

ABSTRAK

Nadia Sugianti, 2023. Kebiasaan Konsumsi Makanan Sumber Natrium (Na) terhadap Risiko Hipertensi pada Siswa di Sekolah Menengah Atas Negeri (SMAN) 7 Kota Malang. Pembimbing : Sutomo Rum Teguh K., SKM., M.Kes dan Fransisca Dwipajati, SST., M.Gz

Latar Belakang : Prevalensi hipertensi pada usia produktif di Indonesia tahun 2018 mengalami peningkatan yang cukup signifikan. Prevalensi hipertensi pada tahun 2018 meningkat sebesar 4,5% pada umur 18-24 tahun, (Riskesmas, 2013). Hasil studi pendahuluan menunjukkan bahwa 55% siswa di SMAN 7 Kota Malang mengkonsumsi makanan sumber natrium dalam kategori sering.

Tujuan : Tujuan penelitian ini untuk menganalisis kebiasaan konsumsi makanan sumber natrium terhadap risiko hipertensi pada siswa di SMAN 7 kota Malang.

Metode : Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif yaitu observasional analitik dengan desain penelitian *cross sectional*. Populasi dalam penelitian sebanyak 144 siswa. Cara pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*. Jumlah sampel pada penelitian ini sebanyak 97 orang. Analisis bivariat pada penelitian ini menggunakan uji statistik *Chi-square*.

Hasil : Hasil uji statistik didapatkan *p-value* sebesar 0,000 ($<0,05$) yang artinya memiliki hubungan yang bermakna antara kebiasaan makanan sumber natrium dengan risiko hipertensi pada siswa. Hasil uji *odd ratio* menunjukkan bahwa seseorang yang memiliki kebiasaan makanan sumber natrium dalam kategori sering memiliki peluang risiko lebih besar terjadinya tekanan darah tinggi (pra-hipertensi) sebesar 5,52 kali.

Kesimpulan : Kesimpulan pada penelitian ini sebagian besar responden mengkonsumsi makanan sumber natrium dalam kategori jarang. Ada banyak faktor yang mempengaruhi tekanan darah tinggi. Pada responden yang mengkonsumsi makanan sumber natrium dalam kategori jarang juga ada yang mengalami peningkatan darah yang dapat disebabkan oleh faktor lain seperti adanya riwayat hipertensi pada keluarga, kebiasaan merokok dan suka begadang di malam hari.

Kata kunci : Hipertensi, Pre hipertensi, Tekanan darah, Natrium