

INTISARI

Latar Belakang: Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta merupakan Provinsi yang menempati urutan ketiga jumlah kasus hipertensi tertinggi di Indonesia. Tingginya angka kejadian hipertensi tersebut, diperlukan penanganan seperti diet hipertensi.

Tujuan Penelitian: Untuk mengetahui gambaran pelaksanaan diet hipertensi pada pasien hipertensi di Puskesmas Bantul I Yogyakarta khususnya diet rendah garam dan rendah lemak.

Metode Penelitian: Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan deskriptif analitik serta menggunakan pendekatan *cross sectional design*. Pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling* dan jumlah sampel berjumlah 80 orang. Kriteria inklusi penelitian adalah pasien hipertensi di Puskesmas Bantul I Yogyakarta. Pengambilan data menggunakan kuesioner. Data dianalisis menggunakan analisis *univariate*.

Hasil Penelitian: Mayoritas responden adalah berjenis kelamin perempuan (85%), sebanyak 33 orang (41,2%) berpendidikan SD, mayoritas responden tidak bekerja atau sebagai ibu rumah tangga sedangkan 86,2% memiliki penghasilan per bulan dibawah UMR. Mayoritas mendapatkan pendidikan kesehatan terkait diet hipertensi (81,2%) dan sebanyak 80 orang (100%) cek tekanan darah <3 bulan yang lalu, sebanyak 57 orang (71,2%) memiliki keluarga yang ikut membantu dalam pengaturan diet hipertensi. Mayoritas responden memiliki hipertensi pada *grade* (83,8%). Mayoritas berusia 45-55 tahun dan menderita hipertensi <3 tahun. Pelaksanaan diet rendah garam tertinggi dalam kategori baik (83,8%) dan diet rendah lemak tertinggi dalam kategori baik yaitu sebanyak 53 orang (66,2%).

Kesimpulan: Pelaksanakan diet rendah garam dan diet rendah lemak pada pasien hipertensi di Puskesmas Bantul I Yogyakarta dalam kategori baik. Perawat diharapkan untuk tetap melakukan pendidikan kesehatan kepada pasien hipertensi terkait diet hipertensi agar mereka terus melakukan diet hipertensi dengan baik.

Kata Kunci: Pelaksanaan, Diet Hipertensi.

ABSTRACT

Background: Province of Yogyakarta is Province which ranks third highest number of hypertension cases in Indonesia. The high incidence of hypertension is needed handling such as hypertension diet.

Objective: The purpose of this research was to description about implementation hypertension diet for hypertensive patients at Puskesmas Bantul I Yogyakarta especially low-salt diet and low fat diet.

Method: This research was descriptive analytics research with cross sectional approach. 80 respondents were selected through purposive sampling. Inclusion criteria were hypertensive patients in Puskesmas Bantul I Yogyakarta. Data were collected by using questionnaires. The data were analyzed by using univariate.

Results: The result showed that the most respondents were female (85%), the last education had elementary education (41,2%). The majority of respondents were not work or housewife (47,5%) and majority of respondents had revenue per month <Rp1.404.761 (86,2%). The most respondents ever got health education (81,2%) and the last blood check was less than 3 months ago (100%), respondents got support from their family (71.2%). The majority of respondents had hypertension in grade 1 (83.8%). The majority respondents were 55-65 years old and suffered from hypertension less than 3 years ago. The most respondents had good category for implementation of hypertension low salt (83,8) and low fat diet (66,2%).

Conclusion: The Implementation of low salt diet and low fat diet for hypertensive patients on Puskesmas Bantul I of Yogyakarta were good category. Nurses is suggested to keep doing health education for hypertensive patients. So, more hypertensive patient always do good diet.

Keywords: Implementation, Hypertension Diet