

ABSTRAK

Hipertensi pada kehamilan merupakan masalah kesehatan yang sering terjadi pada ibu hamil. Hipertensi dapat diobati dengan cara nonfarmakologi dengan diet DASH yaitu menyarankan untuk membatasi asupan garam dan memperbanyak asupan sayur serta buah. Tujuan penelitian ini yaitu untuk menganalisis hubungan antara asupan magnesium dan serat dengan kejadian hipertensi pada ibu hamil.

Jenis penelitian ini adalah analitik observasional dengan desain *cross sectional*. Responden yang terlibat sebanyak 108 ibu hamil dipilih dengan teknik *non probability sampling*. Pengambilan data asupan magnesium serta serat menggunakan kuesioner *Semi Quantitatif Food Frequency* (SQ-FFQ) dan untuk tekanan darah dilakukan pengukuran secara langsung menggunakan *sphygmomanometer*. Analisis yang digunakan adalah *rank spearman*.

Analisis menunjukkan bahwa rata-rata asupan magnesium adalah sebesar 284,8 mg dan rata-rata asupan serat adalah 17,3 g. Analisis menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara asupan magnesium dengan tekanan darah ($p < 0,05$; $r\text{-value} = -0,343$). Terdapat hubungan yang signifikan antara asupan serat dengan tekanan darah ($p < 0,05$; $r\text{-value} = -0,191$). Terdapat hubungan antara asupan magnesium dengan kategori kurang terhadap tekanan darah ($p < 0,05$; OR = 10,11). Penelitian selanjutnya diharapkan untuk mencantumkan cara pengolahan makanan serta menambahkan variabel asupan natrium sebagai penunjang variabel asupan magnesium dan tekanan darah.

Kata Kunci : Hipertensi pada kehamilan, Asupan Magnesium, Asupan serat