

HUBUNGAN ANTARA PENGETAHUAN TENTANG HIPERTENSI DENGAN TINGKAT KONSUMSI GIZI DAN KAITANNYA DENGAN TEKANAN DARAH PADA PENDUDUK WANITA DEWASA DI DESA SAWOJAJAR KECAMATAN WANASARI KABUPATEN BREBES

TITI YUNI ARUM -- E2A299071  
(2001 - Skripsi)

Perkembangan social ekonomi dalam era globalisasi telah menambah kompleksnya masalah kesehatan di Indonesia dengan meningkatnya kejadian penyakit degeneratif diantaranya adalah hipertensi. Salah satu penyebab yang membuat seseorang salahdl memilih makana adalah Karena ketidaktahuan. Pengetahuan tentang hubungan penyakit dengan berbagai kebiasaan hidup dapat digunakan untuk mencegah penyakit secara efektif. Pada masyarakat di desa Sawojajar pengetahuan tentang hipertensi belum tersebar luas karena ada kecenderungan pola makan penduduk yang lebih menyukai makanan tinggi natrium dan kurangnya konsumsi buah-buahan dan sayuran. Penelitian ini mengetahui untuk mendeskripsikan pengetahuan tentang hipertensi, tingkat konsumsi gizi (energi, lemak, protein, natrium, serat) dan tekanan darah (diastolic) serta menganalisis hubungan antara pengetahuan tentang hipertensi dengan tingkat konsumsi gizi dan kaitannya dengan tekanan darah.

Penelitian ini penelitian survei explanatory dengan metode cross sectional. Sample sebanyak 90 orang dilakukan secara acak sederhana. Data yang dikumpulkan meliputi data sekunder dan primer dilakukan dengan wawancara, recall konsumsi gizi 24 jam selama 3 hari serta pengukuran tekanan darah. Analisis data meliputi analisis univariat dan bivariat. Dilakukan juga uji regresi linier sederhana untuk mengetahui ada tidaknya pengaruh dengan taraf kepercayaan 95%.

Hasil analisis menunjukkan bahwa pengetahuan responden tentang hipertensi rata-rata 48,69 dengan simpangan baku 24,68, tingkat konsumsi energi rata-rata 98,74% simpangan baku 17,47%, tingkat konsumsi energi rata-rata 121,56% simpangan baku 30,56% konsumsi natrium rata-rata 3967,99 mg simpangan baku 1845,56 mg, konsumsi rata-rata 1361 mg simpangan baku 377,18 dan tekanan darah rata-rata 84,067 mmHg simpangan baku 13,449 mmHg. Analisis bivariat menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan antara pengetahuan tentang hipertensi dengan tingkat konsumsi energi, lemak protein dan natrium. Terdapat hubungan yang bermakna antara pengetahuan tentang hipertensi dengan konsumsi serat ( $p=0,000$  dan  $r_{sub>h</sup>}=0,261$ ). Hasil analisis jug amen tingkat konsumsi energi ( $p=0,000$  dan  $r_{sub>h</sup>}=0,595$ ), tingkat konsumsi lemak ( $p=0,000$  dan  $r_{sub>h</sup>}=0,487$ ) tingkat konsumsi protein ( $p=0,000$  dan  $r_{sub>h</sup>}=0,485$ ), tingkat konsumsi natrium ( $p=0,000$  dan  $r_{sub>h</sup>}=0,626$ ), tingkat konsumsi serat ( $p=0,000$  dan  $r_{sub>h</sup>}=-0,556$ ), pengetahuan tentang hipertensi ( $p=0,016$  dan  $r_{sub>h</sup>}=-0,254$ ) berhubungan dengan tekanan darah. Pada konsumsi natrium dan serat menunjukkan ada pengaruh yang bermakna terhadap tekanan darah, kontribusi konsumsi natrium terhadap peningkatan tekanan darah sebesar 39,2% sedangkan kontribusi konsumsi serta terhadap penurunan tekanan darah sebesar 31,0%.

Saran yang dapat diberikan kepada pengelola program pencegahan penyakit agar melaksanakan penyuluhan khusus penyakit degeneratif kepada masyarakat secara rutin. Bagi masyarakat diusahakan dapat menjaga pola makan yang seimbang terutama mengurangi makanan tinggi lemak dan tinggi natrium serta memperbanyak makanan tinggi serat. Bagi penelitian selanjutnya agar dalam penelitian lanjutan memisahkan asupan lemak jenuh dan tidak jenuh serta asupan protein hewani dan nabati. Selain itu diusahakan memperbesar sample penelitian sehingga hasilnya lebih akurat.

**Kata Kunci:** PENGETAHUAN TENTANG HIPERTENSI, TINGKAT KONSUMSI GIZI, TEKANAN DARAH