

Gambaran Pola Makan dan Status Gizi Pasien Prolanis dengan Hipertensi di UPTD Puskesmas Nusawungu I Tahun 2023

Description of Dietary Patterns and Nutritional Status of Prolanis Patients with Hypertension at UPTD Nusawungu I Community Health Center in 2023

Suharti¹, Evy Apriani², Sarwa³

^{1,2,3}Health Science Al-Irsyad University Cilacap
Jl. Cerme No.24 Sidanegara Cilacap

ABSTRAK

Latar belakang: Hipertensi sering disebut pembunuh gelap (silent killer), karena termasuk penyakit mematikan tanpa disertai dengan gejala-gejalanya lebih dahulu sebagai peringatan bagi korbannya. Hipertensi memiliki dua faktor risiko yaitu faktor risiko yang tidak dapat diubah dan faktor risiko yang dapat diubah. Faktor yang dapat diubah salah satunya adalah pola makan dan status gizi. **Tujuan:** Mengetahui gambaran pola makan dan status gizi pasien Prolanis dengan hipertensi. **Metode penelitian:** Penelitian ini merupakan penelitian observasional analitik dengan desain *cross sectional*. Sampel adalah pasien Prolanis dengan hipertensi di UPTD Puskesmas Nusawungu tahun 2023 yaitu sebanyak 78 orang yang diambil dengan teknik *total sampling*. Analisis data menggunakan analisis univariat. **Hasil penelitian:** Pasien Prolanis dengan hipertensi sebagian besar adalah berumur dengan kategori Lansia (55,1%), berjenis kelamin perempuan (67,9%), berpendidikan dasar (76,9%) dan sebagai ibu rumah tangga (42,3%). Pola makan pasien Prolanis sebagian besar dengan kategori baik (62,8%) dan dengan berat badan normal (66,6%). **Kesimpulan:** Pasien Prolanis dengan hipertensi sebagian besar pola makan dengan kategori baik dan dengan berat badan normal.

Kata Kunci : Pola makan, Gizi, Prolanis, Hipertensi

ABSTRACT

Background: Hypertension is often called the silent killer, because it is a deadly disease without prior symptoms as a warning to the victim. Hypertension has two risk factors, namely risk factors that cannot be changed and risk factors that can be changed. One of the factors that can be changed is diet and nutritional status. **Objective:** To understand the dietary patterns and nutritional status of Prolanis patients with hypertension. **Research method:** This research is an analytical observational study with a cross sectional design. The sample was Prolanis patients with hypertension at the Nusawungu Community Health Center UPTD in 2023, namely 78 people taken using total sampling technique. Data analysis uses univariate analysis. **Research results:** Prolanis patients with hypertension were mostly elderly (55.1%), female (67.9%), had primary education (76.9%) and were housewives (42.3%). The diet of Prolanis patients was mostly in the good category (62.8%) and with normal body weight (66.6%). **Conclusion:** Most Prolanis patients with hypertension have a good diet and a normal body weight.

Keyword : Diet, Nutrition, Prolanis, Hypertension