

ABSTRAK



UNIVERSITAS ESA UNGGUL
FAKULTAS ILMU-ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI ILMU GIZI
SKRIPSI, FEBRUARI 2014

AMELIA YUNIARTI

HUBUNGAN ASUPAN MAKAN DAN KESEGERAN JASMANI DENGAN KEJADIAN PREHIPERTENSI PADA PRELANSIA (LANSIA TINGKAT MUDA) DI POSBINDU WILAYAH KERJA PUSKESMAS PONTANG KABUPATEN SERANG TAHUN 2014

xiv, VI Bab, 96 Halaman, 23 Tabel, 3 Grafik

Latar Belakang : Hasil riset riskesdas 2007 hipertensi banyak terjadi pada lansia yaitu sebesar 31,7%. Dan ini adalah salah satu penyebab penyakit tidak menular lainnya seperti jantung dan stroke, di wilayah Pontang sendiri penemuan penyakit hipertensi pada lansia sebanyak 110 orang (tahun 2012), dan salah satu untuk mencegah angka hipertensi semakin banyak maka di puskesmas membuat program kesegaran jasmani atau senam lansia di Posbindu dan di harapkan bisa mencegah peningkatan hipertensi

Tujuan Penelitian : Mengetahui hubungan Asupan Makan dan kesegaran Jasmani Dengan Kejadian Prehipertensi pada Prelansia (lansia Tingkat Muda) di posbindu Wilayah Kerja Puskesmas Pontang Kabupaten Serang Tahun 2014.

Metode Penelitian : Data yang digunakan data Primer, dengan pendekatan *cross sectional*. Jumlah seluruh sampel Prelansia (40-50tahun) yang datang keposbindu yang diteliti (52). Dalam pengujian statistik menggunakan *Chi-Square*.

Hasil : Jumlah status gizi terbanyak adalah golongan status gizi normal dengan jumlah sampel 19, kategori kurus sebanyak 15, gizi lebih 5, jumlah obesitas 1, jumlah Asupan makan (dilihat dari konsumsi natrium, lemak, kolesterol dan kalori) di dapat bahwa konsumsi mereka tidak melebihi batas kebutuhan AKG dengan p value 0.228 sedangkan alpa 0.05.

Kesimpulan : Dari penelitian tersebut di dapat bahwa tidak ada hubungan antara asupan makan dengan tingkat kesegaran jasmani dengan kejadian prehipertensi pada prelansia di posbindu wilayah kerja puskesmas Pontang, maka Perlu diadakannya penelitian lanjut mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi tingkat kesegaran jasmani pada Prelansia.

Kata Kunci : Asupan Makan, Status Gizi, Kesegaran Jasmani, Prehipertensi, Prelansia

Daftar Bacaan : 50 (1982 – 2012)