

RINGKASAN

POCUT BALQIS MUDA CANDEIN. Pengolahan dan Asupan Diet Rendah Garam Pada Pasien Hipertensi di Rumah Sakit PMI Bogor. *Processing and Intake of Low Sodium Diet for Hypertension Patient at PMI Bogor Hospital.* Dibimbing oleh **SILVIA DEWI SAGITA ANDIK.**

Hipertensi merupakan penyakit kardiovaskuler yang ditandai dengan peningkatan tekanan darah sistolik lebih dari sama dengan 140 mmHg dan atau diastolik lebih dari sama dengan 90 mmHg. Salah satu perilaku yang menjadi faktor resiko penyakit tidak menular, khususnya hipertensi adalah konsumsi makanan asin (29,7%) Konsumsi makanan asin berlebih menyebabkan tingginya asupan natrium pada garam di tubuh. Apabila asupan natrium berlebih, dapat mengakibatkan tubuh meretensi cairan sehingga meningkatkan volume dan tekanan darah. Salah satu upaya pengendalian dan pengobatan hipertensi adalah dengan membatasi asupan natrium yang disebut dengan diet rendah garam. Garam merupakan bahan makanan untuk menambah rasa. Pembatasan jumlah garam pada makanan dapat mengurangi nafsu makan pasien sehingga menimbulkan sisa makanan dan mempengaruhi asupan zat gizi pasien.

Tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk mengkaji pengolahan dan asupan diet rendah garam pasien hipertensi di Rumah Sakit PMI Bogor. Adapun tujuan khususnya yaitu (1) mengidentifikasi pemberian diet rendah garam untuk pasien hipertensi meliputi tujuan dan syarat diet di Rumah Sakit PMI Bogor (2) mengkaji proses pengolahan dan pemrosesan hidangan diet rendah garam di Rumah Sakit PMI Bogor, (3) mengevaluasi daya terima makanan pasien hipertensi dengan diet rendah garam meliputi makanan pokok, lauk hewani, lauk nabati, hidangan sayur, buah, dan *snack* diet di Rumah Sakit PMI Bogor, dan (4) menghitung asupan dan tingkat kecukupan zat gizi pasien hipertensi dengan diet rendah garam di Rumah Sakit PMI Bogor.

Pengamatan dilaksanakan selama Praktik Kerja Lapangan Manajemen Asuhan Gizi Klinik (MAGK) dan Manajemen Penyelenggaraan Makanan Rumah Sakit (MPRMS) pada tanggal 21 Maret sampai 21 Mei 2022 di instalasi gizi dan ruang rawat inap Seruni Rumah Sakit PMI Bogor. Pengaturan makan diet rendah garam di Rumah Sakit PMI Bogor yaitu: (1) DRG I, diberikan tiga jenis hidangan rendah garam (2) DRG II, diberikan dua jenis hidangan rendah garam, dan (3) DRG III, diberikan satu jenis hidangan rendah garam. Perbedaan proses pengolahan makanan pokok, lauk hewani, lauk nabati, dan hidangan sayur diet rendah garam hanya pada penggunaan garam yang dibatasi. Contoh kasus pengamatan yaitu pasien hipertensi dengan diet rendah garam III di ruang rawat inap Seruni nomor 325. Daya terima makanan kategori kurang yaitu makanan pokok dan hidangan sayur. Kategori baik yaitu lauk hewani, lauk nabati, buah, dan *snack* diet. Tingkat kecukupan energi, protein, dan karbohidrat < 80%, sedangkan tingkat kecukupan lemak di hari kedua serta tingkat kecukupan natrium di hari pertama dan ketiga pengamatan > 80%.

Kata kunci: daya terima makanan, diet rendah garam, hipertensi, natrium, pengolahan makanan diet

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPI.

2. Dilarang mempublikasikan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPI.