



## ABSTRAK

UNIVERSITAS ESA UNGGUL  
FAKULTAS ILMU-ILMU KESEHATAN  
PROGRAM STUDI ILMU GIZI  
SKRIPSI, AGUSTUS 2016

MUTIARA SAFITRI

**TINGKAT ASUPAN PROTEIN, LEMAK, NATRIUM, KALIUM, SERAT, INDEKS MASSA TUBUH (IMT) DAN KEJADIAN HIPERTENSI PADA KELOMPOK SENAM BUGAR LANSIA DI POSBINDU KARTINI PUSKESMAS PONDOK PUCUNG, KOTA TANGERANG SELATAN**

xiii, VI BAB, 89 Halaman, 26 Tabel

**Latar Belakang:** Berdasarkan hasil Riskesdas (2007), prevalensi penyakit hipertensi di Indonesia sebesar 31,7%. Kelompok usia 45-54 tahun dan lebih tua selalu lebih tinggi beresiko hipertensi, pada kelompok usia >75 tahun berisiko 11,53 kali terserang hipertensi. Dari beberapa penelitian menunjukkan tingkat asupan protein, lemak, natrium, kalium, serat, Indeks Massa Tubuh (IMT) berkaitan dengan hipertensi.

**Tujuan:** Mengetahui hubungan tingkat asupan protein, lemak, natrium, kalium, serat, Indeks Massa Tubuh (IMT) dan kejadian hipertensi pada lansia.

**Metode:** Jenis penelitian yang dilakukan adalah *cross-sectional*. Sampel yang digunakan adalah laki-laki dan perempuan berusia 45 tahun ke atas, berjumlah 30 orang. Uji statistik yang digunakan adalah uji *chi-square* dan *regresi logistik*.

**Hasil:** Responden yang menderita hipertensi sebanyak 76.67%. Dari total responden yang hipertensi sebanyak 82.35% berjenis kelamin laki-laki, 88.24% tingkat asupan protein lebih, 87.5% tingkat asupan lemak lebih, 95.65% tingkat asupan natrium lebih, 95.65% tingkat asupan kalium kurang, 94.74% tingkat asupan serat kurang, 87.5% *overweight*. Hasil analisis multivariat dengan menggunakan regresi logistik menunjukkan tingkat asupan natrium, kalium, serat, dan IMT berpengaruh terhadap hipertensi, sedangkan jenis kelamin, tingkat asupan protein, dan lemak tidak menunjukkan hubungan secara statistik dengan hipertensi.

**Kesimpulan:** Tingkat asupan natrium, kalium, serat, dan IMT berpengaruh terhadap hipertensi.

Kata kunci : Hipertensi, IMT, Lansia

Daftar bacaan : 101 (1989-2015)



## ABSTRACT

ESA UNGGUL UNIVERSITY  
FAKULTY OF HEALTH  
NUTRITION STUDIES PROGRAM  
SKRIPSI, AUGUST 2016

MUTIARA SAFITRI

### INTAKE OF PROTEIN, FAT, SODIUM, POTASSIUM, FIBER, BODY MASS INDEX (BMI) AND THE SUFFERED HYPERTENSION AT “KELOMPOK SENAM BUGAR LANSIA” IN POSBINDU KARTINI PUCUNG, SOUTH TANGERANG CITY

xiii, Chapter VI, 89 pages, 26 tables

**Background:** Riskesdas 2007 shows that 31.7 percent of adult in Indonesia have hypertension. Age group 45-54 years old and more are having a high risk of hypertension, on age group >75 years old 11.53 times risk of developing hypertension. From several studies showed the sufficiency of protein, fat, sodium, potassium, fiber, Body Mass Index (BMI) related with hypertension.

**Objective:** To determine the correlation of sufficiency of protein, fat, sodium, potassium, fiber, Body Mass Index (BMI) and the incidence of hypertension on elderly.

**Methods:** The method of study conducted is cross-sectional. The sample used is men and women aged 45 years and over, responses taken coming from 30 people. The statistical test used is a chi-square test and logistic regression.

**Results:** Respondents suffering from hypertension is 76.67%. The number of respondents from hypertension as much as 82.35% were male, 88.24% over-sufficient of protein, 87.5% over-sufficient of fat, 95.65% over-sufficient of sodium, 95.65% less-sufficient of potassium, 94.74% less-sufficient of fiber, 87.5% are overweight. With multivariate analysis using logistic regression showed the sufficiency of sodium, potassium, fiber, and Body Mass Index (BMI) affected hypertension, whereas gender, sufficiency of protein, and sufficiency of fat does not show statistical correlation with hypertension.

**Conclusion:** sufficiency of sodium, potassium, fiber, and Body Mass Index (BMI) effect against hypertension.

Keywords : Hypertension, BMI, Elderly

References : 101 (1989-2015)