

**GAMBARAN PENGETAHUAN WANITA LANJUT USIA TENTANG DIET  
HIPERTENSI DI PANTI SOSIAL TRESNA WREDHA BUDI PERTIWI  
BANDUNG**

**ABSTRAK**

Jumlah penduduk lansia semakin meningkat dari tahun ke tahun di perkirakan ada 500 juta. Semakin bertambahnya usia menimbulkan beberapa permasalahan kesehatan salah satunya adalah penyakit hipertensi terutama dalam mengkonsumsi makanan yaitu dengan melakukan diet hipertensi yang banyak dialami oleh wanita lanjut usia karena dari faktor pengetahuan, dan makanan.Selain itu lansia tidak pernah memikirkan pola hidup sehat yaitu dengan diet asupan makanan bagi penderita hipertensi.Diet hipertensi merupakan hal yang penting termasuk bagi wanita lanjut usia, karena untuk mengurangi kekambuhan hipertensi. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran pengetahuan wanita lanjut usia tentang diet hipertensi. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kuantitatif dengan teknik pengambilan sampel yaitu *total sampling* yang melibatkan 30 wanita lanjut usia. Penulis menggunakan teknik pengumpulan data yaitu dengan membagikan lembaran kuesiner. Hasil penelitian sebagian pengetahuan wanita lanjut usia (33.3%) baik, (13.3%) cukup,dan (53.4%) kurang. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pengetahuan wanita lanjut usia adalah kurang. Dengan adanya penelitian ini diharapkan tenaga kesehatan dapat melakukan hal-hal yang dapat meningkatkan pengetahuan wanita lanjut usia tentang diet hipertensi seperti memberikan informasi tentang makanan yang harus dihindari dan yang baik untuk dikonsumsi.

**Kata Kunci :** Wanita Lanjut Usia, Pengetahuan, dan Diet Hipertensi

## **THE DESCRIPTION OF ELDERLY WOMEN ON HYPERTENSION DIET AT BUDI PERTIWI SOCIAL RESIDENTIAL BANDUNG**

### **ABSTRACT**

The population of elderly people has been increasing year to year, which is predicted around 500 million people. The increasing age results in several health problems including hypertensive disease, particularly in consuming food by doing hypertension diet which has been widely conducted by elderly women due to knowledge and food factors. Additionally, elderly people never think about healthy lifestyle by going on diet for those who have hypertension. Hypertension diet is an essential aspect for elderly women since it can reduce recurrent hypertension. The purpose of this research is to discover the understanding of elderly women on hypertension diet. The current research employed descriptive quantitative method which applied total sampling as the technique to collect samples that involved 30 elderly women. The researcher distributed questionnaires as the technique to collect research data. The findings show that some of elderly women's understanding (33.3%) was considered good, while (13.3%) was fair and(53.4%) was poor. This reveals that elderly women's understanding on hypertension diet was poor. By the presence of this research, it is expected that medical practitioners will be able to make efforts in order to improve elderly women's understanding on hypertension diet such as giving information on food that should be avoided and better consumed.

**Keywords:** Elderly Women, Understanding, and Hypertension Diet