

# FAKTOR - FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN POLA MAKAN REMAJA DALAM PENCEGAHAN HIPERTENSI DI KELURAHAN NGENEMPLAK SIMONGAN KOTA SEMARANG

AYU WIRADIJAYA – 25010115130275

(2019 - Skripsi)

Terjadinya peningkatan kasus hipertensi setiap tahunnya di dunia bahkan disertai komplikasi yang berujung pada kematian menunjukkan bahwa masih rendahnya kesadaran masyarakat akan pencegahan terhadap beberapa faktor risiko hipertensi. Salah satunya perilaku makan yang apabila tidak segera dilakukan upaya pencegahan akan menjadi hambatan terhadap produktivitas kerja. Oleh sebab itu untuk menghindari hipertensi di usia dewasa pencegahan dimulai dengan menjaga perilaku makan sejak usia remaja, khususnya masyarakat Kelurahan Ngeemplak Simongan. Jenis penelitian ini adalah analitik survey dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi dari penelitian ini adalah 1.137 sehingga didapat sampel 89 remaja (usia 15-19 tahun) dengan menggunakan teknik *proportional random sampling* yang dilakukan di wilayah Kelurahan Ngeemplak Simongan Kota Semarang. Analisis data penelitian ini menggunakan analisis univariat untuk dan bivariat dengan menggunakan uji *Chi Square*. Penelitian dilaksanakan setelah lolos uji etik dari komisi etik penelitian kesehatan FKM UNDIP dengan nomor 511/EA/KEPK-FKM/2019. Hasil penelitian menemukan bahwa terdapat 61% remaja yang sudah memiliki perilaku makan yang baik namun sisanya 38,2% masih memiliki perilaku makan yang kurang baik. Sebagian besar responden remaja berusia 19 tahun 24%. Jenis kelamin responden didominasi oleh perempuan 71,9%, dengan pendidikan terakhir tamat SMP dan uang saku berada dalam kategori cukup (62,9). Hasil analisis *Chi Square* menunjukkan usia ( $p=0,067$ ), jenis kelamin ( $p=0,789$ ), pendidikan terakhir ( $p=0,399$ ), uang saku ( $p=0,529$ ), pengetahuan ( $p=0,752$ ) sikap ( $p=0,043$ ) ketersediaan informasi ( $p=0,306$ ), dukungan keluarga ( $p=0,015$ ), akses terhadap makanan ( $p=0,037$ ), lingkungan sekolah ( $p=0,019$ ) dan petugas kesehatan ( $p=0,650$ ). Maka disimpulkan terdapat hubungan antara sikap, dukungan keluarga, akses terhadap makanan dan lingkungan sekolah dengan perilaku makan remaja dalam pencegahan hipertensi di Kelurahan Ngeemplak Simongan Kota Semarang. Saran dalam penelitian ini karena masih ada remaja yang berperilaku makan kurang baik maka perlu mengadakan penyuluhan tentang Gizi Seimbang kepada remaja, penyuluhan tentang pencegahan penyakit hipertensi, serta mengikutsertakan keluarga dari remaja dalam penyediaan makan dirumah

**Kata Kunci:** Pencegahan hipertensi, perilaku makan, remaja