

HUBUNGAN ASUPAN NATRIUM, AKTIVITAS FISIK, DURASI TIDUR DAN INDEKS MASSA TUBUH DENGAN HIPERTENSI PADA REMAJA DI SMA NEGERI 3 TANGERANG SELATAN TAHUN 2017

Anggrenalda

Abstrak

Hipertensi telah lama menjadi salah satu masalah kesehatan. Hipertensi bukan hanya menyerang orang deasa dan lanjut usia di masa sekarang banyak juga remaja yang sudah terkena hipertensi. Remaja yang sudah mengalami hipertensi akan terus berlanjut pada usia dewasa dan memiliki risiko mordibitas dan mortalitas yang lebih tinggi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan asupan natrium, aktivitas fisik, durasi tidur dan IMT (Indeks Massa Tubuh) dengan hipertensi pada remaja di SMA Negeri 3 Tangerang Selatan Tahun 2017. Penelitian ini menggunakan desain *Cross-Sectional* dengan populasi penelitian ini sebanyak 71 siswa kelas X dan XI. Hasil penelitian menunjukan bahwa responden yang menderita hipertensi 12 orang (16,90%). Berdasarkan hasil analis statistik dengan uji chi-square didapatkan terdapat hubungan aktivitas fisik dengan ($p= 0.028$), IMT ($p= 0.006$) dengan hipertensi dan tidak terdapat hubungan asupan natrium dengan ($p=0.360$), Durasi tidur dengan ($p=0.492$) dengan hipertensi. Kesimpulan Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara aktivitas fisik dan IMT dengan hipertensi pada remaja di SMA Negeri 3 Tanggerang Selatan tahun 2017.

Kata kunci: Hipertensi, Remaja, IMT, Aktivitas fisik

RELATIONSHIPS OF SODIUM SUPPLY, PHYSICAL ACTIVITY, BODY DURATION AND MASS BODY INDEX WITH HYPERTENSION IN ADOLESCENT AT SMA NEGERI 3 TANGERANG SOUTH IN 2017

Anggrenalda

Abstract

Hypertension has long been one of the health problems. Hypertension not only affects people deasa and elderly in the present many teenagers who have been affected by hypertension. Adolescents who already have hypertension will continue in adulthood and have a higher risk of mordibity and mortality. This study aims to determine the relationship between sodium intake, physical activity, sleep duration and BMI (Body Mass Index) with hypertension in adolescents in SMA Negeri 3 Tangerang Selatan 2017. Method: This study used cross-sectional design with this research population as much as 71 students of class X and XI. The results showed that respondents who suffer from hypertension 12 people (16.90%). Based on the result of statistic analyst with chi-square test showed that there is a relationship of physical activity with ($p = 0.028$), IMT ($p = 0.006$) with hypertension and no sodium intake relationship with ($p = 0.360$), sleep duration with ($p = 0.492$) with hypertension. So it can be collected that there is a significant relationship between physical activity and BMI with hypertension in adolescents in SMA Negeri 3 Tanggerang Selatan 2017.

Keywords: Hypertension, Adolescent, BMI, Physical Activity