



**UNIVERSITAS ANDALAS**

**KORELASI ANTARA ASUPAN PROTEIN, AKTIVITAS FISIK, DAN  
DURASI TIDUR DENGAN TEKANAN DARAH PADA PASIEN PENYAKIT  
JANTUNG KORONER DI POLIKLINIK JANTUNG RSUP DR. M. DJAMIL  
PADANG**

**Oleh :**

**LAILA MIFTAH SALIM**

**No. BP 2011222042**

**Pembimbing I : Dr. Idral Purnakarya, SKM, MKM**

**Pembimbing II : Dr. Azrimaidaliza, SKM, MKM**

**Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Mendapatkan Gelar Sarjana Gizi**

**FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT**

**UNIVERSITAS ANDALAS**

**PADANG, 2024**

**FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT**

**UNIVERSITAS ANDALAS**

**Skripsi, September 2024**

**Laila Miftah Salim, No.Bp 2011222042**

**HUBUNGAN ASUPAN PROTEIN, AKTIVITAS FISIK, DAN DURASI TIDUR  
DENGAN TEKANAN DARAH PADA PASIEN PENYAKIT JANTUNG KORONER DI  
POLIKLINIK JANTUNG RSUP DR. M. DJAMIL PADANG**

**xi + 66 Halaman, 2 gambar, 15 tabel, 11 lampiran**

### **ABSTRAK**

#### **Tujuan**

Penyakit jantung koroner merupakan salah satu penyakit kardiovaskular yang berbahaya dan dapat menyebabkan kematian. tekanan darah tinggi dapat menjadi faktor risiko utama terjadinya penyakit jantung koroner. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui korelasi antara asupan protein, aktivitas fisik, dan durasi tidur dengan tekanan darah pada pasien penyakit jantung koroner di Poliklinik Jantung RSUP Dr. M. Djamil Padang.

#### **Metode**

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain penelitian *cross sectional*. Sampel pada penelitian ini adalah 46 pasien penyakit jantung koroner di Poliklinik Jantung RSUP Dr. M. Djamil Padang usia 40-64 tahun yang diambil secara *purposive sampling*. Data penelitian dikumpulkan dengan melakukan wawancara dan pengisian kuesioner. Analisis data dilakukan dengan menggunakan uji *Pearson* dan *Spearman Rho*.

#### **Hasil**

Hasil penelitian didapatkan rerata tekanan darah responden 131,96/79,5 mmHg, rerata asupan protein 40,45 g, rerata skor aktivitas fisik 1207,5 MET-m/minggu, dan rerata durasi tidur 6,25 jam. Terdapat korelasi negatif antara asupan protein dengan tekanan darah diastolik ( $r = -0,294$ ;  $p = 0,047$ ). Tidak terdapat korelasi antara asupan protein dengan darah sistolik ( $p > 0,05$ ). Tidak terdapat korelasi antara aktivitas fisik dan durasi tidur dengan tekanan darah ( $p > 0,05$ ).

#### **Kesimpulan**

Asupan protein memiliki korelasi negatif dengan tekanan darah diastolik namun tidak ada korelasi dengan tekanan darah sistolik. Aktivitas fisik dan durasi tidur tidak memiliki korelasi dengan tekanan darah. Disarankan kepada pasien penyakit jantung koroner untuk mengkonsumsi asupan protein sesuai anjuran, menjaga aktivitas fisik, dan durasi tidur.

**Daftar Pustaka** : 98 (2000-2024)

**Kata Kunci** : Asupan protein, aktivitas fisik, durasi tidur, tekanan darah

**FACULTY OF PUBLIC HEALTH**

**ANDALAS UNIVERSITY**

**Undergraduate Thesis, September 2024**

**Laila Miftah Salim, No.Bp 2011222042**

**THE RELATIONSHIP BETWEEN PROTEIN INTAKE, PHYSICAL ACTIVITY, AND SLEEP DURATION WITH BLOOD PRESSURE IN CORONARY HEART DISEASE PATIENTS AT HEART POLYCLINIC OF DR. M. DJAMIL PADANG HOSPITAL**

**xi + 66 pages, 2 pictures, 15 tables, 11 appendices**

**ABSTRACT**

**Objective**

Coronary heart disease is one of the dangerous cardiovascular diseases and can cause death. High blood pressure can be a major risk factor for coronary heart disease. This study aims to determine the correlation between protein intake, physical activity, and sleep duration with blood pressure in coronary heart disease patients at Heart Polyclinic of Dr. M. Djamil Padang Hospital.

**Method**

This research used a quantitative research with a cross sectional study. The sample for this research consist of 46 coronary heart disease patients at Heart Polyclinic of Dr. M. Djamil Padang Hospital aged 40-64 years chosen by using a *purposive sampling*. The data were collected through interviews and questionnaires. The data were analysed by using the the Pearson and Spearman Rho tests.

**Result**

The results of the study were obtained with an average blood pressure of 131.96/79.5 mmHg for respondents, an average protein intake of 40.45 g, an average physical activity score of 1207.5 MET-m/week, and an average sleep duration of 6.25 hours. There was a negative correlation between protein intake and diastolic blood pressure ( $r = -0.294$ ;  $p = 0.047$ ). There was no correlation between protein intake and systolic blood ( $p > 0.05$ ). There was no correlation between physical activity and sleep duration with blood pressure ( $p > 0.05$ ).

**Conclusion**

Protein intake has a negative correlation with diastolic blood pressure but no correlation with systolic blood pressure. Physical activity and sleep duration have no correlation with blood pressure. It is recommended to patients with coronary heart disease to consume protein intake as recommended, maintain physical activity, and sleep duration.

**References** : 98 (2000-2024)

**Keywords** : Protein intake, physical activity, sleep duration, blood pressure