

ABSTRAK

Hipertensi adalah salah satu penyebab faktor utama kematian di dunia, sekitar 9,4 juta kematian disebabkan oleh hipertensi menurut WHO. Oleh karena itu untuk membantu mengendalikan tekanan darah tinggi yaitu dengan cara konsumsi buah pisang ambon karena kandungan kalium di dalamnya yang cukup tinggi, Peningkatan asupan kalium dapat menurunkan tekanan darah sistolik dan diastolik dikarenakan adanya penurunan resistensi vaskuler. Tujuan: Untuk mengetahui gambaran pengetahuan lansia dengan hipertensi tentang pentingnya konsumsi pisang ambon di wilayah kerja UPT Puskesmas Panyileukan Kota Bandung.

Metode Penelitian : *Deskriptif Kuantitatif*. Populasi 105 orang, teknik *purposive Sampling* dengan hasil 52 sampel. Pengumpulan data dilakukan dengan cara memberikan lembar kuesioner, dan analisis data dengan univariat.

Hasil Penelitian : Hasil analisis 52 orang lansia hipertensi didapatkan hasil sebagian besar (71,2%) memiliki pengetahuan cukup tentang pentingnya konsumsi pisang ambon. hampir setengahnya (40,4%) memiliki pengetahuan cukup tentang definisi pisang ambon. sebagian besar (57,7%) memiliki pengetahuan cukup tentang manfaat pisang ambon.

Kesimpulan : Sebagian besar (71,2%) responden memiliki pengetahuan cukup tentang pentingnya konsumsi pisang ambon. Saran: Bagi Puskesmas Panyileukan untuk merencanakan program penyuluhan tentang pengetahuan manfaat pengobatan non farmakologi dengan konsumsi pisang ambon untuk menurunkan tekanan darah tinggi pada lansia.

Kata Kunci : Pengetahuan,Lansia,Hipertensi,Pisang ambon.

Daftar Pustaka : 17 jurnal (2017-2021)

4 buku (2013-2021)

ABSTRACT

Hypertension is one of the main causes of death in Indonesia worldwide, around 9.4 million deaths are caused by hypertension according to WHO. Therefore, to help control high blood pressure, namely by: Consumption of ambon bananas because the potassium content in it is quite high, increasing potassium intake can lower systolic blood pressure and diastole due to a decrease in vascular resistance. Research Objectives : To describe the knowledge of the elderly with hypertension about the importance of consuming Ambon banana.

Research Methods : Quantitative Descriptive. Population of 105 people, purposive Sampling technique with the results of 52 samples. The data collection technique was done by giving a questionnaire question sheet, and univariate data analysis.

Research results : The results of the analysis of 52 elderly people with hypertension, obtained partial results most (71.2%) have sufficient knowledge about the importance of consuming Ambon banana. almost half of (40.4%) have sufficient knowledge about the definition of Ambon banana. Most half of (57.7%) have sufficient knowledge about the benefits of Ambon bananas. Conclusion : most (71.2%) have sufficient knowledge about the importance of Ambon banana consumption. Suggestion : For the Panyileukan Health Center to plan an outreach program about the benefits of non-pharmacological treatment, with the consumption of Ambon banana to reduce high blood pressure for the elderly.

Keywords : knowledge, elderly, hypertension, ambon banana

Bibliography : 17 journals (2017-2021)

4 book (2013-21)