

# **HUBUNGAN ASUPAN LEMAK, NATRIUM, DAN INDEKS MASSA TUBUH DENGAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS CINERE KOTA DEPOK TAHUN 2019**

**Ihsan Abdul Aziz**

## **Abstrak**

Tekanan darah merupakan tekanan yang diperlukan untuk mengedarkan darah ke seluruh tubuh melalui pembuluh darah. Tekanan darah dihasilkan oleh darah terhadap dinding arteri saat darah dipompa keluar dari jantung. Prevalensi penderita hipertensi di Kota Depok adalah sebesar 14,91% pada tahun 2017. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara asupan lemak, natrium, dan indeks massa tubuh dengan tekanan darah pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Cinere Kota Depok. Rancangan penelitian *Cross Sectional* dengan jumlah sampel sebanyak 65 responden yang dipilih menggunakan metode *purposive sampling*. Data dianalisis secara Univariat dan Bivariat dengan uji *Chi Square*. Hasil penelitian menunjukkan asupan lemak ( $p = 0,084$ ), asupan natrium ( $p \text{ value} = 0,006$ ), dan indeks massa tubuh ( $p \text{ value} = 0,058$ ). Kesimpulannya, terdapat hubungan antara asupan natrium dengan tekanan darah, tidak terdapat hubungan antara asupan lemak dan indeks massa tubuh dengan tekanan darah. Diharapkan responden dapat mengurangi konsumsi makanan tinggi lemak dan tinggi natrium serta memiliki IMT normal sehingga dapat menjaga tekanan darah tetap normal.

**Kata Kunci:** Tekanan Darah, Lemak, Natrium, Indeks Massa Tubuh, Dan Lansia

# **THE ASSOCIATION BETWEEN FAT INTAKE, SODIUM INTAKE, AND BODY MASS INDEX WITH BLOOD PRESSURE OF ELDERLY AT THE PUSKESMAS CINERE, DEPOK CITY IN 2019**

**Ihsan Abdul Aziz**

## **Abstract**

Blood pressure is the pressure needed to circulate blood throughout the body via blood vessels. Blood pressure is produced when blood pumped out of the heart go against the artery wall. The prevalence of hypertensive patients in Depok City by 2017 is 14.91%. The aim of this study was to determine the relationship between fat intake, sodium intake, and body mass index with blood pressure of elderly people in the working areas of Cinere Health Center, Depok City. This study used cross-sectional design with a total sample of 65 respondents selected using the purposive sampling method. Data was analyzed by Univariate and Bivariate Chi Square test. The results showed that fat intake (p value = 0.084), sodium intake (p = 0.014), and body mass index (p value = 0.058). In addition there is a relationship between sodium intake with blood pressure. There is no relationship between fat intake, and body mass index with blood pressure. Respondents are expected to be able to reduce the consumption of foods that are high in fat and sodium contents, respondents are also expected to achieve a normal BMI in order to maintain a normal blood pressure.

**Keyword:** Blood Pressure, Fat Intake, Sodium Intakem Body Mass Index, and Elderly