

ABSTRAK

Putri, Yuznia Sari Andhika. 2015. Hubungan Pola Makan Berisiko Dari Sumber Hewani Dan Susu Terhadap Tekanan Darah Tinggi Pada Wanita Usia Subur (WUS) Di Kecamatan Kedungkandang Kota Malang Tahun 2014. Tugas Akhir, Program Studi Ilmu Gizi Fakultas Kedokteran Universitas Brawijaya. Pembimbing : (1) Dr. dr. Sri Andarini, M.Kes. (2) Catur Saptaning Wilujeng, S.Gz., MPH

Hipertensi merupakan penyebab utama penyakit stroke, gagal jantung, gagal ginjal, hingga meninggal pada usia muda. Data Riskesdas (2013) menunjukkan bahwa prevalensi dapat muncul pada usia ≥ 18 tahun dan cenderung pada perempuan. Di Indonesia tingkat konsumsi protein hewani relatif rendah, padahal pengaturan makanan sangat penting untuk pencegahan dan pengendalian hipertensi. Sumber hewani dan susu memiliki kandungan zat-zat gizi, ada yang bersifat melindungi (*protective*) dan pemicu atau berisiko (*risk*). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan pola makan berisiko dari sumber hewani dan susu terhadap tekanan darah tinggi pada wanita usia subur (WUS) di Kecamatan Kedungkandang Kota Malang. Rancangan penelitian yang digunakan adalah observasional dengan pendekatan *cross sectional*. Pengambilan sampel dengan cara *consecutive sampling* yang memenuhi kriteria inklusi. Jumlah responden dalam penelitian ini sebanyak 46 orang. Variabel yang diukur yaitu intake lemak total, lemak jenuh, kolesterol, sodium dan tekanan darah (sistolik dan diastolik). Hasil analisa data menggunakan Uji Korelasi *Spearman* untuk intake lemak total, lemak jenuh, kolesterol, dan sodium dari sumber hewani dan susu dengan tekanan darah sistolik diperoleh $p = 0,626; 0,726; 0,161; 0,846$ ($\alpha = 0,05$) yang berarti tidak ada hubungan. Analisis data intake lemak total, lemak jenuh, kolesterol, dan sodium dengan tekanan darah diastolik diperoleh $p = 0,101; 0,88; 0,161; 0,653$ dan disimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan. Berdasarkan hasil penelitian ini disarankan untuk mengkaji faktor-faktor lain lebih dalam dan lengkap terkait proses pengumpulan data intake zat-zat gizi tersebut dan menggunakan *dietary assessment* lain sebagai pembanding dari instrumen yang digunakan dalam penelitian ini.

Kata Kunci : Pola makan, hewani, susu, tekanan darah tinggi, wanita usia subur (WUS)

ABSTRACT

Putri, Yuznia Sari Andhika. 2015. Correlation Diet Risk Of Animal And Milk Source To High Blood Pressure in Women Of Reproductive Age In Kecamatan Kedungkandang Malang 2014. Final Assignment, Nutritional Science Program, Faculty of Medicine, Brawijaya University. Supervisors: (1) Dr. dr. Sri Andarini, M.Kes. (2) Catur Saptaning Wilujeng, S.Gz., MPH

Hypertension is a major cause of stroke, heart failure, kidney failure, to die in young age. Riskesdas (2013) showed that the prevalence may appear at the age ≥ 18 years and tends to women. In Indonesia, the level of animal protein consumption is relatively low, but the food management is very important for the prevention and control of hypertension. Source of animal and milk contains nutrients, there are those that protect (protective) and a trigger (risky). This study aimed to determine the relationship of dietary risk from animal sources and milk to high blood pressure in women of reproductive age in Kecamatan Kedungkandang Malang. The design of the study is an observational cross-sectional approach. Sampling with consecutive sampling method that met the inclusion criteria. The number of respondents in this study are 46 people. Measured variables are total fat, saturated fat, cholesterol, sodium intake and blood pressure (systolic and diastolic). The results of data analysis using Spearman correlation test for intake of total fat, saturated fat, cholesterol, and sodium from animal sources and milk with systolic blood pressure was obtained $p = 0.626; 0.726; 0.161; 0.846$ ($\alpha = 0.05$), which means there is no significant relationship. Data analysis of total fat, saturated fat, cholesterol, and sodium intake with diastolic blood pressure was obtained $p = 0.101; 0.88; 0.161; 0.653$ and concluded that there was no significant. Based on these results it is advisable to examine others determinant more deeply and complete related data collection process of nutrients intake, and use of other dietary assessment as a comparison of the instrument used in this study.

Keywords : diet, animal, dairy, high blood pressure, women of reproductive age