

ABSTRAK

Hermawan, Filza Syifa Alfaini. 2021. *Gambaran Asupan Lemak, Natrium, Kalium, Magnesium, dan Kejadian Hipertensi Pada Lansia (Studi Literatur)*. Jurusan Gizi, Politeknik Kesehatan Kemenkes Bandung. Pembimbing: Surmita, S.Gz, M.Kes.

Asupan lemak dan asupan natrium yang berlebih dapat memicu terjadinya hipertensi, sedangkan asupan kalium dan asupan magnesium berpengaruh terhadap penurunan tekanan darah. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran asupan lemak, natrium, kalium, magnesium, dan kejadian hipertensi pada lansia. Desain penelitian yang digunakan adalah *Systematic Literature Review*. Sampel yang digunakan diantaranya 8 jurnal mengenai asupan lemak, 12 jurnal mengenai asupan natrium, 7 jurnal mengenai asupan kalium, dan 5 jurnal mengenai asupan magnesium. Terdapat empat jurnal asupan lemak lebih dan kejadian hipertensi pada lansia dengan prevalensi lebih besar dibandingkan dengan asupan lemak lebih dan tidak hipertensi pada lansia. Selain itu, enam jurnal asupan natrium lebih dan kejadian hipertensi pada lansia dengan prevalensi lebih besar dibandingkan dengan asupan natrium lebih dan tidak hipertensi pada lansia. Satu jurnal asupan kalium lebih dan kejadian hipertensi pada lansia dengan prevalensi lebih besar dibandingkan dengan asupan kalium lebih dan tidak hipertensi pada lansia. Terdapat satu jurnal asupan magnesium lebih dan kejadian hipertensi pada lansia dengan prevalensi lebih besar dibandingkan dengan asupan magnesium lebih dan tidak hipertensi pada lansia.

Kata Kunci: Asupan Lemak, Natrium, Kalium, Magnesium, Hipertensi, Lansia