

ABSTRAK

Ambarwati, Rahayu Tri. 2020. Pengaruh Penyuluhan Gizi terhadap Pengetahuan, Asupan Kalium dan Natrium pada Lansia di Posbindu Desa Bojongsoang Wilayah Kerja Puskesmas Bojongsoang Kabupaten Bandung. Skripsi. Program Studi Gizi dan Dietetika Program Sarjana Terapan Gizi. Jurusan Gizi. Politeknik Kesehatan Kemenkes Bandung.

Pembimbing : Holil M. Par'i, SKM, M.Kes

Lansia umumnya menderita penyakit tidak menular seperti hipertensi. Menurut data RISKESDAS pada tahun 2018 prevalensi hipertensi di Indonesia lebih besar jika dibandingkan dengan data pada tahun 2013, pada penduduk usia 55-64 tahun yaitu sebesar 55,23%, pada usia 65-74 tahun sebesar 63,22%, dan pada usia 75+ sebesar 69,53%. Mikronutrient yang berperan penting pada penyakit hipertensi adalah Natrium (Na) dan Kalium (K). **Tujuan** dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh penyuluhan gizi terhadap pengetahuan, asupan kalium dan natrium pada lansia. **Metode penelitian** yang digunakan adalah *Quasi Experiment with controlled group pre-post test design*. Sampel dibagi menjadi dua kelompok yaitu kelompok perlakuan (n=25) menggunakan media penyuluhan gizi berupa lembar balik & leaflet dan kelompok kontrol (n=25) menggunakan media leaflet saja. **Hasil penelitian** menunjukkan bahwa terdapat pengaruh penyuluhan gizi terhadap perubahan tingkat pengetahuan, asupan kalium dan natrium sebelum dan setelah diberikan penyuluhan gizi dengan nilai $p < 0,05$. Tidak terdapat perbedaan rata-rata peningkatan pengetahuan sebelum dan setelah penyuluhan gizi pada kelompok perlakuan dan kontrol ($p > 0,05$), tidak terdapat perbedaan rata-rata peningkatan asupan kalium ($p > 0,05$) antara kelompok perlakuan dengan kelompok kontrol, dan terdapat perbedaan rata-rata asupan natrium ($p < 0,05$) antara kelompok perlakuan dengan kelompok kontrol. **Saran** dari penelitian ini lebih baik menggunakan media audio visual seperti video dan disertai speaker agar bisa lebih mudah dipahami tanpa kesulitan untuk membaca dan kesulitan mendengar karena suaranya kecil.

Kata Kunci : Pengetahuan, Asupan Kalium dan Asupan Natrium

