

**HUBUNGAN ANTARA INDEKS MASSA TUBUH (IMT), AKTIVITAS
FISIK DAN KEBIASAAN MENGGONSUMSI MAKANAN SIAP SAJI ALA
BARAT DENGAN
TEKANAN DARAH PADA PENSIUNAN PEGAWAI PT.PERTAMINA
SEMARANG**

Artikel Penelitian

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



disusun oleh:

TRI FANI FERAWATI

G2C206022

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

2008

THE CORRELATION OF BODY MASS INDEX, PHYSICAL ACTIVITY AND WESTERN FAST FOOD HABIT CONSUMPTION WITH BLOOD PRESSURE OF PERTAMINA'S SEMARANG RETIRED OFFICER

Tri Fani Ferawati¹ Apoina Kartini²

ABSTRACT

Introduction: Hypertension is a common public health problem that mostly founded and its needs a prompt treatment, untreated hypertension leads many complication including heart coronary disease and stroke. Overweight, high sodium intake and physical activity are the risk factors of hypertension.

Objective: To analyze correlation of body mass index, physical activity and western fast food habit consumption with blood pressure of Pertamina's Semarang retired officer.

Method: This research at Pertamina's Semarang. Subject of crosssectional research consist of 30 sample. Purpose Sampling was tooked of samples. Normality data used Kolmogorov Smirnov test. Pearson Product Moment test used to bivariate analyze. Regression Linear test used to multivariate analyze.

Result: About 43,3% of sample have overweight with average of body mass index $24,29 \text{ kg/m}^2 \pm 3,083$. 53,3% of sample have moderate physical activity with average of physical activity $2520,07 \text{ Kkal} \pm 274,979$. All of sample (100%) rarely consumed western fast food with average of fast food habit consumption $1,13 \pm 1,074$. About 56,7% sample have hypertension stage one with average of systole blood pressure $\geq 140 \text{ mmHg}$ and diastole blood pressure $\geq 90 \text{ mmHg}$. The average of systole blood pressure $139,33 \text{ mmHg} \pm 16,595$ and diastole blood pressure $87,00 \text{ mmHg} \pm 10,875$. This study showed that body mass index and physical activity significantly correlated with blood pressure, but western fast food habit consumption was not correlated with blood pressure.

Conclusion: There are significantly correlation of body mass index and physical activity with blood pressure.

Keyword: Body Mass Index, Physical Activity, Western Fast Food Habit Consumption, Blood Pressure.

¹. Student Of Nutrition Study Programme Of Medical Faculty Diponegoro University.

²Lecturer Instructor Of Nutrition Study Programme Of Medical Faculty Diponegoro University.

HUBUNGAN ANTARA INDEKS MASSA TUBUH (IMT), AKTIVITAS FISIK DAN KEBIASAAN MENGGONSUMSI MAKANAN SIAP SAJI ALA BARAT DENGAN TEKANAN DARAH PADA PENSIUNAN PEGAWAI

PT.PERTAMINA SEMARANG

Tri Fani Ferawati¹ Apoina Kartini²

ABSTRAK

Latar Belakang: Hipertensi merupakan masalah kesehatan yang sering ditemukan dan perlu segera diatasi, karena dapat menimbulkan komplikasi seperti penyakit jantung dan stroke. Kelebihan berat badan, asupan natrium yang tinggi dan aktivitas fisik merupakan faktor penyebab hipertensi.

Tujuan: Mengetahui hubungan antara indeks massa tubuh (imt), aktivitas fisik dan kebiasaan mengkonsumsi makanan siap saji ala barat dengan tekanan darah pada pensiunan pegawai PT.Pertamina Semarang.

Metode: Penelitian dilakukan di PT.Pertamina Semarang. Subjek dalam penelitian crosssectional terdiri 30 orang. Pengambilan sampel dengan cara Purposive Sampling. Normalitas data menggunakan uji Kolmogorov Smirnov. Analisis bivariat dilakukan dengan uji Pearson Product Moment. Analisis multivariat dilakukan dengan uji Regresi Linear Ganda.

Hasil: Sebanyak 43,3% sampel mengalami kegemukan dengan rerata nilai indeks massa tubuh sebesar 24,29 Kg/m²±3,083. Aktivitas fisik ringan sebanyak 53,3% dengan rerata nilai aktivitas fisik sebesar 2520,07 Kkal±274,979. Seluruh sampel (100%) jarang mengkonsumsi makanan siap saji ala barat dengan rerata 1,13 kali±1,074. Sampel mengalami hipertensi derajat 1 dengan nilai tekanan darah sistol ≥140 mmHg dan atau diastol ≥90 mmHg sebesar 56,7%. Rerata nilai tekanan darah sistol 139,33 mmHg±16,595 dan tekanan darah diastol 87,00 mmHg±10,875. Hasil penelitian menunjukkan bahwa indeks massa tubuh dan aktivitas fisik berhubungan secara bermakna dengan tekanan darah sistol dan diastol, sedangkan kebiasaan mengkonsumsi makanan siap saji ala barat tidak berhubungan dengan tekanan darah sistol dan diastol.

Kesimpulan: Ada hubungan secara bermakna antara indeks massa tubuh dan aktivitas fisik dengan tekanan darah sistol dan diastol.

Kata Kunci: Indeks Massa Tubuh, Aktivitas Fisik, Kebiasaan Mengkonsumsi Makanan Siap Saji Ala Barat, Tekanan Darah.

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

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