

ABSTRAK

**Fitriyanti, Riri N. 2020. Gambaran *Self Management* Terkait Gizi dan Tekanan Darah Penderita Hipertensi di Puskesmas Sarijadi Kota Bandung. Tugas Akhir, Program Studi Diploma 3, Jurusan Gizi, Politeknik Kesehatan Kemenkes Bandung.
Pembimbing: Maryati Dewi, S.Gz, MPH**

Self management terkait gizi diperlukan untuk mencegah dan mengurangi dampak dari komplikasi akibat hipertensi. Hipertensi yang tidak terkontrol dapat menyebabkan komplikasi seperti penyakit stroke, penyakit gagal jantung, dan gagal ginjal. Maka, sangat penting bagi penderita hipertensi untuk menerapkan *Self management* terkait gizi tersebut. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran *self management* terkait gizi penderita hipertensi di Puskesmas Sarijadi Kota Bandung. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Responden pada penelitian ini sebanyak 39 responden yang diperoleh dengan teknik *purposive sampling*. Instrumen yang digunakan adalah Hypertension Self Management Behavior Questionnaire (HSMBQ) yang telah dimodifikasi sesuai dengan tatalaksana gizi pada penderita hipertensi. Hasil penelitian diperoleh bahwa 52,6% penderita hipertensi derajat 2 memiliki *self management* dengan kategori kurang baik dan 40% penderita hipertensi derajat 1 memiliki *self management* dengan kategori baik. Ahli Gizi Puskesmas Sarijadi perlu memperhatikan dan menekankan pemberian edukasi gizi tentang pentingnya konsumsi buah dan sayur, pembatasan makanan sumber lemak jenuh, pembatasan penggunaan garam natrium, penurunan berat badan, dan aktifitas fisik.

Kata Kunci : *Self Management*, Tekanan darah, Hipertensi