

Tipe Koleksi: UHAMKA - Skripsi FIKES

HUBUNGAN STATUS GIZI, ASUPAN MAKAN DAN AKTIVITAS FISIK DENGAN TEKANAN DARAH PADA DEWASA AKHIR DI WILAYAH PUSKESMAS SRIAMUR KAB. BEKASI

Selfina Faujah

Deskripsi Lengkap: <http://lib.uhamka.ac.id/detail.jsp?id=76562&lokasi=lokal>

Abstrak

Hipertensi adalah suatu kondisi dimana tekanan sistolik dan diastolik jantung mengalami kenaikan yang melebihi batas normal tekanan darah yaitu tekanan sistolik diatas 140 mmHg dan diastolik diatas 90 mmHg. Penelitian ini dilakukan di Wilayah Puskesmas Sriamur, Kec. Tambun Utara, Kabupaten Bekasi dilaksanakan pada bulan Desember 2022-Januari 2023. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan status gizi, asupan makan dan aktivitas fisik dengan tekanan darah pada dewasa akhir di wilayah puskesmas sriamur 2022, terdapat 78 responden. Penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif dengan desain Cross Sectional. Berdasarkan hasil analisis menggunakan uji Chi-square terdapat hubungan antara asupan lemak p-value 0,010, natrium p-value 0,000, serat p-value 0,000, dan aktivitas fisik p-value 0,000 ($p < 0,05$) serta tidak adanya hubungan antara status gizi dengan tekanan darah dengan nilai p-value 0,734 ($p > 0,05$). Disarankan untuk mengontrol tekanan darah secara rutin, mempertahankan berat badan agar tetap normal, membatasi konsumsi tinggi lemak dan tinggi natrium, asupan serat sesuai dengan kebutuhan serta melakukan aktivitas fisik secara rutin.