



ABSTRAK

UNIVERSITAS ESA UNGGUL
FAKULTAS ILMU-ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI ILMU GIZI
SKRIPSI, FEBRUARI 2015

RENI HENDRIANI

PERBEDAAN PORSI KONSUMSI BUAH DAN SAYUR, JUMLAH BATANG ROKOK DAN IMT ANTARA KELOMPOK HIPERTENSI DAN TIDAK HIPERTENSI PADA PRIA USIA 25 TAHUN DI PROVINSI RIAU

xi, VI BAB, 82 halaman, 13 tabel, 2 gambar

Latar Belakang: menurut data Riskesdas 2010, hipertensi merupakan penyebab kematian nomor tiga setelah stroke dan tuberkulosis, jumlahnya mencapai 6,8% dari proporsi penyebab kematian pada semua umur di Indonesia. Peningkatan konsumsi buah dan sayuran berpengaruh dalam menurunkan tekanan darah, merokok mengandung nikotin yang memicu peningkatan tekanan darah dan peningkatan berat badan memicu peningkatan tekanan darah.

Tujuan: mengetahui perbedaan porsi konsumsi buah dan sayur, jumlah batang rokok dan IMT antara kelompok hipertensi dan tidak hipertensi pada pria usia 25 tahun di provinsi Riau.

Metode Penelitian: menggunakan data sekunder Riskesdas 2007 dengan jumlah sampel 3378 orang. Uji statistik menggunakan uji *t-test independent*.

Hasil Penelitian: sampel rata-rata berusia 40 tahun dan kurang mengkonsumsi buah (rata-rata 1,21 porsi $\pm 0,544$) dan kurang mengkonsumsi sayur (rata-rata 1,20 porsi $\pm 0,629$), merokok >10 batang per hari (rata-rata 14,28 batang $\pm 7,57$) dan memiliki IMT normal (rata-rata 22,27 $\pm 3,56$). Hasil uji statistik menunjukkan terdapat perbedaan yang signifikan mengenai porsi konsumsi sayur dan IMT antara kelompok hipertensi dan tidak hipertensi pada pria usia 25 tahun ($p < 0,05$), tetapi tidak ada perbedaan porsi konsumsi buah dan jumlah batang rokok antar kedua kelompok ($p > 0,05$).

Kesimpulan: Perlu adanya pemerataan intervensi pendidikan gizi secara menyeluruh mengenai faktor risiko hipertensi seperti pentingnya menjaga IMT agar tetap normal dan mengkonsumsi buah dan sayur serta mengurangi kebiasaan merokok.

Kata kunci: porsi konsumsi buah dan sayur, jumlah batang rokok, IMT, hipertensi.

Daftar Bacaan: 68 (2000-2014).