

ABSTRAK

Hipertensi merupakan penyakit yang menimbulkan masalah besar dan serius dalam kehidupan, selain prevalensinya yang tinggi dan cenderung meningkat pada masa yang akan datang, tingkat keparahan pun tinggi. Data dinkes Jawa Timur kasus hipertensi masi tinggi pada tahun 2017 yaitu sebanyak 335.524 pasien. Tujuan dari penelitian ini adalah Untuk mengetahui gambaran pengetahuan lansia tentang diet hipertensi di UPT Puskesmas Kecamatan Deket.

Desain penelitian ini adalah penelitian deskriptif, dimana Peneliti mendeskripsikan suatu gejala, peristiwa, kejadian yang terjadi pada saat sekarang. Populasi Penelitian ini adalah semua lansia yang menderita hipertensi yang berkunjung di UPT Puskesmas Kecamatan Deket pada tanggal 17- 19 juli 2019, dengan sampel 25 lansia yang terkena hipertensi, menggunakan teknik sampling *Counsecutive*. Data diambil dengan menggunakan kuesioner tertutup untuk variabel Independen, kemudian data yang dikumpulkan dilakukan Editing, pengkodean, penilaian, rekapitulasi data dengan membuat tabel, tabulasi, kemudian data ditampilkan dalam bentuk naratif dan tabel distribusi frekuensi .

Hasil dari penelitian ini hampir seluruhnya responden memiliki pengetahuan cukup tentang diet hipertensi yaitu sebanyak 19 responden atau (76%). Dan tidak satupun pengetahuan kurang tentang diet hipertensi yaitu sebanyak 0 responden atau (0%).

Saran bagi Lansia dan tenaga kesehatan di harapkan untuk meningkatkan pengetahuan diet hipertensi sehingga hipertensi dapat terkontrol.

Kata kunci : *Diet Hipertensi, Hipertensi*