

ABSTRACT

Background: Hypertension is one of the main health problems, it caused cardiovascular diseases such as heart failure, kidney disease, stroke, and even death. One of the causes of hypertension is the intake of high-fat foods.

Method: This research is descriptive with 100 hypertensive respondents on January-February 2023 to assess fat intake used food recall, processed by Nutrisurvey and SPSS.

Results: Most characteristics aged ≥ 60 years, female, unemployed, family history, overweight, and stage 1 hypertension. Most subject intake is high calorie, high total fat, high Saturated Fatty Acid (SFA), low Poly-Unsaturated Fatty (PUFA), and low Mono-Unsaturated Fatty Acid (MUFA). Based on gender, dominated by women with high total fat, high SFA, low PUFA, and low MUFA intake. Based on BMI, most intake is high total fat on obesity 1, high SFA on overweight, low PUFA on overweight, and low MUFA on overweight. Based on blood pressure, most intake is high total fat on prehypertension, high SFA on stage 1 hypertension, low PUFA on stage 1 hypertension, and low MUFA on stage 1 hypertension.

Conclusion: In this research, the highest hypertension patients intake was high total fat, high SFA, normal PUFA, and normal MUFA.

Keywords: fat intake, hypertension, food recall

ABSTRAK

Latar Belakang: Hipertensi salah satu masalah kesehatan utama karena dapat menyebabkan penyakit kardiovaskular seperti gagal jantung, penyakit ginjal, stroke dan bahkan kematian. Penyebab hipertensi salah satunya adalah asupan makanan tinggi lemak.

Metode: Penelitian ini bersifat deskriptif dengan 100 subjek hipertensi yang dilaksanakan pada bulan Januari-Februari 2023 untuk menilai asupan lemak melalui *food recall* dan diolah menggunakan Nutrisurvey dan SPSS.

Hasil: Karakteristik terbanyak berusia ≥ 60 tahun, jenis kelamin perempuan, tidak bekerja, riwayat keluarga, status gizi *overweight*, dan hipertensi stadium 1. Asupan subjek didapatkan asupan kalori tinggi, lemak total tinggi, lemak jenuh (*SFA*) tinggi, lemak tak jenuh ganda (*PUFA*) rendah, lemak tak jenuh tunggal (*MUFA*) rendah. Berdasarkan jenis kelamin didominasi perempuan dengan asupan lemak total tinggi, *SFA* tinggi, *PUFA* rendah, dan *MUFA* rendah. Berdasarkan status gizi, terbanyak asupan lemak total tinggi pada obesitas 1, *SFA* tinggi pada *overweight*, *PUFA* rendah pada *overweight*, *MUFA* rendah pada *overweight*. Berdasarkan tekanan darah, terbanyak asupan lemak total tinggi pada prehipertensi, *SFA* tinggi pada hipertensi stadium 1, *PUFA* rendah pada hipertensi stadium 1, *MUFA* rendah pada hipertensi stadium 1.

Kesimpulan: Pada penelitian ini, didapatkan asupan terbanyak pasien hipertensi adalah asupan lemak total tinggi, *SFA* tinggi, *PUFA* rendah, dan *MUFA* rendah.

Kata Kunci: asupan lemak, hipertensi, *food recall*