

SUMMARY

HUBUNGAN ASUPAN NATRIUM, MAGNESIUM, KALIUM DAN VITAMIN C TERHADAP TEKANAN DARAH PADA USIA PRODUKTIF DI LINGKUNGAN RW 08 PERUMAHAN PONDOK GEDE PERMAI BEKASI

Created by STEVIA BUDI ISNAWANTI

Subject : HUBUNGAN ASUPAN NATRIUM, MAGNESIUM, KALIUM DAN VITAMIN C TERHADAP TEKANAN DARAH PADA USIA PRODUKTIF

Subject Alt : HUBUNGAN ASUPAN NATRIUM, MAGNESIUM, KALIUM DAN VITAMIN C TERHADAP TEKANAN DARAH PADA USIA PRODUKTIF

Keyword : natrium; magnesium; kalium; vitamin C; tekanan darah pada usia produktif;

Description :

Latar Belakang : Berbagai penyakit yang berhubungan dengan penurunan fungsi organ yaitu timbulnya penyakit degeneratif seperti tekanan darah tinggi atau hipertensi. Zat gizi yang mempengaruhi tekanan darah yaitu asupan natrium, kalium, magnesium dan vitamin C.

Tujuan : Mengetahui Hubungan Asupan Natrium, Magnesium, Kalium dan Vitamin C Terhadap Tekanan Darah pada Usia Produktif.

Metode : Penelitian ini merupakan penelitian survey bersifat analitik dengan rancangan cross sectional. Populasi dalam penelitian ini yaitu semua usia produktif yang bertempat tinggal di wilayah penelitian. Sampel berjumlah 52 orang. Data status gizi didapatkan menggunakan rumus indeks massa tubuh. Data asupan makan natrium, kalium, magnesium dan vitamin C didapatkan dengan cara recall 2 X 24 jam.

Hasil : Rata-rata asupan natrium perhari ($232,7 \pm 212,32$), asupan kalium kurang (< 3500 mg) perhari dengan rerata ($886,9 \text{mg} \pm 398,76$), asupan magnesium kurang (< 270 mg) perhari dengan rerata ($155,1 \pm 48,62$), asupan vitamin C kurang (< 90 mg) perhari dengan rerata ($27,8 \pm 42,69$). Ada hubungan asupan natrium secara bermakna dengan nilai $P < 0,05$; Namun, tidak adanya hubungan asupan magnesium, kalium dan vitamin C terhadap tekanan darah secara bermakna dengan nilai $P > 0,05$.

Kesimpulan : Adanya hubungan antara natrium dengan tekanan darah, karena tingginya asupan natrium per hari. Asupan magnesium, kalium dan vitamin C dapat bermanfaat dalam tubuh yaitu membantu menurunkan tekanan darah tinggi. Pola makan yang sehat dan teratur dapat membantu menjaga kestabilan tekanan darah.

Date Create : 03/10/2013

Type : Text

Format : PDF

Language : Indonesian

Identifier : UEU-Undergraduate-201032095

Collection : 201032095

Source : Perpustakaan Esa Unggul

Relation Collection Universitas Esa Unggul

COverage : Sivitas Akademika Universitas Esa Unggul

Right : Copyright @2013 by UEU Library

Full file - Member Only

If You want to view FullText...Please Register as MEMBER

Contact Person :

Astrid Chrisafi (mutiaraadinda@yahoo.com)

Thank You,

Astrid (astrid.chrisafi@esaunggul.ac.id)

Supervisor