

Asupan Sayur dan Buah merupakan Faktor Dominan Hipertensi pada Pegawai Kantor Pusat PT.Pos Indonesia, Jakarta Tahun 2016

Astuti, Riski Septianing

Deskripsi Lengkap: <https://lib.fkm.ui.ac.id/detail.jsp?id=124941&lokasi=lokal>

Abstrak

Penelitian ini membahas mengenai gambaran tekanan darah, faktor risiko, dan faktor dominan hipertensi pada Pegawai Kantor Pusat PT.Pos Indonesia di Jakarta. Desain studi yang digunakan adalah cross sectional terhadap 132 responden. Pengambilan data dilakukan selama 4 minggu sejak bulan April-Mei 2016. Analisis yang digunakan dalam penelitian ini adalah univariat, bivariat, dan multivariat. Analisis bivariat yang digunakan sebagian besar menggunakan chi square, hanya 1 analisis bivariate yang menggunakan independent t-test, dan hanya 1 analisis yang menggunakan Mann Whitney-U. Analisis multivariat yang digunakan adalah regresi logistik ganda. Hasil penelitian menunjukkan bahwa prevalensi hipertensi adalah 22,70%. Riwayat hipertensi keluarga, persen lemak tubuh, durasi tidur, kebugaran, dan asupan natrium merupakan variabel yang memiliki perbedaan proporsi yang signifikan terhadap hipertensi. Asupan sayur dan buah merupakan faktor dominan terhadap hipertensi dengan nilai p value 0,017 dan nilai OR 7,204. Saran yang diberikan untuk mencegah hipertensi dan mengontrol nilai tekanan darah bagi penderita hipertensi adalah perbaikan pola makan dan peningkatan aktivitas fisik. Kata kunci: aktivitas fisik, asupan makanan, asupan sayur dan buah, hipertensi, pegawai

The focus on this study is to discuss about prevalence blood pressure, risk factors, and dominant factor of hypertension in Main Office PT.Pos Indonesia Employee, Jakarta. Study design that used is cross sectional with 132 respondents. Data collection was done in four weeks in April-Mei 2016. This study used univariate, bivariate, and multivariate analysis. Chi square is mostly used in bivariate analysis, one with independent t-test, and one with Mann Whitney-U. Logistic regression is used in multivariate analysis. The result is prevalence hypertension is 22,70%. Gen, body fat percentage, sleep duration, fitness, and sodium intake is related to blood pressure. Vegetables and Fruits intake is a dominant factor for hypertension with p value 0,017 and OR 7,204. It is suggested that employee have to decrease high natrium and fat food, increase vegetables and fruits intake, and enhance physical activity. Key words: employee, food intake, hypertension, physical activity, vegetables and fruits intake