

PENGARUH MEDIA *FLIPCHART* DALAM EDUKASI GIZI TERHADAP PENGETAHUAN DAN ASUPAN NATRIUM, KALIUM PADA PASIEN HIPERTENSI DI PUSKESMAS GALUR II

Norma Dwi Febriani¹, Idi Setiyobroto², Rini Wuri Astuti³

^{1,2,3}Jurusan Gizi Poltekkes kemenkes Yogyakarta

Jl. Tata Bumi No. 03 Banyuraden, Gamping, Sleman

Email : dwinorma24@gmail.com,

ABSTRAK

Latar Belakang : Hipertensi merupakan suatu keadaan kronis ditandai dengan meningkatnya tekanan darah pada dinding pembuluh darah arteri. hipertensi merupakan penyakit yang dapat dikendalikan melalui perubahan gaya hidup, salah satunya pola makan. Natrium dan Kalium adalah dua mineral yang berpengaruh signifikan terhadap tekanan darah. Edukasi gizi yang efektif dibutuhkan untuk meningkatkan pemahaman pasien dalam mengatur asupan zat gizi.

Tujuan : Mengetahui Pengaruh Edukasi Gizi menggunakan media *Flipchart* terhadap Pengetahuan dan Asupan Natrium serta kalium pada Pasien Hipertensi di Puskesmas Galur II.

Metode : Penelitian ini menggunakan desain quasi experimental dengan pre-test post-test control group design. Sampel terdiri dari 44 pasien hipertensi yang dibagi menjadi dua kelompok yaitu kelompok *flipchart* dan *leaflet*. Pengetahuan diukur melalui kuesioner, sedangkan asupan natrium dan kalium dinilai dengan *SQ-FFQ*.

Hasil : Edukasi gizi menggunakan *flipchart* secara signifikan meningkatkan pengetahuan pasien dan asupan kalium dibandingkan media *leaflet* ($p < 0.05$).

Kesimpulan: Ada Pengaruh Media *Flipchart* Terhadap Pengetahuan dan Asupan Kalium.

Kata Kunci: Edukasi Gizi, *Flipchart*, Hipertensi, Kalium, Natrium

THE EFFECT OF *FLIPCHART* MEDIA IN NUTRITION EDUCATION ON KNOWLEDGE AND INTAKE OF SODIUM, POTASSIUM IN HYPERTENSION PATIENTS AT GALUR II PUBLIC HEALTH CENTER

Norma Dwi Febriani¹, Idi Setiyobroto², Rini Wuri Astuti³

^{1,2,3}Jurusan Gizi Poltekkes kemenkes Yogyakarta

Jl. Tata Bumi No. 03 Banyuraden, Gamping, Sleman

Email : dwinorma24@gmail.com,

ABSTRAC

Background: Hypertension is a chronic condition characterized by increased blood pressure on the walls of the arteries. Hypertension is a disease that can be controlled through lifestyle changes, one of which is diet. Sodium and Potassium are two minerals that have a significant effect on blood pressure. Effective nutrition education is needed to improve patient understanding in managing nutrient intake.

Objective: To determine the effect of nutrition education using *flipchart* media on knowledge and sodium and potassium intake in hypertension patients at Galur II Health Center.

Method: This study used a quasi-experimental design with a pre-test post-test control group design. The sample consisted of 44 hypertension patients who were divided into two groups, namely the *flipchart* and *leaflet* groups. Knowledge was measured through a questionnaire, while sodium and potassium intake were assessed using the *SQ-FFQ*.

Results: Nutrition education using *flipcharts* significantly increased patient knowledge and potassium intake compared to *leaflet* media ($p < 0.05$).

Conclusion: There is an Influence of *Flipchart* Media on Knowledge and Potassium Intake.

Keywords: Nutrition Education, *Flipchart*, Hypertension, Potassium, Sodium