



UNIVERSITAS ANDALAS

**HUBUNGAN ASUPAN NATRIUM, INDEKS MASSA TUBUH,
DAN KEBIASAAN OLAHRAGA DENGAN TEKANAN DARAH
PADA PASIEN HIPERTENSI ANGGOTA PROLANIS DI
PUSKESMAS ANDALAS KOTA PADANG TAHUN 2024**

Oleh:

JOYA AMANDA PUTRI

NO. BP. 2011221024

Pembimbing I : Ice Yolanda Puri, S.Si.T, M.Kes

Pembimbing II : Dr. Idral Purnakarya, S.KM., M.KM

Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Mendapatkan Gelar Sarjana Gizi

FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT

UNIVERSITAS ANDALAS

PADANG, 2024

**FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
UNIVERSITAS ANDALAS**

Skripsi, Oktober 2024

Joya Amanda Putri, No. Bp. 2011221024

**HUBUNGAN ASUPAN NATRIUM, INDEKS MASSA TUBUH, DAN KEBIASAAN
OLAHRAGA DENGAN TEKANAN DARAH PADA PASIEN HIPERTENSI
ANGGOTA PROLANIS DI PUSKESMAS ANDALAS KOTA PADANG TAHUN 2024**

xii + 68 halaman + 14 tabel + 3 gambar + 15 lampiran

ABSTRAK

Tujuan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan asupan natrium, indeks massa tubuh, dan kebiasaan olahraga dengan tekanan darah pada pasien hipertensi anggota prolanis di Puskesmas Andalas Kota Padang tahun 2024.

Metode

Penelitian ini menggunakan desain penelitian *cross sectional study*. Sampel penelitian ini ialah 46 orang pasien hipertensi anggota prolanis di Puskesmas Andalas dengan menggunakan teknik *proportional random sampling*. Data penelitian dikumpulkan dengan pengukuran tekanan darah, wawancara SQ-FFQ, pengukuran berat badan dan tinggi badan, dan wawancara kebiasaan olahraga. Data dianalisis secara univariat dan bivariat. Hubungan variabel diuji menggunakan uji *chi-square* dengan derajat kepercayaan 95% ($\alpha=0,05$).

Hasil

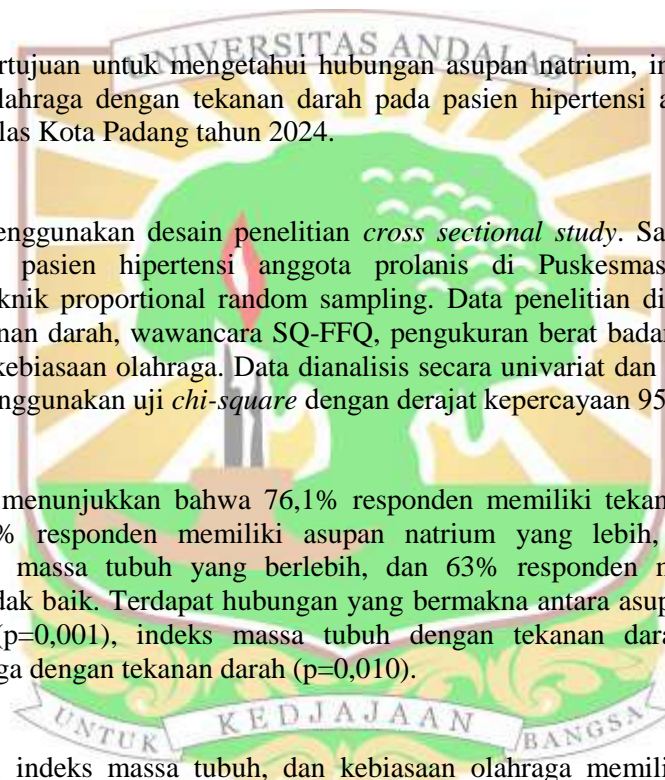
Hasil penelitian menunjukkan bahwa 76,1% responden memiliki tekanan darah termasuk hipertensi, 60,9% responden memiliki asupan natrium yang lebih, 69,6% responden memiliki indeks massa tubuh yang berlebih, dan 63% responden memiliki kebiasaan olahraga yang tidak baik. Terdapat hubungan yang bermakna antara asupan natrium dengan tekanan darah ($p=0,001$), indeks massa tubuh dengan tekanan darah ($p=0,001$), dan kebiasaan olahraga dengan tekanan darah ($p=0,010$).

Kesimpulan

Asupan natrium, indeks massa tubuh, dan kebiasaan olahraga memiliki hubungan yang bermakna dengan tekanan darah pada pasien hipertensi anggota prolanis di Puskesmas Andalas Kota Padang Tahun 2024.

Daftar Pustaka : 89 (2010-2024)

Kata Kunci : Tekanan Darah, Asupan Natrium, Indeks Massa Tubuh, Kebiasaan Olahraga



**FACULTY OF PUBLIC HEALTH
ANDALAS UNIVERSITY**

Thesis, October 2024

Joya Amanda Putri, No. Bp. 2011221024

THE RELATIONSHIP BETWEEN SODIUM INTAKE, BODY MASS INDEX, AND EXERCISE HABITS WITH BLOOD PRESSURE IN PROLANIS HYPERTENSIVE PATIENTS AT PUSKESMAS ANDALAS PADANG CITY IN 2024

xii + 68 pages + 14 tables + 3 pictures + 15 appendices

ABSTRACT

Objective

This study aims to determine the relationship between sodium intake, body mass index, and exercise habits with blood pressure in prolanis hypertensive patients at Puskesmas Andalas Padang City in 2024.

Metode

This study used a cross sectional study research design. The sample of this study was 46 prolanis hypertensive patients at Puskesmas Andalas using proportional random sampling technique. Research data were collected by measuring blood pressure, SQ-FFQ interview, measurement of height and weight, and exercise habits interviews. Data were analysed univariately and bivariately. The relationship between variables was tested using the chi-square test with a 95% confidence level ($\alpha=0.05$).

Result

The result showed 76,1% of respondents had blood pressure that included hypertension, 60,9% of respondents had excess sodium intake, 69,6% of respondents had excess body mass indeks, and 63% of respondents had bad exercise habits. There was a significant relationship between sodium intake and blood pressure ($p=0,001$), body mass indeks and blood pressure ($p=0,001$), and exercise habits with blood pressure ($p=0,010$).

Conclusion

Sodium intake, body mass index, and exercise habits have a significant association with blood pressure in prolanis hypertensive patients at Puskesmas Andalas Padang City in 2024.

References : 89 (2010-2024)

Keyword : Blood Pressure, Sodium Intake, Body Mass Index, Exercise Habits.