

HUBUNGAN PERCENTAGE BODY FAT DENGAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA DI POSBINDU KOMPLEK MARINIR DEPOK

Nilai Rumiyaniti Setiatin

Abstrak

Latar Belakang: Lansia mengalami penurunan fungsi fisiologis yang dapat meningkatkan risiko terjadinya penyakit degeneratif, salah satunya hipertensi. Secara global, jumlah lansia terus mengalami peningkatan. Peningkatan jumlah lansia ini berbanding lurus dengan meningkatnya prevalensi hipertensi pada lansia. Salah satu faktor yang berperan dalam peningkatan tekanan darah pada lansia adalah tingginya persentase akumulasi lemak tubuh. Akumulasi lemak yang berlebihan dapat menyebabkan vasokonstriksi dan meningkatkan kekakuan dinding pembuluh darah, sehingga berkontribusi terhadap peningkatan tekanan darah. **Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *percentage body fat* dan tekanan darah pada lansia di Posbindu Komplek Marinir Depok. **Metode:** Metode penelitian yang digunakan adalah observasional analitik dengan desain *cross-sectional*. Sampel berjumlah 113 lansia yang dipilih berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi. Penelitian dilaksanakan pada bulan Desember 2025 di Posbindu Komplek Marinir Depok, menggunakan teknik *total sampling*. *Percentage body fat* diukur menggunakan alat *Bioelectrical Impedance Analysis (BIA) hand-to-foot*, sedangkan tekanan darah diukur menggunakan *sphygmomanometer digital*. **Hasil:** Uji *Fisher exact test* menunjukkan nilai signifikansi (*2-tailed*) $p < 0,001$, yang menandakan adanya hubungan yang signifikan antara *percentage body fat* dan tekanan darah. **Kesimpulan** *percentage body fat* berhubungan secara signifikan dengan tekanan darah pada lansia, sehingga PBF dapat digunakan sebagai indikator dalam deteksi risiko hipertensi pada lansia komunitas.

Kata Kunci : Lansia, *Percentage Body Fat*, Tekanan Darah, Hipertensi

ASCOCIATION PERCENTAGE BODY FAT WITH BLOOD PRESSURE IN ELDERLY AT POSBINDU KOMPLEK MARINIR DEPOK

Nila Rumiyani Setiatin

Abstract

Background: Elderly experience physiological decline that increases the risk of degenerative diseases, including hypertension. Globally, the elderly population has increased, which is accompanied by a rising prevalence of hypertension among elderly. One contributing factor to elevated blood pressure in the elderly is a high percentage of body fat. Excessive fat accumulation may induce vasoconstriction and increase arterial wall stiffness, leading to elevated blood pressure. **Aimed:** This study aimed to examine the relationship between percentage body fat and blood pressure among elderly at the Posbindu Komplek Marinir, Depok. **Method:** An observational analytic study with a cross-sectional design was conducted involving 113 elderly selected based on inclusion and exclusion criteria on Desember 2025 at Posbindu Komplek Marinir Depok, using total sampling. Percentage body fat was measured using a hand-to-foot bioelectrical impedance analysis (BIA) device, while blood pressure was assessed using a digital sphygmomanometer. **Result:** The Fisher exact test revealed a statistically significant association between PBF and blood pressure ($p < 0.001$). These findings indicate a significant associated between percentage body fat and blood pressure among elderly. **Conclusion:** percentage body fat is significantly associated with blood pressure and may serve as an important indicator for early identification of hypertension risk in community dwelling elderly

Keyword: Elderly, Percentage Body Fat, Blood Pressure, Hypertension