

# HUBUNGAN KEBIASAAN KONSUMSI LEMAK DAN NATRIUM TERHADAP KEJADIAN HIPERTENSI PADA LANSIA DI PUSKESMAS RANGKAPAN JAYA DEPOK TAHUN 2017

Dicky Bay Hakki Meliala

## Abstrak

Hipertensi merupakan kondisi meningkatnya tekanan darah dari arteri yang bersifat sistemik atau berlangsung secara terus-menerus dalam jangka waktu lama. Semakin meningkatnya usia maka lebih beresiko terhadap peningkatan tekanan darah terutama tekanan darah sistolik. Prevalensi hipertensi di Jawa Barat sebesar 25,8%. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan kebiasaan konsumsi lemak dan natrium terhadap kejadian hipertensi pada lansia di Puskesmas Rangkapan Jaya Depok dengan besar sampel 69 responden. Penelitian ini adalah penelitian analitik observasional dengan desain studi *cross sectional*, penelitian ini dilaksanakan pada bulan Mei 2017. Berdasarkan penelitian, 78,3% responden menderita hipertensi. Hasil uji bivariat dengan *chi-square* menunjukkan ada hubungan antara kebiasaan konsumsi lemak ( $p=0,001$ ), kebiasaan konsumsi natrium ( $p=0,003$ ) dengan kejadian hipertensi pada lansia. Untuk mengurangi kasus hipertensi diperlukan edukasi kepada lansia mengenai makanan yang harus dihindari dan penyebarluasan media terkait dengan pencegahan hipertensi oleh Dinas Kesehatan Kota Depok.

**Kata kunci** : Hipertensi, lansia, konsumsi lemak, konsumsi natrium

**THE RELATIONSHIP OF HABITUAL OF FAT AND SODIUM  
CONSUMPTION TOWARD HYPERTENSION IN THE  
ELDERLY AT PUSKESMAS RANGKAPAN JAYA  
DEPOK TAHUN 2017**

**Dicky Bay Hakki Meliala**

**Abstract**

Hypertension is blood pressure which increasing from artery that had systemic characteristic and occurred continuously in a long period. The older people were, the higher risk they got toward the increasing blood pressure, especially systolic. The prevalence of hypertension in West Java was about 25,8%. The research aimed to analyze the relationship of habitual of fat and sodium consumption toward hypertension in the elderly at Puskesmas Rangkapan Jaya Depok for 69 samples from each respondent. This research accomplished on May 2017 by using observasional analytic research with *cross sectional* study design. Based on the research, 78,3% respondents suffered from hypertension. The result of bivariate test that applied *chi-square* pointed out that there was a relationship between the habitual of fat consumption ( $p=0,001$ ), and sodium consumption ( $p=0,003$ ) toward hypertension in the elderly. To reduce hypertension's case, Depok health service should gave an education to the elderly about food that should be avoided and a dissemination of the media related to the prevention of hypertension.

**Keywords** : Hypertension, elderly, fat consumption, sodium consumption