

**ASUPAN NATRIUM DARI MAKANAN JAJANAN DAN TEKANAN
DARAH SISWA SEKOLAH DASAR**

Studi di SD Negeri 06 Petompon

Artikel Penelitian

Disusun sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan
Studi pada Program Studi Ilmu Gizi, Fakultas Kedokteran
Universitas Diponegoro



Disusun oleh :
ENGGAR WIJAYANTI
G2C005272

**PROGRAM STUDI ILMU GIZI FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS DIPONEGORO**

SEMARANG

2010

SODIUM INTAKE FROM FOODS AND SNACKS AND BLOOD PRESSURE OF ELEMENTARY STUDENTS

Study at SDN Petompon 06

Enggar Wijayanti* Siti Fatimah Muis*

ABSTRACT

Background : Hypertension was not only in adult but also children and adolescence. High sodium intake was one of risk factors for hypertension. Children liked to consume foods and snacks in school that had high sodium content. This study aimed to know association of sodium intake from snacks of elementary students with their blood pressure.

Method : Laboratory analyzes study followed by analytic descriptive study using cross sectional design. Subject was 68 elementary students in SDN 06 Petompon that were chosen by proportional systematic random sampling. Sodium intake from foods and snacks was independent variable, beside dependent variable was systolic and diastolic blood pressure. Sodium intake from foods and snacks that consumed by subjects for three days (Monday, Thursday and Saturday) in school, were collected by filled the form. Sodium intake was high if ≥ 2400 mg. Blood pressure was measured by Sphygmomanometer, included hypertension if systolic and or diastolic blood pressure ≥ 95 percentile. Foods and snacks samples that consumed by subjects was analyzed by atomic absorption spectrofotometer (AAS). Data was analyzed by univariat and bivariat by Chi square test.

Result : Almost half of the foods and snacks (44,1 %) have high sodium content. The average of sodium intake of the students was 3575,5 mg/day. About 18 % students have high blood pressure and 12,2% of those have high sodium intake. Statistically, there was no significant association between sodium intake and blood pressure ($p=0,146$).

Conclusion : Students sodium intake from snacks was high and almost 50% snacks that been consumed had high sodium content especially home made foods and snacks.

Key words : sodium intake, blood pressure, foods and snacks

* Nutritional Science of Medical Faculty of Diponegoro University, Semarang

ASUPAN NATRIUM DARI MAKANAN JAJANAN DAN TEKANAN DARAH SISWA SEKOLAH DASAR Studi di Sekolah Dasar Negeri 06 Petompon

Enggar Wijayanti* Siti Fatimah Muis*

ABSTRAK

Latar Belakang: Hipertensi tidak hanya dialami oleh orang dewasa tetapi juga dapat dialami oleh anak-anak dan remaja. Asupan tinggi natrium merupakan salah satu faktor risiko terjadinya hipertensi. Anak-anak terbiasa mengonsumsi makanan jajanan di sekolah yang kandungan natriumnya tinggi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara asupan natrium yang berasal dari makanan jajanan siswa SD dengan tekanan darahnya.

Metode: Penelitian bersifat analisis laboratorium diikuti dengan deskriptif analitik dengan menggunakan desain *cross sectional*. Jumlah subyek adalah 68 siswa di SDN 06 Petompon yang diambil dengan cara *proportional systematic random sampling*. Asupan natrium makanan jajanan merupakan variabel independen sedangkan variabel dependen adalah tekanan darah sistolik dan diastolik. Asupan natrium makanan jajanan yang dikonsumsi subyek selama tiga hari (Senin, Rabu dan Sabtu) di sekolah, diperoleh dengan mengisi lembar isian. Asupan natrium tinggi bila ≥ 2400 mg. Tekanan darah diukur dengan *Sphygmomanometer*, dikategorikan hipertensi bila tekanan darah sistolik dan atau tekanan darah diastolik ≥ 95 persentil. Sampel makanan jajanan yang dikonsumsi oleh subyek dianalisis dengan menggunakan spektrofotometer absorpsi atom (SAA). Data dianalisis secara univariat dan bivariat dengan uji *Chi square*.

Hasil: Sebanyak 44,1% makanan jajanan tinggi kandungan natriumnya. Rata-rata asupan natrium siswa dari makanan jajanan 3575,5 mg perhari. Sekitar 18% siswa menderita hipertensi dan 12,2% diantaranya memiliki asupan tinggi natrium. Secara statistik tidak terdapat hubungan antara asupan natrium dengan tekanan darah ($p=0,146$).

Simpulan: Asupan natrium siswa dari makanan jajanan tergolong tinggi dan sekitar 50% makanan jajanan yang dikonsumsi tersebut tinggi kandungan natriumnya terutama makanan hasil olahan rumah tangga.

Kata Kunci: asupan natrium, tekanan darah, makanan jajanan

* Program Studi Ilmu Gizi Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro, Semarang