin, pendidikan, pekerjaan, lama menderita hipertensi, pengetahuan, pola makan dan tekanan darah. Instrumen yang digunakan adalah kuisisioner pengetahuan gizi, formulir *FFQ*, *leaflet*. Analisis data penelitian menggunakan uji *statistic paired t-test*.

**Hasil :** Terdapat perbedaan yang signifikan pada pengetahuan gizi, pola makan dan tekanan darah setelah diberikan konseling gizi pada kelompok intervensi dengan nilai *p-value*  $<0,05$  ( $p=0,000$ ), ( $p=0,001$ ), ( $p=0,000$ ).

**Simpulan :** Terdapat perbedaan yang signifikan pada pengetahuan gizi, pola makan dan tekanan darah pada penderita hipertensi rawat jalan di Puskesmas Rampal Celaket Kota Malang.

**Kata kunci :** Pengetahuan gizi, Pola makan, Tekananan darah, Hipertensi, Konseling Gizi.