

ABSTRAK

Arba Iyah Syah Fitri Ritonga. NIM 5173540003. Hubungan Konsumsi Pangan Dan Aktivitas Fisik Dengan Kejadian Hipertensi Pada Usia Dewasa Di Medan Perjuangan Kota Medan. Program Studi Gizi. Pendidikan Kesejahteraan Keluarga. Fakultas Teknik. Universitas Negeri Medan. 2024.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui: (1) Karakteristik responden, (2) Konsumsi pangan (energi dan natrium) responden, (3) Aktivitas fisik responden, (4) Kejadian hipertensi usia dewasa, (5) Hubungan konsumsi pangan (energi dan natrium) dengan kejadian hipertensi usia dewasa, (6) Hubungan aktivitas fisik dengan kejadian hipertensi usia dewasa, (7) Hubungan konsumsi pangan (energi dan natrium) dan aktivitas fisik dengan kejadian hipertensi usia dewasa. Tempat penelitian di Kelurahan Sidorame Barat I Lingkungan IV Medan Perjuangan. Waktu penelitian ini pada bulan April – Mei 2024. Populasi penelitian ini adalah seluruh orang dewasa laki-laki dan perempuan dengan rentang usia 40-55 tahun. Teknik pengambilan sampel secara *Probability sampling* dengan jumlah sampel 35 responden. Teknik pengumpulan data menggunakan formulir SQ-FFQ, formulir GPAQ, dan Pengukuran tekanan darah. Teknik analisis data menggunakan menggunakan uji korelasi deskriptif *Rank Spearman* dan uji *regresi logistik*.

Hasil penelitian rata-rata konsumsi pangan energi orang dewasa adalah normal sebanyak 2355,17 kkal. Rata-rata konsumsi pangan natrium orang dewasa adalah 1478,03 mg. Sebanyak 100 persen responden memiliki aktivitas fisik yang rendah maka dapat disimpulkan bahwa adanya hubungan yang signifikan dan positif terhadap konsumsi pangan energi dan natrium terhadap kejadian hipertensi begitu juga dengan aktivitas fisik terdapat hubungan yang positif dan signifikan. Hasil analisis uji korelasi Rank Spearman menunjukkan adanya hubungan antara konsumsi pangan energi dengan kejadian hipertensi dengan koefisien korelasi sebesar 0,469 ($p\text{ value} = 0,00$). Hasil analisis uji korelasi Rank Spearman menunjukkan adanya hubungan antara konsumsi pangan natrium dengan kejadian hipertensi dengan koefisien korelasi sebesar 0,750 ($p\text{ value} = 0,00$). Hasil analisis uji korelasi Rank Spearman menunjukkan adanya hubungan antara aktivitas fisik dengan kejadian hipertensi dengan koefisien korelasi sebesar -0,819 ($p\text{ value} = 0,00$). Hasil analisis Regresi Logistik menunjukkan adanya hubungan antara konsumsi pangan energi, natrium dan aktivitas fisik dengan kejadian hipertensi jika energi meningkat maka resiko terjadinya hipertensi sebesar 0,921 kali, dan jika asupan energi menurun maka resiko terjadinya hipertensi sebesar 79%, dan jika asupan natrium meningkat maka resiko terjadinya hipertensi 1,105 kali bagi usia dewasa, jika asupan natrium menurun maka resiko terjadinya hipertensi sebesar 81%.

ABSTRACT

Arbaiyah Syahfitri Ritonga. NIM 5173540003. *The Relationship Between Food Consumption And Physical Activity With The Incidence Of Hypertension In Adults In Medan City. Nutrition Study Program. Education of Family Welfare. Faculty of Engineering. Medan State University. 2024.*

This study aims to determine: (1) Characteristics of respondents, (2) Food consumption (energy and sodium) of respondents, (3) Physical activity of respondents, (4) Incidence of hypertension in adults, (5) Relationship between food consumption (energy and sodium) with the incidence of hypertension in adulthood, (6) The relationship between physical activity and the incidence of hypertension in adulthood, (7) The relationship between food consumption (energy and sodium) and physical activity with the incidence of hypertension in adulthood. The research location is Sidorame Barat I Village, Environment IV, Medan Perjuangan. The time of this research was April - May 2024. The population of this research was all male and female adults with an age range of 40-55 years. The sampling technique was probability sampling with a sample size of 35 respondents. Data collection techniques use the SQ-FFQ form, GPAQ form, and blood pressure measurement. The data analysis technique uses the Spearman Rank descriptive correlation test and logistic regression test.

The research results mean that the average food energy consumption of adults is normal at 2355.17 kcal. The average sodium food consumption for adults is 1478.03 mg. As many as 100 percent of respondents had low physical activity, so it can be concluded that there is a significant and positive relationship between energy and sodium food consumption and the incidence of hypertension, as well as physical activity, there is a positive and significant relationship. The results of the Spearman Rank correlation test analysis show that there is a relationship between food energy consumption and the incidence of hypertension with a correlation coefficient of 0.469 (p value = 0.00). The results of the Spearman Rank correlation test analysis show that there is a relationship between sodium food consumption and the incidence of hypertension with a correlation coefficient of 0.750 (p value = 0.00). The results of the Spearman Rank correlation test analysis show that there is a relationship between physical activity and the incidence of hypertension with a correlation coefficient of -0.819 (p value = 0.00). The results of the Logistic Regression analysis show that there is a relationship between food consumption of energy, sodium and physical activity with the incidence of hypertension. If energy increases, the risk of hypertension is 0.921 times, and if energy intake decreases, the risk of hypertension is 79%, and if sodium intake increases, the risk of occurrence hypertension is 1.105 times for adults, if sodium intake decreases then the risk of hypertension is 81%.