

**STUDI KUALITATIF POLA MAKAN PENDERITA HIPERTENSI DI  
KELURAHAN BANDARHARJO SEMARANG**

**ARTIKEL PENELITIAN**

**Diajukan sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan pendidikan  
Program Studi Ilmu Gizi S1**



**Disusun oleh :  
Hida Widiastuti  
G2C003255**

**PROGRAM STUDI S1 ILMU GIZI  
FAKULTAS KEDOKTERAN  
UNIVERSITAS DIPONEGORO  
2010**

# QUALITATIVE STUDY OF HYPERTENSION PATIENT'S DIETARY PATTERN IN BANDARHARJO SEMARANG

Hida Widiastuti<sup>1</sup>, Muflihah Isnawati<sup>2</sup>

## ABSTRACT

**Background :** Hypertension is defined as SBP of 140 mmHg or greater, DBP of 90 mmHg or greater. The highest risk factor of hypertension is dietary patterns, such as high intake of fat, sodium, cholesterol, energy, coffee, and alcohol; low intake of potassium, magnesium, calcium and fiber intake. Fifty percent of hypertension patients do not realize their condition, resulting the hypertension cannot be avoided.

**Objective:** To explore comprehension and interpretation of hypertension patients related to the definition of hypertension, causes, negative effects and dietary patterns of hypertension patients.

**Method:** A qualitative data collection by cross sectional design was used in this research. The method for qualitative data collection was in-depth interview. The sample was 12 respondents, taken by purposive random sampling. The respondent in this study was stage-1 hypertension patient in Bandarharjo district Semarang.

**Results:** This study found that more than half respondents were lack of knowledge related to hypertension definition, which stated that hypertension was high blood level, and one of them stated that hypertension was SBP 140. Half of respondents did not know hypertension causes. Most of all respondents did not know negative effects of hypertension. Many respondents stated that they more often visited primary health centre to control their condition. After diagnosed hypertension, more than half respondents have changed their dietary pattern, even though the changes was not all correctly.

**Conclusion:** Most of respondents did not know related to hypertension definition, causes and negative effects. There were no difference between dietary pattern before and after hypertension diagnosed.

Key word : dietary pattern, hypertension, qualitative.

---

<sup>1</sup> Student of The Department of Nutrition, Faculty of Medicine, University of Diponegoro

<sup>2</sup> Lecturer of The Department of Nutrition, Faculty of Medicine, University of Diponegoro

# STUDI KUALITATIF POLA MAKAN PENDERITA HIPERTENSI DI KELURAHAN BANDARHARJO SEMARANG

Hida Widihastuti<sup>1</sup>, Muflihah Isnawati<sup>2</sup>

## ABSTRAK

**Latar Belakang:** Hipertensi adalah keadaan dimana tekanan darah sistolik sama dengan atau lebih dari 140 mmHg dan tekanan darah diastolik sama dengan atau lebih dari 90 mmHg. Faktor resiko tertinggi terhadap hipertensi meliputi pola makan, diantaranya pola makan yang dapat meningkatkan resiko hipertensi adalah konsumsi tinggi lemak, natrium, kolesterol, energi, kopi dan alkohol; serta konsumsi rendah kalium, magnesium, kalsium dan serat. Penderita hipertensi 50% diantaranya tidak menyadari penyakitnya sehingga mereka cenderung untuk menjadi hipertensi berat karena tidak menghindari dan tidak mengetahui faktor risikonya.

**Tujuan:** Mengetahui pemahaman dan interpretasi penderita hipertensi tentang keadaan hipertensinya dan pola makannya.

**Metode:** Rancangan metode kualitatif dengan desain cross sectional dipergunakan dalam penelitian ini. Adapun teknik pengumpulan data yang dipergunakan adalah wawancara mendalam. Responden diambil berdasarkan teknik *purposive random sampling* sejumlah dua belas orang. Responden dalam penelitian ini adalah penderita hipertensi ringan di kelurahan Bandarharjo Semarang.

**Hasil:** Hasil penelitian menunjukkan bahwa lebih dari setengah responden tidak mengetahui apa itu hipertensi, beberapa menyatakan bahwa hipertensi adalah tekanan darah tinggi, dan ada yang menyebutkan hipertensi adalah tekanan darah 140. Setengah dari responden tidak mengetahui apa penyebab hipertensi. Hampir semua responden tidak mengetahui dampak negatif dari hipertensi. Banyak responden menyebutkan mereka sering periksa ke puskesmas setelah didiagnosa menderita hipertensi. Lebih dari setengah responden melakukan perubahan pola makan, meskipun perubahan yang dilakukan belum sepenuhnya benar.

**Kesimpulan:** Sebagian besar responden menyatakan tidak tahu tentang pengertian, penyebab dan dampak negatif hipertensi. Tidak ada perubahan pola makan yang berarti setelah responden mengalami hipertensi.

**Kata kunci:** pola makan, hipertensi, kualitatif.

---

<sup>1</sup> Mahasiswa Program Studi Ilmu Gizi Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro Semarang

<sup>2</sup> Dosen Program Studi Gizi Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro Semarang