

HUBUNGAN RASIO ASUPAN NATRIUM:KALIUM DENGAN KEJADIAN
HIPERTENSI PADA WANITA USIA 25-45 TAHUN DI KOMPLEK
PERHUBUNGAN SURABAYA

Artikel Penelitian

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



disusun oleh :
CITRA HENDRAYANI
G2C207003

PROGRAM STUDI ILMU GIZI FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS DIPONEGORO
SEMARANG
2009

CORRELATION BETWEEN RATIO OF SODIUM:POTASSIUM INTAKE WITH HYPERTENSION ON 25-45 YEARS OLD WOMAN IN PERHUBUNGAN SURABAYA RESIDENCE

Citra Hendrayani¹ S.A. Nugraheni²

ABSTRACT

Introduction: Hypertension is an escalation of Systolic Blood Pressure ≥ 140 mmHg and Diastolic Blood Pressure ≥ 90 mmHg. Diastolic Blood Pressure is more stable than Systolic Blood Pressure. One of the factor of hypertension is high sodium intake and low potassium intake. The ratio of sodium:potassium intake suggested is 1:1.

Objective: Examine the correlation between of ratio sodium:potassium intake with hypertension according to Diastolic Blood Pressure on 25-45 years old woman in Perhubungan Surabaya Residence.

Method: A cross-sectional study with 25-45 years woman who were collected with sample random sampling consist of 40 subject in Perhubungan Surabaya Residence at November-Desember 2008. Ratio of Sodium:Potassium intake obtained with comparing between sodium intake and potassium intake using Semi Quantitative Food Frequency Questionnaire. Hypertension is measured Diastolic Blood Pressure using mercury sphygmomanometer. Rank-Spearman test was used on bivariate analyses.

Result: 76,5% subject have unfavourable ratio of sodium:potassium intake. The significant point obtained is 0,039 and $r = 0,328$ that indicate that there is a significant correlation between ratio of sodium:potassium intake with hypertension. The risk of hypertension will increase with a high ratio of sodium:potassium intake.

Suggestion: To reduce the consumption of high sodium contains food, improve the consumption high potassium and calcium. On further research it is expected for another common research which using another factor that influence the hypertension such as offsprings, menopause, physical activity, ethnic, stress and usage of MSG and also commonly kidney's aches.

Keyword: Hypertension, Ratio of Sodium:Potassium, Sodium, Potassium

¹Student at Nutrition Study Programme of Medical Faculty, Diponegoro University

²Lecturer at Nutrition Study Programme of Medical Faculty, Diponegoro University

HUBUNGAN RASIO ASUPAN NATRIUM:KALIUM DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI PADA WANITA USIA 25-45 TAHUN DI KOMPLEK PERHUBUNGAN SURABAYA

Citra Hendrayani¹ S.A. Nugraheni²

ABSTRAK

Latar Belakang : Hipertensi adalah peningkatan tekanan darah sistolik ≥ 140 mmHg dan tekanan darah diastolik ≥ 90 mmHg. Tekanan darah diastolik relatif stabil dibandingkan dengan tekanan darah sistolik. Salah satu faktor penyebab hipertensi adalah tingginya asupan natrium dan rendahnya asupan kalium. Rasio Na:K yang dianjurkan adalah 1:1

Tujuan : Mengetahui hubungan rasio asupan natrium:kalium dengan hipertensi berdasarkan tekanan darah diastolik pada wanita usia 25-45 tahun di Komplek Perhubungan Surabaya.

Metode : Rancangan penelitian ini adalah *Cross Sectional* dengan jumlah sampel 40 orang wanita yang berusia 25-45 tahun di Komplek Perhubungan Surabaya pada bulan november-desember 2008, yang diperoleh dengan *Simple Random Sampling*. Rasio asupan natrium:kalium diperoleh dengan membandingkan antara asupan natrium dan kalium yang diperoleh dengan wawancara menggunakan *Semi Quantitative Food Frequency Questionnaire*. Hipertensi menggunakan parameter tekanan darah diastolik yang diukur dengan menggunakan *sphymomanometer* air raksa. Analisis bivariat dilakukan dengan *Uji Rank-Spearman*.

Hasil : 76,5% subyek memiliki rasio asupan Na:K kurang baik. Diperoleh nilai $p=0,039$ dan $r=0,328$ yang menunjukkan bahwa ada hubungan yang bermakna antara rasio asupan natrium:kalium dengan hipertensi dan arah korelasi positif yaitu apabila rasio asupan natrium:kalium meningkat, maka kejadian hipertensi juga meningkat.

Saran : Mengurangi konsumsi makanan tinggi natrium, meningkatkan konsumsi makanan tinggi kalium dan kalsium. Pada penelitian selanjutnya diharapkan ada penelitian sejenis dengan menggunakan faktor lain yang mempengaruhi hipertensi seperti keturunan, menopause, aktifitas fisik, etnis, stress, penggunaan MSG, serta jenis penyakit ginjal.

Kata Kunci : Hipertensi, Rasio Natrium:Kalium, Natrium, Kalium

-
1. Mahasiswa Program Studi Ilmu Gizi Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro Semarang
 2. Dosen Program Studi Ilmu Gizi Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro Semarang