



UNIVERSITAS ESA UNGGUL

FAKULTAS ILMU – ILMU KESEHATAN

PROGRAM STUDI GIZI

SKRIPSI, MARET 2018

SITI HAJIJAH HINDOM

**HUBUNGAN ANTARA STATUS GIZI, KUALITAS TIDUR, TINGKAT STRES
DALAM KEJADIAN HIPERTENSI DI PUSKESMAS KECAMATAN KEBON
JERUK JAKARTA BARAT**

XI, VI Bab, 61 Halaman, 8 Tabel, 6 Gambar

Latar Belakang : Hipertensi merupakan salah satu penyakit degeneratif yang prevalensinya semakin meningkat setiap tahun. Beberapa faktor yang menyebabkan terjadi hipertensi adalah umur, jenis kelamin, genetik, aktifitas fisik, konsumsi (lemak, dan natrium) status gizi, merokok, minuman beralkohol, kualitas tidur dan stres.

Tujuan : Mengetahui hubungan antara status gizi, kualitas tidur, tingkat stres dalam kejadian hipertensi di Puskesmas Kecamatan Kebon Jeruk Jakarta Barat

Metode : Desain penelitian yang dilakukan adalah *cross-sectional* dengan teknik pengambilan sampel yaitu *simple random sampling*, responden berjumlah 65 orang berjenis kelamin laki-laki dan perempuan berusia 26-55 tahun. Uji statistik yang digunakan adalah uji korelasi spearman.

Hasil : Responden yang menderita hipertensi sebanyak 75,4% dari total responden yang hipertensi sebanyak 67,7% berjenis kelamin perempuan, paling banyak pada usia 46-55 tahun, status gizi kategori tidak normal 73,8%, kualitas tidur baik 84% dan tingkat stres sedang 31,1%. Hasil analisis bivariat dengan menggunakan uji korelasi *spearman* menunjukkan bahwa status gizi ($p\text{ value} = 0,037 \leq 0,05$), kualitas tidur ($p\text{ value} = 0,027 \leq 0,05$) dan tingkat stres ($p\text{ value} = 0,001 \leq 0,05$) memiliki hubungan dengan kejadian hipertensi.

Kesimpulan : Status gizi, dan tingkat stres mempunyai pengaruh yang kuat terhadap kejadian hipertensi. Petugas kesehatan perlu melakukan peningkatan promosi kesehatan sehingga dapat meningkatkan pengetahuan penderita hipertensi dalam melakukan upaya pencegahan komplikasi.

Kata kunci : Hipertensi, Status Gizi, Kualitas Tidur, Tingkat Stres

Daftar Bacaan : 61 (2006-2017)



UNIVERSITY OF ESA UNGGUL

FACULTY OF HEALTH SCIENCES

PROGRAM STUDY SCIENCE NUTRITION

SKRIPSI, MARCH 2018

SITI HAJIJAH HINDOM

NUTRITIONAL STATUS OF RELATIONSHIP, SLEEP QUALITY, STRESS LEVEL WITH HYPERTENSION IN PUSKESMAS DISTRICT KEBON JERUK WEST JAKARTA

XI, VI Chapter, 78 Page, 8 Table, 6 Picture

Background: Hypertension is one of the degenerative diseases whose prevalence is increasing every year. Factors that influence the incidence of hypertension are age, sex, genetic, physical activity, consumption (fat, and sodium) nutritional status, smoking, alcoholic, sleep quality and stress level.

Purpose : Purpose of the research is to know correlation between nutritional status of relationship, sleep quality, stress level with hypertension in Puskesmas District Kebon Jeruk, West Jakarta.

Method : Cross-sectional design study, The size of the sample is 65 people male and female aged 26-55 years old. The simple random sampling is used in this research. Analysis of data using is spearman correlation test.

Result : The result of this research the majority of the respondents hypertension is 75,4% of the total respondents who have hypertension as much 57.7% female, nutritional status of abnormal category 73,8%, had a good sleep quality 84% and medium category stress levels 31,1%. The results showed that there is a relationship between the nutritional status ($p \text{ value}=0,037 < 0,05$), sleep quality ($p \text{ value}=0,027 < 0,05$), and stress level ($p \text{ value}=0,001 < 0,05$), with hypertension in Puskesmas District Kebon Jeruk, West Jakarta.

Conclusion : Nutritional status, and stress levels have a strong influence on the incidence of hypertension. Health officials need more promotion on health so that this will promote hypertension sufferers' knowledge in making efforts to avoid complication of hypertension

Keywords: Hypertension, Nutritional status, Sleep quality, Stress level

Reference : 60 (2006-2017)