

POLITEKNIK KESEHATAN TANJUNG KARANG
JURUSAN GIZI
Laporan Tugas Akhir, Mei 2023

Bela Anatasia

Gambaran Tekanan Darah, Status Obesitas, Aktifitas Fisik, konsumsi Gorengan dan Kebiasaan Merokok pada Pasien Penderita Hipertensi di Puskesmas Kotaagung Kabupaten Tanggamus Tahun 2023

xiii + 86 halaman + 6 tabel, 2 gambar, 10 lampiran

ABSTRAK

Hipertensi pada usia ≥ 18 tahun di Indonesia sebesar 25,8% ditahun 2013 dan mengalami peningkatan pada tahun 2018 sebesar 34,1%. Pengukuran penyakit hipertensi di provinsi Lampung pada tahun 2018 sebesar 29,94%, dan untuk hasil estimasi penderita hipertensi di Tanggamus yang berumur > 15 tahun sebesar 431.850 sasaran. Tujuan penelitian dilakukan untuk mengetahui status obesitas, aktifitas fisik, konsumsi gorengan dan kebiasaan merokok pada pasien hipertensi di Puskesmas Kotaagung Kabupaten Tanggamus Tahun 2023.

Penelitian ini bersifat deskriptif, pengumpulan data dari penelitian saya di Puskesmas Kotaagung Kabupaten Tanggamus Tahun 2023 dengan jumlah populasi pasien sebanyak 60 orang. Penelitian dilaksanakan dari bulan April 2023 sampai dengan bulan Mei 2023. Variabel yang diteliti adalah status obesitas, aktifitas fisik, konsumsi gorengan dan kebiasaan merokok. Metode pengumpulan data yang digunakan *Quota Sampling*. Analisis data menggunakan analisis univariat.

Hasil dari penelitian menunjukkan bahwa pasien yang mengalami tekanan darah diatas normal saat penelitian di Puskesmas Kotaagung sebanyak (91,8%) dengan berjenis kelamin mayoritas perempuan (70,3%), untuk status obesitas didapatkan (13,5%), aktifitas fisik dengan kategori aktifitas fisik berat (78,3%), konsumsi gorengan (97,2%) dan kebiasaan merokok sebanyak (29,7%).

Pasien yang mengalami tekanan darah tinggi, pasien obesitas, aktifitas fisik yang berat, konsumsi gorengan dengan kategori banyak dan ada pasien yang merokok dengan kategori perokok ringan. Peneliti menyarankan untuk mengatur pola hidup sehat, selalu melakukan aktifitas fisik, mengurangi makanan berlemak dan mengandung banyak garam dan kurangi rokok sehingga tekanan darah dapat terkontrol.

Kata Kunci : Hipertensi, Status Obesitas, Aktifitas Fisik, Konsumsi Gorengan dan Kebiasaan Merokok
Daftar Bacaan : 48 (1982 – 2021)

**TANJUNG CORAL HEALTH POLYTECHNIC
DEPARTMENT OF NUTRITION
Final Project Report, Mei 2023**

Bela Anatasia

Overview of Blood Pressure, Obesity Status, Physical Activity, Fried Food Consumption and Smoking Habits in Patients with Hypertension at Kotaagung Health Center, Tanggamus Regency in 2023

xiii + 86 pages + 6 tables, 2 pictures, 10 appendices

ABSTRACT

Hypertension or high blood pressure is an increase in systolic blood pressure of more than 140 mmHg and diastolic blood pressure of more than 90 mmHg on two measurements with an interval of five minutes in a state of sufficient rest/calm. The measurement of hypertension in Lampung province in 2018 was 29.94%, and the estimated results for hypertension sufferers in Tanggamus who were > 15 years old were 431,850 targets. The aim of the study was to determine obesity status, physical activity, consumption of fried foods and smoking habits in hypertensive patients at the Kotaagung Community Health Center, Tanggamus Regency in 2023.

This research is descriptive in nature, collecting data related to my research at the Kotaagung Community Health Center, Tanggamus Regency in 2023 with a total patient population of 60 people. The study was conducted from April 2023 to May 2023. The variables used were obesity status, physical activity, fried food consumption and smoking habits. Data collection method used Random Sampling (simple random). Data analysis using univariate analysis.

The results of the study showed that patients who experienced blood pressure above normal during the study at the Kotaagung Health Center were as many as (91.8%) with the majority being female (70.3%), obesity status was obtained (13.5%), physical activity (78.3%), fried food consumption (97.2%) and smoking habits (29.7%).

The conclusion of this study is that there are patients who have high blood pressure, obese patients, heavy physical activity, fried food consumption with many categories and there are patients who smoke in the light smoker category. Researchers suggest managing a healthy lifestyle, always doing physical activity, reducing fatty foods and containing lots of salt and reducing smoking so that blood pressure can be controlled.

Keywords: Hypertension, Obesity Status, Physical Activity, Consumption of Fried Food and Smoking Habits
Reading list : 48 (1982 – 2021)