



UNIVERSITAS ESA UNGGUL
FAKULTAS ILMU – ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI ILMU GIZI
SKRIPSI, AGUSTUS 2014
MAYLINDA SITI MAHROJA

HUBUNGAN ANTARA ASUPAN KALSIMUM, STATUS GIZI DAN KEJADIAN HIPERTENSI PADA PENGUNJUNG KALBECARE DI JAKARTA SELATAN

XI, VI Bab, 102 Halaman, 11 Tabel, 11 Gambar, 11 Lampiran

Latar Belakang: Indonesia, seperti negara berkembang lainnya, menunjukkan bahwa kejadian hipertensi meningkat dari tahun ke tahun, terutama pada wanita usia menopause. Faktor resiko yang diduga adalah status gizi lebih, usia, gaya hidup dan pola makan yang tidak seimbang diantaranya tinggi lemak, rendah asupan kalsium, rendah serat dan aktifitas fisik.

Tujuan: Mengetahui hubungan asupan kalsium, status gizi dan kejadian hipertensi pada pengunjung wanita di Kalbecare PIM, Jakarta Selatan.

Metode: Jenis penelitian adalah survey dengan pendekatan *cross-sectional*. Penelitian dilakukan di Kalbecare Pondok Indah Mall II, Jakarta Selatan pada bulan Juli 2014. Jumlah sampel 30 orang wanita dan sudah menopause, cara pengambilannya dilakukan dengan teknik *Voluntary sampling*. Data yang dikumpulkan meliputi karakteristik responden, asupan energi, protein, karbohidrat, lemak, kalsium, dan serat, status gizi dan kejadian hipertensi. Analisa data dilakukan dengan uji korelasi pearson.

Hasil: Rata-rata asupan energi (1381.8 ± 371.4) kkal, protein (55.35 ± 20) gr, lemak (82.7 ± 133) gr, karbohidrat (178.86 ± 64.5) gr, serat (10.92 ± 5.28) gr dan kalsium (680.59 ± 322.9) mg. Terdapat hubungan yang bermakna antara asupan kalsium dan tekanan darah sistolik ($r=0.573$, $p=0.001$) dan tekanan darah sistolik ($r=0.713$, $p=0.001$) serta tidak terdapat hubungan yang bermakna antara status gizi dengan tekanan darah sistolik ($r=0,699$, $p=0,074$) dan tekanan darah diastolik ($r=0.590$, $p=0.103$).

Kesimpulan: Konsumsi kalsium berdampak positif terhadap penurunan tekanan darah baik sistolik maupun diastolik pada wanita yang sudah mengalami menopause. Oleh karena itu peningkatan asupan kalsium terutama pada saat sebelum menopause perlu dilakukan.

Kata Kunci : Kalsium, Status Gizi, Hipertensi.

Daftar Bacaan : 44 (2000-2014)