

ABSTRAK

Nurul Nathasya Amelia. Gambaran Pengetahuan Diet Hipertensi dan Indeks Massa Tubuh pada Pasien Hipertensi di Puskesmas Limapuluh. Dibimbing oleh Rahimatul Uthia, S.Farm, M.Si.

Hipertensi merupakan masalah kesehatan yang dapat dikendalikan melalui penerapan pola hidup sehat, salah satunya melalui diet yang tepat. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran pengetahuan diet hipertensi dan status gizi berdasarkan Indeks Massa Tubuh (IMT) pada pasien hipertensi di Puskesmas Limapuluh. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif dengan pendekatan cross-sectional terhadap 63 responden yang dipilih secara purposive sampling. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki tingkat pengetahuan yang baik mengenai diet hipertensi (61,9%) dan cukup (38,1%). Sementara itu, berdasarkan pengukuran IMT, mayoritas responden memiliki status gizi normal (47,6%), namun masih ditemukan responden dengan status gizi tidak normal, yaitu gemuk (15,9%) dan obesitas (33,3%). Hasil ini menunjukkan bahwa meskipun pengetahuan diet hipertensi cukup baik, penerapan pola makan sehat dan pengendalian berat badan masih perlu ditingkatkan.

Kata kunci: Hipertensi, Diet, Pengetahuan, Indeks Massa Tubuh (IMT)

ABSTRACT

Nurul Nathasya Amelia. Overview of Hypertension Diet Knowledge and Body Mass Index in Hypertension Patients at Limapuluh Health Center. Supervised by Rahimatul Uthia, S.Farm, M.Si.

Hypertension is a health problem that can be controlled through the implementation of a healthy lifestyle, one of which is through a proper diet. This study aims to determine the description of hypertension diet knowledge and nutritional status based on Body Mass Index (BMI) in hypertension patients at Limapuluh Health Center. This study used a descriptive method with a cross-sectional approach to 63 respondents selected by purposive sampling. The results showed that most respondents had a good level of knowledge about hypertension diet (61.9%) and sufficient (38.1%). Meanwhile, based on BMI measurements, the majority of respondents had normal nutritional status (47.6%), but there were still respondents with abnormal nutritional status, namely fat (15.9%) and obesity (33.3%). These results indicate that although hypertension diet knowledge is quite good, the implementation of a healthy diet and weight control still need to be improved.

Keywords: Hypertension, Diet, Knowledge, Body Mass Index (BMI)