

ABSTRAK

Varera, Yolanda Eggy. 2024. Hubungan Pengetahuan Gizi dan Asupan Natrium dengan Tekanan Darah pada Lansia di Wilayah Kerja UPT. Puskesmas Siwalankerto Kota Surabaya. Skripsi, Program Studi S1 Gizi, Fakultas Kesehatan Universitas Nahdlatul Ulama Surabaya. Pembimbing: Farah Nuriannisa, S.Gz., M.P.H.

Lansia merupakan kelompok yang sangat rentan mengalami peningkatan tekanan darah atau hipertensi. Seiring meningkatnya usia, terjadi perubahan dalam struktur dan fungsi pada sel, jaringan serta sistem organ. Faktor yang dapat menyebabkan terjadinya tekanan darah tinggi yaitu kurangnya pengetahuan serta konsumsi makanan bernatrium tinggi. Tujuan penelitian ini untuk menganalisis hubungan pengetahuan gizi dan asupan natrium dengan tekanan darah pada lansia di wilayah kerja UPT. Puskesmas Siwalankerto Kota Surabaya. Jenis penelitian ini adalah *cross-sectional*. Sampel yang digunakan sebesar 45 lansia di wilayah kerja UPT. Puskesmas Siwalankerto Kota Surabaya yang memenuhi kriteria inklusi. Pengambilan data terkait menggunakan kuisioner, form SQ-FFQ dan spigmo manometer. Analisis data yang digunakan yaitu uji korelasi *Rank Spearman*. Hasil menunjukkan bahwa mayoritas lansia di wilayah kerja UPT. Puskesmas Siwalankerto Kota Surabaya memiliki pengetahuan gizi yang baik yaitu sebanyak 23 responden (51,1%), memiliki asupan natrium yang cukup yaitu sebanyak 27 responden (60,0%) dan mengalami pre hipertensi yaitu sebanyak 31 responden (68,9%). Berdasarkan uji hubungan antara pengetahuan gizi dengan tekanan darah didapatkan *p-value* 0,016 ($< 0,05$) dan asupan natrium dengan tekanan darah didapatkan *p-value* 0,000 ($< 0,05$). Kesimpulan dari penelitian ini terdapat hubungan signifikan antara pengetahuan gizi dan asupan natrium dengan tekanan darah pada lansia di wilayah kerja UPT. Puskesmas Siwalankerto Kota Surabaya.

Kata Kunci : Pengetahuan gizi, Asupan natrium, Tekanan darah, Lansia