**ABSTRAK**

**Ludfiyana Nilal Muna, 2019**. Gambaran Pola Konsumsi, Aktivitas Fisik, Status Gizi Dan Tekanan Darah Pasien Hipertensi Lansia Rawat Jalan Di Puskesmas Kedungkandang Kota Malang. **Pembimbing: Sutomo Rum T.K**

Hipertensi adalah Suatu keadaan dimana seorang mengalami peningkatan tekanan darah diatas normal yang ditunjukan oleh angka sistolik dan diastolik (≥140/90 mmHg). Faktor-faktor yang mempengaruhi hipertensi diantaranya pola makanya tidak terkontrol dan mengakibatkan kelebihan berat badan atau bahkan obesitas, stress tinggi, kurang olahraga. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran pola konsumsi, aktivitas fisik, status gizi dan tekanan darah pasien hipertensi lansia rawat jalan di puskesmas Kedungkandang. Penelitian ini merupakan jenis penelitian analitik dengan desain penelitian *cross sectional*. Tempat penelitian dilakukan pada peserta gertak sambalado rawat jalan di Puskesmas Kedungkandang pada bulan Februari-Maret 2019. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pasien hipertensi rawat jalan di Puskesmas Kedungkandang dan jumlah sampel sebanyak 20 orang. Teknik pengambilan sampel dengan menggunakan metode *purposive sampling*. Data yang diperoleh dikumpulkan menggunakan lembar kuesioner dan observasi dan diolah menggunakan program *microsoft excel.* Hasil penelitian didapatkan sampel berjumlah 20 orang dengan jenis kelamin perempuan dengan usia ≥50 tahun, sebagian besar pekerjaan pasien adalah tidak bekerja 85%, pendidikan pasien adalah SD/sederajat 80%, pasien tidak memiliki riwayat konsumsi obat hipertensi 60%, pasien tidak memiliki riwayat penyakit lain selain hipertensi yang berjumlah 80%, pasien tidak pernah konsumsi sumber magnesium yaitu daun pepaya 80%, pasien jarang konsumsi sumber kalium yaitu sawi 100, pasien sering konsumsi sumber natrium yaitu garam 100%, pasien sering konsumsi minyak kelapa sawit 14 orang 70%, pasien sering konsumsi sumber kafein 55%, aktivitas fisik pasien adalah ringan 60%, status gizi pasien adalah obesitas 45%, tekanan darah pasien adalah hipertensi derajat 1 yaitu 60%. Kesimpulan penelitian ini adalah terdapat hubungan antara  
aktivitas fisik dengan status gizi pasien (p<0,05) dan tidak terdapat hubungan antara status gizi dan tekanan darah pasien (p>0,05).

**Kata kunci** : pola konsumsi, aktivitas fisik, status gizi dan tekanan darah

**ABSTRACT**

**Ludfiyana Nilal Muna, 2019**. Overview of Patterns of Consumption, Physical Activity, Nutritional Status and Blood Pressure of Elderly Hypertensive Patients Outpatient at Kedungkandang Health Center, Malang City. **Advisor: Sutomo Rum T.K**

Hypertension is a condition where a person experiences an increase in blood pressure above normal which is indicated by systolic and diastolic numbers (40140/90 mmHg). Factors affecting hypertension include uncontrolled diet and resulting in overweight or even obesity, high stress, lack of exercise. The purpose of this study was to describe the consumption patterns, physical activity, nutritional status and blood pressure of elderly outpatient hypertensive patients in Kedungkandang health center. This research is an analytic type with cross sectional research design. The place of the study was conducted on outpatient snaps and bluffers at the Kedungkandang Health Center in February-March 2019. The population in this study were all outpatient hypertension patients in Kedungkandang Health Center and a total sample of 20 people. The sampling technique using purposive sampling method. The data obtained was collected using questionnaire sheets and observation and processed using the Microsoft Excel program. The results showed that there were 20 people with female sex at the age of ≥50 years, most of the patient's work was not working 85%, patient education was elementary / equivalent 80%, patients had no history of hypertension drug consumption 60%, patients had no history diseases other than hypertension which amount to 80%, patients never consume magnesium sources namely 80% papaya leaves, patients rarely consume sources of potassium ie mustard 100, patients often consume sources of sodium namely 100% salt, patients often consume 14 people palm oil 70% , the patient often consumes a caffeine source of 55%, the patient's physical activity is mild 60%, the nutritional status of the patient is 45% obese, the patient's blood pressure is hypertension degree 1 which is 60%. The conclusion of this study is that there is a relationship between physical activity with nutritional status of patients (p <0.05) and there was no relationship between nutritional status and patient blood pressure (p> 0.05).

**Keywords**: consumption patterns, physical activity, nutritional status and blood pressure