

ABSTAK

Judul : Modifikasi Indeks Diet Hipertensi Sebagai Metode Penilaian
Kualitas Diet Pada Penderita Hipertensi di Puskesmas Kecamatan
Gambir Jakarta Pusat

Nama : Randi Ferdiansya

Program Studi : Gizi

Hipertensi adalah penyakit *silent killer*, karena tidak menimbulkan gejala dan penderita tidak mengetahui dirinya mengidap hipertensi. Ketika tekanan darah sistolik ≥ 140 mmHg dan tekanan diastolik ≥ 90 mmHg, maka seseorang tersebut bisa dikatakan hipertensi. Faktor-faktor yang mempengaruhi terjadinya hipertensi dibagi dalam dua kelompok besar yaitu faktor yang tidak dapat di kendalikan dan faktor yang dapat dikendalikan, pola makan merupakan faktor yang dapat dikendalikan. Ketidaksesuaian pemenuhan zat gizi berdasarkan rekomendasi pola makan seperti pola makan tinggi garam dan atau lemak secara langsung berhubungan dengan berkembangnya tekanan darah sehingga dapat mempengaruhi kualitas diet dan dapat mempengaruhi derajat kesehatan salah satunya tekanan darah. Maka dibutuhkan metode penilaian kualitas diet untuk penderita hipertensi untuk melihat apakah pola makan pasien tersebut sudah sesuai dengan pola makan yang di rekomendasikan dan sampai saat ini belum ada kajian ilmiah yang membahas metode penilaian kualitas diet pada penderita hipertensi, kemudian terbentuklah modifikasi kualitas diet untuk penderita hipertensi yaitu Indeks Diet Hipertensi (IDH). Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan indeks diet hipertensi, umur, jenis kelamin, status gizi dan tekanan darah pada penderita hipertensi. Penelitian ini adalah penelitian analitik dengan desain penelitian *cross sectional* yang dilakukan di Puskesmas Kecamatan Gambir. Variabel independen yaitu indeks diet hipertensi, umur, jenis kelamin dan status gizi dan bariabel dependen yaitu tekanan darah. Subjek penelitian sejumlah 50 responden. Kuesioner yang digunakan pada penelitian ini adalah Food Recall dan penggunaan garam. Pada penelitian ini analisis bivariat menggunakan dua uji yaitu *spearman* pada variabel indeks diet hipertensi, umur dan status gizi kemudian uji *chi square* pada variabel jenis kelamin. Hasil dari penelitian ini yaitu ada hubungan yang signifikan antara indeks diet hipertensi dan tekanan darah ($r=-0,682$, $p=0,000$), ada hubungan antara umur dan tekanan darah ($r=0,459$, $p=0,001$), ada hubungan antara status gizi dan tekanan darah ($r=0,348$, $p=0,013$), tidak ada hubungan antara jenis kelamin dan tekanan darah ($p=0,103$).

Kata kunci : Hipertensi, Tekanan Darah, Indeks Diet Hipertensi, Umur, Jenis Kelamin, Status Gizi

ABSTAK

Title : Modification of the Hypertension Diet Index as an Assessment Method Quality of Diet in Hypertension Patients in District Health Centers Gambir, Central Jakarta

Name : Randi Ferdiansyah

Study program : Nutrition

Hypertension is a disease of silent killer, because it does not cause symptoms and the patient does not know he has hypertension. When systolic blood pressure ≥ 140 mmHg and diastolic pressure ≥ 90 mmHg, then someone can be said to be hypertensive. Factors that influence the occurrence of hypertension are divided into two major groups, namely factors that cannot be controlled and factors that can be controlled, diet is a factor that can be controlled. Mismatch fulfillment of nutrients based on dietary recommendations such as a diet high in salt and or fat is directly related to the development of blood pressure so that it can affect the quality of the diet and can affect the health status of one of them blood pressure. So we need a method of evaluating diet quality for hypertensive patients to see whether the patient's diet is in accordance with the recommended diet and until now there has been no scientific study that addresses the method of evaluating diet quality in hypertensive patients, then diet quality modifications for hypertensive patients are formed. namely the Diet Hypertension Index (IDH). The purpose of this study was to determine the relationship of the index of hypertension diet, age, sex, nutritional status and blood pressure in patients with hypertension. This study was an analytical study with a cross sectional research design conducted at the Gambir District Health Center. Independent variables were the index of hypertension diet, age, gender and nutritional status and dependent variable, namely blood pressure. The research subjects were 50 respondents. The questionnaire used in this study was Food Recall and the use of salt. In this study bivariate analysis using two tests, namely spearman on the index variable hypertension diet, age and nutritional status then chi square test on sex variables. The results of this study are that there is a significant relationship between the index of hypertension diet and blood pressure ($r = -0.682$, $p = 0.000$), there is a relationship between age and blood pressure ($r = 0.459$, $p = 0.001$), there is a relationship between nutritional status and blood pressure ($r = 0.348$, $p = 0.013$), there was no relationship between sex and blood pressure ($p = 0.103$).

Keywords: Hypertension, Blood Pressure, Hypertension Diet Index, Age, Gender, Nutritional Status