

# PERBEDAAN ASUPAN NATRIUM (Na), KALIUM (K) SEBELUM DAN SESUDAH EDUKASI PADA PASIEN HIPERTENSI RAWAT JALAN DI PUSKESMAS WONOKERTO II KABUPATEN PEKALONGAN JAWA TENGAH

Esti Setiyani, Sufiati Bintanah, SKM, MSi

Program Studi S1Gizi Ilmu Keperawatan dan Kesehatan Universitas Muhammadiyah Semarang

## RINGKASAN

**Latar Belakang:** Hipertensi merupakan salah satu penyebab kematian di dunia. Hipertensi ditemukan pada masyarakat yang mengkonsumsi Natrium dalam jumlah besar. Asupan Kalium sangat penting pada hipertensi. Kalium dapat menyebabkan turunnya tekanan darah sistolik dan diastolik. Peran tenaga kesehatan adalah sebagai edukator yang mempunyai peran memberikan informasi yang memungkinkan klien (individu/keluarga) merubah pola hidup yang berkaitan dengan peningkatan dan pemeliharaan kesehatan. Tujuan penelitian untuk mengetahui Perbedaan Asupan Natrium dan Kalium sebelum dan sesudah edukasi gizi pada pasien Hipertensi Rawat Jalan Puskesmas Wonokerto II Kabupaten Pekalongan.

**Metode:** Penelitian ini merupakan penelitian pre eksperimen dengan rancangan one-group pretest posttest. Pengambilan data dilakukan pada bulan Desember 2017-Januari 2018. Jumlah subjek yang diambil sebanyak 30 pasien dengan consecutive sampling. Data responden dikumpulkan dengan kuesioner, asupan Natrium dan Kalium selama 2 hari diambil rata-ratanya diukur dengan food recall 24 jam. Analisa perbedaan digunakan uji beda yaitu uji wilcoxon.

**Hasil penelitian:** Asupan rata-rata Natrium sebelum edukasi 2933,7 mg/hr, sesudah edukasi 1204,7 mg/hr; rata-rata asupan kalium sebelum edukasi 1803,6 mg/hr, sesudah edukasi 4013,4 mg/hr; katagori asupan Na sebelum edukasi 86,7% kurang, sesudah edukasi 93,3% baik; katagori asupan kalium sebelum edukasi 96,7% kurang, sesudah edukasi 53,3% baik; nilai sebelum edukasi 96,7% kurang, sesudah edukasi 70% baik. Hasil analisis ada perbedaan asupan Natrium  $p=0,000$  dan asupan Kalium  $p= 0,000$ .

**Kesimpulan:** ada perbedaan asupan natrium dan kalium sebelum dan sesudah edukasi di Puskesmas Wonokerto II Pekalongan.

**Kata kunci:** Edukasi, Hipertensi, Kalium, Natrium, Sebelum dan Sesudah.