



UNIVERSITAS ANDALAS

**HUBUNGAN ASUPAN LEMAK DAN NATRIUM, AKTIVITAS
FISIK DAN STATUS GIZI DENGAN HIPERTENSI PADA LANSIA
DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS BELIMBING**

KOTA PADANG TAHUN 2019

Pembimbing1 :Dr. Azrimaidaliza, SKM, MKM

Pembimbing2 :Dr. dr. Desmawati M. Gizi

Oleh :

WILDA YENTI

1511221017

FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT

UNIVERSITAS ANDALAS

PADANG, 2019

**FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
UNIVERSITAS ANDALAS**

**Skripsi, Desember 2019
Wilda Yenti, No. BP. 1511221017**

**HUBUNGAN ASUPAN LEMAK DAN NATRIUM, AKTIVITAS FISIK
DAN STATUS GIZI DENGAN HIPERTENSI PADA LANSIA DI
WILAYAH KERJA PUSKESMAS BELIMBING KOTA PADANG TAHUN
2019**

ix + 70halaman, 31tabel, 3 gambar, 9 lampiran

ABSTRAK

Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan asupan lemak dan natrium, aktivitas fisik dan status gizi dengan hipertensi pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Belimbing Kota Padang Tahun 2019.

Metode

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain *cross-sectional*. Penelitian ini dilakukan dari bulan Februari hingga Oktober 2019. Responden dalam penelitian ini adalah lansia yang ada di Posyandu lansia, wilayah kerja Puskesmas Belimbing Kota Padang yaitu sebanyak 87 responden, yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Pengumpulan data asupan lemak dan natrium dengan menggunakan *food recall 1 x 24 hours*, aktivitas fisik menggunakan kuesioner *PASE*, status gizi dengan menggunakan *IMT* dan data hipertensi didapatkan dari pengukuran menggunakan *sfigmomanometer*. Data dianalisis dengan uji statistik *Chi-Square* dan regresi logistik.

Hasil

Hasil penelitian menunjukkan bahwa 48,3% lansia di Puskesmas Belimbing mengalami hipertensi. Hasil uji statistik menunjukkan bahwa hipertensi berhubungan dengan asupan lemak dan natrium, dan status gizi ($p < 0,05$). Tapi tidak dengan aktivitas fisik ($p > 0,05$). Hasil analisis multivariat menunjukkan bahwa asupan natrium adalah faktor paling dominan yang berhubungan dengan hipertensi lansia setelah dikontrol dengan variabel pengetahuan.

Kesimpulan

Ada hubungan hipertensi dengan asupan lemak dan natrium serta status gizi, dimana kejadian ini berhubungan dengan asupan lemak dan natrium. Meskipun hipertensi tidak berhubungan dengan aktifitas fisik diharapkan kepada lansia untuk menjaga pola hidup sehat.

Daftar Pustaka : 47 (2000-2018)

Kata Kunci : Hipertensi, Asupan Lemak, Asupan Natrium, Aktivitas Fisik, Status Gizi.

**FACULTY OF PUBLIC HEALTH
ANDALAS UNIVERSITY**

**Undergraduate Thesis, Desember 2019
Wilda Yenti, No. BP. 1511221017**

**THE RELATIONSHIP OF FAT AND NATRIUM INTAKE, PHYSICAL
ACTIVITIES AND NUTRITIONAL STATUS WITH HYPERTENSION IN
ELDERLY IN THE BELIMBING MEDICAL CENTER IN PADANG IN 2019**

ix + 70 pages, 31 tables, 3 images, 9 attachments

ABSTRACT

Objective

This study aimed to determine the relationship between fat and sodium intake, physical activity and nutritional status with hypertension in the elderly in Belimbing Medical Center in Padang in 2019.

Method

This research was a quantitative study with a cross-sectional design. This research was conducted from February to October 2019. Respondents in this study are elderly aged 60-69 years in Integrated the elderly, the working area of Belimbing Medical Center in Padang is 87 respondents, who met the inclusion and exclusion criteria. Data collection of fat and sodium intake using food recall 1 x 24 hours, physical activity using the PASE, nutritional status using the IMT and hypertension data obtained from measurements using a sphygmomanometer. Data were analyzed by Chi-Square statistical test and logistic regression.

Results

The results showed that 48.3% of the elderly in the Belimbing Health Center had hypertension. Statistical test results showed that fat and sodium intake, nutritional status were associated with elderly hypertension ($p < 0.05$). Conversely physical activity was not related to elderly hypertension ($p > 0.05$). The results of multivariate analysis showed that sodium intake was the most dominant factor associated with elderly hypertension after being controlled by knowledge.

Conclusion

Most of the elderly have hypertension, in addition there is a relationship between fat and sodium intake, nutritional status with elderly hypertension. And there is no relationship between physical activity and hypertension in the elderly. It is expected that the elderly will maintain and pay attention to food intake and a healthy lifestyle.

Bibliography : 47 (2000-2018)

Keywords : Hypertension, Fat Intake, Sodium Intake, Physical Activity, Nutritional Status.