

ABSTRAK

Intan Nur Aini

**KESTABILAN TEKANAN DARAH DITINJAU DARI POLA MAKAN PADA
PENDERITA HIPERTENSI DI PUSKESMAS SUKODONO**

xvi + 59 Halaman + 7 Tabel + 13 Lampiran

Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular yang dapat menyebabkan komplikasi serius apabila tidak dikendalikan, seperti stroke dan gagal ginjal. Pola makan yang tidak sehat diketahui menjadi salah satu faktor pemicu hipertensi maupun ketidakstabilan tekanan darah. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kestabilan tekanan darah ditinjau dari pola makan pada penderita hipertensi di Puskesmas Sukodono.

Desain penelitian yang digunakan adalah deskriptif kuantitatif dengan pendekatan cross-sectional. Teknik pengambilan sampel dilakukan secara konsekutif dengan jumlah sampel sebanyak 43 responden. Data dikumpulkan melalui kuisioner pola makan dan pengukuran tekanan darah secara langsung sebanyak tiga kali kunjungan.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa 26 responden (60%) memiliki pola makan baik, sedangkan 17 responden (40%) memiliki pola makan tidak baik. Sebanyak 27 responden (63%) memiliki tekanan darah stabil dan 16 responden (37%) tidak stabil. Mayoritas responden dengan pola makan baik memiliki tekanan darah stabil (96%), sementara sebagian besar responden dengan pola makan tidak baik mengalami tekanan darah tidak stabil (88%). Kesimpulan dari penelitian ini menunjukkan adanya kecenderungan bahwa pola makan yang baik berkaitan dengan kestabilan tekanan darah pada penderita hipertensi. Oleh karena itu, modifikasi pola makan menjadi upaya penting dalam pengelolaan hipertensi.

Kata kunci: hipertensi, kestabilan tekanan darah, pola makan
Daftar bacaan: 29 buku (2013 – 2024)

ABSTRACT

Intan Nur Aini

BLOOD PRESSURE STABILITY IN RELATION TO DIETARY PATTERNS AMONG
HYPERTENSIVE PATIENTS AT SUKODONO PUBLIC HEALTH CENTER

xvi + 59 Pages + 7 Tables + 13 Appendices

Hypertension is one of the most common non-communicable diseases and may lead to serious complications if not properly managed, such as stroke and kidney failure. An unhealthy dietary pattern is known to be one of the contributing factors to both the development of hypertension and the instability of blood pressure. This study aimed to determine blood pressure stability in relation to dietary patterns among hypertensive patients at Sukodono Public Health Center.

This study employed a descriptive quantitative design with a cross-sectional approach. The sampling technique used was consecutive sampling, with a total of 43 respondents. Data were collected through a dietary pattern questionnaire and direct blood pressure measurements conducted during three consecutive visits.

The results showed that 26 respondents (60%) had good dietary patterns, while 17 respondents (40%) had poor dietary patterns. A total of 27 respondents (63%) had stable blood pressure, while 16 respondents (37%) did not. Most respondents with good dietary patterns had stable blood pressure (96%), whereas the majority of respondents with poor dietary patterns experienced unstable blood pressure (88%). The findings suggest a tendency that good dietary patterns are associated with blood pressure stability among hypertensive patients. Therefore, dietary modification is considered an important strategy in the management of hypertension.

Keywords: hypertension, blood pressure stability, dietary patterns

References: 29 books (2013 – 2024)