



GAMBARAN ASUPAN NATRIUM PADA PENDERITA HIPERTENSI DI PERDESAAN DAN PERKOTAAN

Rizki Latifah¹, Melyza Perdana², Heny Suseani Pangastuti²

INTISARI

Latar Belakang: Hipertensi menjadi faktor risiko utama kematian di Asia Tenggara. Hipertensi yang tidak terkontrol dapat meningkatkan risiko komplikasi serangan jantung, stroke bahkan kematian. Pencegahan yang dapat dilakukan salah satunya dengan mengatur pola makan yaitu dengan cara mengurangi asupan natrium. Perbedaan gaya hidup dan karakteristik masyarakat di perdesaan dan perkotaan mungkin dapat mempengaruhi asupan natrium yang dikonsumsi sehari-hari.

Tujuan Penelitian: Untuk mengetahui gambaran asupan natrium pada penderita hipertensi di perdesaan dan perkotaan.

Metode: Penelitian deskriptif kuantitatif dengan rancangan *cross sectional* menggunakan teknik *consecutive sampling*. Jumlah responden 81 orang (perdesaan) dan 74 orang (perkotaan). Data diambil menggunakan *Semi Quantitative Food Frequency Questionnaire* (SQ-FFQ). Penelitian ini menggunakan analisis data secara univariat.

Hasil: Mayoritas asupan natrium responden hipertensi di perdesaan (80,2%) dan perkotaan (78,4%) adalah cukup. Domain bumbu dapur merupakan domain dengan asupan natrium terbanyak pada kedua wilayah. Jenis makanan yang mengandung tinggi natrium dan sering dikonsumsi responden pada kedua wilayah hampir sama, perbedaannya terdapat pada urutan kelima yaitu biskuit (perdesaan) dan brownies (perkotaan). Rata-rata asupan natrium di perdesaan yaitu 1.457,5 mg/hari sedangkan di perkotaan 1.522,1 mg/hari.

Kesimpulan: Sebagian besar penderita hipertensi di perdesaan dan perkotaan sudah mengonsumsi natrium sesuai dengan rekomendasi dari Kementerian Kesehatan Republik Indonesia yaitu sebesar 2.000 mg/hari.

Kata Kunci: asupan natrium, hipertensi, perdesaan, perkotaan

¹Mahasiswa Program Studi S1 Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran, Kesehatan Masyarakat dan Keperawatan Universitas Gadjah Mada

²Departemen Keperawatan Medikal Bedah Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran, Kesehatan Masyarakat dan Keperawatan Universitas Gadjah Mada



DESCRIPTION OF SODIUM INTAKE ON HYPERTENSION PATIENTS IN THE RURAL AND URBAN AREAS

Rizki Latifah¹, Melyza Perdana², Heny Suseani Pangastuti²

ABSTRACT

Background: Hypertension was found as a major risk factor for death in Southeast Asia. Uncontrolled hypertension lead to increase the risk of heart attack, stroke and death. Changing eating habits proven to prevent hypertension by reducing sodium intake. Lifestyle and characteristics differences of individuals in rural and urban areas may influence daily sodium intake.

Research Objectives: To identify the description of sodium intake on hypertension patients in rural and urban areas.

Method: Descriptive quantitative with cross sectional design research using consecutive sampling technique. The number of respondents was 81 persons (rural) and 74 persons (urban). Data were taken using a Semi Quantitative Food Frequency Questionnaire (SQ-FFQ). The research applied univariat data analysis.

Outcome: Sodium intake of hypertension respondents in rural areas 80.2% meanwhile in urban areas 78.4%. The intake categorized as sufficient. Kitchen seasoning were prominent sodium intake in both regions. Types of food containing high sodium often consumed by respondents similar from both areas, the difference found on the fifth order of: biscuits (rural) and brownies (urban). The average sodium intake in rural areas was 1.457,5 mg/day meanwhile in urban areas was 1.522,1 mg/day.

Conclusions: The sodium intake of hypertension patients in rural and urban areas in accordance with the guideline of Ministry of Health Republic Indonesia by 2,000 mg / day.

Keywords: sodium intake, hypertension, rural, urban areas

¹Student of School of Nursing, Faculty of Medicine, Public Health and Nursing, Universitas Gadjah Mada

²Department of Medical Surgical Nursing, Faculty of Medicine, Public Health and Nursing, Universitas Gadjah Mada