

HUBUNGAN STATUS GIZI DENGAN TEKANAN DARAH PADA REMAJA PUTRI DI MAN 1 SLEMAN

NASKAH PUBLIKASI

Diajukan Guna Melengkapi Sebagian Syarat Mencapai Gelar
Sarjana Keperawatan
Program Studi Ilmu Keperawatan
Fakultas Ilmu Kesehatan
di Universitas 'Aisyiyah
Yogyakarta



**Disusun oleh:
IRHAM FUADI
201310201093**

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS 'AISYIYAH
YOGYAKARTA
2017**

LEMBAR PENGESAHAN
HUBUNGAN STATUS GIZI DENGAN TEKANAN DARAH
PADA REMAJA PUTRI DI MAN 1 SLEMAN

NASKAH PUBLIKASI

Disusun oleh:
IRHAM FUADI
201310201093

Telah disetujui oleh pembimbing
Pada tanggal:
07 Februari 2018

Oleh Pembimbing



Diah Candra Anita, S.Kep., Ns., M.Sc.

INTISARI

HUBUNGAN STATUS GIZI DENGAN TEKANAN DARAH PADA REMAJA PUTRI DI MAN 1 SLEMAN

Irham Fuadi², Dyah Candra A³

Latar Belakang: Indonesia merupakan negara dengan permasalahan gizi yang kompleks, dibuktikan dengan bergesernya pola penyakit dari penyakit yang menular (*communicable disease*) kearah penyakit yang tidak menular (*non-communicable disease*) seperti stroke, hipertensi yang sangat berhubungan dengan adanya peningkatan individu dengan status gizi lebih atau obesitas. Dalam rangka mengatasi permasalahan tersebut, diperlukan sebuah upaya yang tidak hanya bersifat kuratif saja, salah satunya adalah melalui upaya asuhan gizi yang tepat dan diikuti dengan perubahan gaya hidup.

Tujuan Penelitian: Mengetahui ada atau tidaknya hubungan status gizi terhadap tekanan darah pada remaja putri di MAN 1 Sleman.

Metode Penelitian: Metode penelitian deskriptif analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Sampel diambil dengan teknik total sampling sebanyak 109 remaja putri kelas XI di MAN 1 Sleman. Instrumen penelitian menggunakan lembar pengisian data responden dan lembar catatan hasil pengukuran Tekanan Darah, pengukuran Indeks Masa Tubuh (IMT) dan Lingkar Lengan Atas (LILA). Hasil penelitian dianalisis dengan uji *Kendall Tau*.

Hasil Penelitian: Remaja di MAN 1 Sleman sebagian besar memiliki status gizi normal kategori berat badan normal sebanyak 68 orang (62,4%). Tekanan darah pada remaja putri di MAN 1 Sleman sebagian besar kategori normal sebanyak 61 orang (56%). hasil uji korelasi *Kendall Tau* diperoleh nilai $p (0,002) < 0,05$.

Kesimpulan: Terdapat hubungan yang signifikan antara status gizi dengan tekanan darah pada remaja di MAN 1 Sleman.

Saran: Remaja diharapkan sebaiknya meningkatkan pengetahuan tentang hipertensi, serta mengatur kebiasaan makan sesuai kebutuhan pertumbuhan dan perkembangannya

Kata kunci : status gizi, tekanan darah

Kepustakaan : buku dan jurnal penelitian

Halaman : 48 halaman, 9 tabel, 2 gambar, 14 lampiran

¹Judul Skripsi

²Mahasiswa PSIK Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta

³Dosen PSIK Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta

ABSTRACT

HUBUNGAN STATUS GIZI DENGAN TEKANAN DARAH PADA REMAJA PUTRI DI MAN 1 SLEMAN

Irham Fuadi², Dyah Candra A³

Background: Indonesia is a country with complex nutritional problems, proven by the shifting pattern of diseases from communicable diseases towards non-communicable diseases such as stroke and hypertension which are closely related to the increase of individuals with more nutritional status or obesity. In order to overcome these problems, it takes an effort that is not only curative, but also through proper nutrition care and followed by lifestyle changes.

Objective: The objective of the study was to determine the relationship between nutritional status and blood pressure of female adolescents in MAN 1 Sleman.

Method: Descriptive analytic research method with cross sectional approach was used in the study. The samples were taken with total sampling technique of 109 female adolescents from grade XI in MAN 1 Sleman. The research instruments were the respondents' data sheets and note sheets of Blood Pressure, Body Mass Index (BMI) and Mid-Upper Arm Circumference (MUAC) measurements. The results were analyzed by using Kendall Tau test.

Result: The female adolescents in MAN 1 Sleman mostly had normal nutritional status of normal weight category i.e. 68 people (62.4%). The blood pressure of female adolescents in MAN 1 Sleman mostly was categorized as normal i.e. 61 people (56%). The result of Kendall Tau correlation test obtained p value (0.002) < 0.05.

Conclusion: There is a significant relationship between nutritional status and blood pressure in female adolescents in MAN 1 Sleman.

Keywords : nutritional status, blood pressure

Bibliography : books and research journals

Page : 48 pages, 9 tables, 2 pictures, 14 attachments

¹Title of the Thesis.

²School of Nursing student, Faculty of Health Sciences, 'Aisyiyah University of Yogyakarta.

³Lecturer of School of Nursing, Faculty of Health Sciences, 'Aisyiyah University of Yogyakarta.

PENDAHULUAN

Remaja merupakan usia peralihan dari masa anak-anak menuju masa dewasa yang ditandai dengan perubahan fisik, perilaku, kognitif, biologis dan emosi. Penggolongan remaja dimulai dari usia 12-24 tahun dan usia dimana orang mengalami perubahan yang pesat di berbagai aspek dalam hidupnya (Efendi, 2009).

Fenomena pertumbuhan pada masa remaja khususnya di Indonesia menuntut kebutuhan nutrisi yang tinggi agar tercapai pertumbuhan secara maksimal. Tidak terpenuhinya kebutuhan nutrisi pada masa remaja akan berakibat terlambatnya pematangan seksual dan hambatan pertumbuhan linear, sehingga nutrisi sangat dibutuhkan untuk mencegah terjadinya penyakit kronik yang terkait nutrisi pada masa dewasa kelak (IDAI, 2013).

Masalah gizi yang sering dialami remaja adalah masalah gizi ganda yaitu kekurangan gizi dan kelebihan berat badan (*overweight*) serta kegemukan (obesitas). Salah satu masalah serius yang dihadapi dunia kini adalah konsumsi makanan olahan secara berlebihan. Ada tiga alasan mengapa remaja dikategorikan rentan. Pertama, percepatan pertumbuhan dan perkembangan tubuh memerlukan energi dan zat gizi yang lebih banyak. Kedua, perubahan gaya hidup dan kebiasaan makan berpengaruh pada kebutuhan dan asupan zat gizi. Ketiga, kebutuhan khusus gizi perlu diperhatikan pada kelompok remaja yang mempunyai aktivitas olah raga, konsumsi alkohol, kecanduan obat-obatan maupun hal-hal lain yang bisa terjadi pada remaja (Dieny, 2014).

Berdasarkan hasil survei yang dilakukan oleh para ahli gizi di kawasan DIY menyebutkan diet tidak sehat pada remaja putri dapat mengakibatkan anemia. Sebanyak 37 % siswi SMA pada daerah tersebut mengalami kekurangan zat besi demi penampilannya (Depkes, 2013).

Berdasarkan data Riskesdas pada tahun 2013, secara nasional diketahui adanya masalah terhadap status gizi remaja, khususnya di Provinsi Jawa Tengah. Jawa Tengah termasuk dalam 17 provinsi dengan prevalensi status gizi *severe underweight* (IMT/U) pada remaja umur 13-15 tahun, dan termasuk dalam 15 provinsi dengan prevalensi obesitas pada remaja umur 16-18 tahun. Kecenderungan secara nasional pada remaja umur 16-18 tahun yang berstatus gizi *underweight* relatif sama tahun 2007 dan 2013, prevalensi *severe underweight* naik 0,4 %, dan prevalensi *overweight* naik dari 1,4 % (2007) menjadi 7,3 % (Depkes, 2013).

Indonesia merupakan negara dengan permasalahan gizi yang kompleks. Hal ini dibuktikan dengan bergesernya pola penyakit dari penyakit yang menular (*communicable disease*) kearah penyakit yang tidak menular (*non-communicable disease*) seperti stroke, hipertensi yang sangat berhubungan dengan adanya peningkatan individu dengan status gizi lebih atau obesitas. Disisi lain dalam rangka mengatasi permasalahan tersebut, diperlukan sebuah upaya yang tidak hanya bersifat kuratif saja, salah satunya adalah melalui upaya asuhan gizi yang tepat dan diikuti dengan perubahan gaya hidup (*Current Update in Nutrition*, 2016).

Pemerintah pada tahun 2015 telah melakukan upaya pemantauan status gizi yang dilakukan diseluruh kabupaten atau kota di Indonesia dengan cara memantau status gizi penduduk secara rutin merupakan bentuk komitmen untuk menjaga akuntabilitas pelaksanaan program melalui penyediaan data dan informasi berbasis bukti dan spesifik wilayah untuk daerah dan pusat (Kemenkes, 2016).

Data dari hasil studi pendahuluan pada tanggal 16 Desember 2016 yang dilakukan oleh peneliti di MAN 1 Sleman dengan sampel sebanyak 14 remaja putri didapatkan hasil Indeks Masa Tubuh (IMT) dengan kategori kurus sebanyak 5 siswa (35,71%), dengan normal sebanyak

8 siswa (57,14%) dan katogori gemuk sebanyak 1 siswa (7,15%). Sedangkan menggunakan pengukuran Lingkar Lengan Atas (LILA) didapatkan dengan kriteria Kurang Energi Kronik (KEK) sebanyak 5 siswa (35,71%), nilai normal (23,5) sebanyak 6 siswa (42,86%) dan $> 23,5$ sebanyak 3 siswa (21,43%).

Data untuk tekanan darah yang dibagi tekanan sistolik dan tekanan diastolik. Tekanan sistolik normal sebanyak 11 siswa (78,57%) dan prehipertensi sebanyak 3 siswa (21,43%). Sedangkan untuk tekanan diastolik didapatkan normal sebanyak 5 siswa (35,71%), prehipertensi dengan 8 siswa (57,14%), dan hipertensi 1 siswa (7,15%). Dari data diatas peneliti tertarik untuk mengetahui adakah hubungan status gizi terhadap tekanan darah.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif analitik dengan pendekatan kuantitatif dengan rancangan *cross sectional*. Pengambilan data menggunakan

pengukuran tekanan darah dan pengukuran Indeks Masa Tubuh (IMT) serta Lingkar Lengan Atas (LILA). Populasi penelitian ini sebanyak 109 dengan menggunakan total sampling. Analisis data menggunakan uji *korelasi Kendall Tau*.



unisa
Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta

HASIL PENELITIAN

Tabel 4.1. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Umur Remaja putri di MAN 1 Sleman

Karakteristik	Frekuensi	Prosentase (%)
Remaja awal (12-15 tahun)	30	27,5
Remaja pertengahan (16-18 tahun)	79	72,5
Jumlah	109	100

Sumber : Data primer, 2017

Tabel 4.1 menunjukkan sebagian besar remaja putri di MAN 1 Sleman masuk dalam kelompok usia remaja pertengahan sebanyak 79 orang (72,5%).

Tabel 4.2. Distribusi Frekuensi Status Gizi (IMT dan LILA) pada remaja di MAN 1 Sleman

Status gizi	Frekuensi	Prosentase (%)
Kekurangan berat badan tingkat berat	0	0
Kekurangan berat badan tingkat ringan	10	9,2
Berat badan normal	68	62,4
Kelebihan berat badan tingkat ringan	22	20,2
Kelebihan berat badan tingkat berat	9	8,3
Jumlah	109	100

Sumber: Data Primer, 2017

Tabel 4.2 menunjukkan sebagian besar remaja di MAN 1 Sleman memiliki status gizi normal kategori berat badan normal sebanyak 68 orang (62,4%).

Tabel 4.3. Distribusi Frekuensi Tekanan Darah pada Remaja Putri di MAN 1 Sleman

Tekanan darah	Frekuensi	Prosentase (%)
Hipotensi	0	0
Normal	61	56,0
Prehipertensi	38	34,9
Hipertensi tingkat 1	10	9,2
Hipertensi tingkat 2	0	0
Hipertensi berat	0	0
Jumlah	109	100

Sumber: Data Primer, 2017.

Tabel 4.3 menunjukkan tekanan darah pada remaja putri di MAN 1 Sleman sebagian besar kategori normal sebanyak 61 orang (56%).

Tabel 4.4. Tabulasi Silang dan Hasil Uji *Kendall tau* Hubungan antara Status Gizi dengan Tekanan Darah pada Remaja Putri di MAN 1 Sleman

Status Gizi	Tekanan darah								Cont Coeff	p- Value
	Normal		Prehipertensi		Hipertensi I		Total			
	f	%	f	%	f	%	f	%		
Kekurangan berat badan ringan	7	6,4	2	1,8	1	0,9	10	9,2	0,476	0,004
Berat badan normal	43	39,4	23	21,1	2	1,8	68	62,4		
Kelebihan berat badan ringan	8	7,3	12	11,0	2	1,8	22	20,2		
Kelebihan berat badan berat	3	2,8	1	0,9	5	4,6	9	8,3		
Total	61	56,0	38	34,9	10	9,2	109	100		

Sumber: Data Primer, 2017

Tabel 4.4 menunjukkan remaja dengan status gizi kekurangan berat badan ringan sebagian besar memiliki tekanan darah normal sebanyak 7 orang (6,4%). Remaja dengan status gizi berat badan normal sebagian besar memiliki tekanan darah normal sebanyak 43 orang (39,4%). Remaja dengan status gizi kelebihan berat badan ringan sebagian besar memiliki tekanan darah prehipertensi sebanyak 12 orang (11%). Remaja dengan status gizi lebih berat badan berat sebagian besar memiliki tekanan darah Hipertensi I sebanyak 5 orang (4,6%).

PEMBAHASAN

1. Status Gizi

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar remaja besar remaja di MAN 1 Sleman memiliki status gizi normal kategori berat badan normal sebanyak 68 orang (62,4%). Hasil penelitian ini sesuai dengan Sahputri (2015) yang menunjukkan remaja putri siswi SMA Negeri 3 Cimahi Cenderung memiliki status gizi yang normal.

2. Tekanan Darah

Tekanan darah pada remaja pada remaja putri di MAN 1 Sleman sebagian besar kategori normal sebanyak 61 orang (56%).

3. Hubungan Status Gizi dengan Tekanan Darah

Hasil uji statistik menunjukkan ada hubungan antara status gizi dengan tekanan darah pada remaja putri di MAN 1 Sleman.

4. Keeratan Hubungan Status Gizi dengan Tekanan Darah

Hasil perhitungan koefisien korelasi kontingensi dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang sedang antara status gizi dan tekanan darah, yaitu semakin besar status gizi atau indeks masa tubuh maka tekanan darah akan semakin tinggi. Hal ini dapat disebabkan oleh adanya faktor-faktor lain yang dapat mempengaruhi tekanan darah, seperti umur, jenis kelamin, riwayat hipertensi dalam keluarga, konsumsi garam dan lemak, kebiasaan merokok, dan aktivitas fisik

KETERBATASAN PENELITIAN

Keterbatasan penelitian ini antara lain:

1. Penelitian ini memiliki keterbatasan yaitu penelitian ini hanya meneliti status gizi yang dihitung berdasarkan Indeks Masa Tubuh (IMT) dan Lingkar Lengan Atas (LILA), masih terdapat beberapa teknik lainnya yang berhubungan dengan status gizi yang belum diteliti seperti: antropometri, dengan klinis, dengan bio kimia, dan dengan biofisika. Oleh karena itu untuk mengotimalkan hasil penelitian, tehnik pengukuran tersebut juga dapat digunakan.
2. Pada saat pengukuran tekanan darah banyak siswa yang berebut sehingga harus diantisipasi dengan urutan absen atau urutan tempat duduk.

SIMPULAN

Simpulan yang dapat diperoleh dari penelitian ini yaitu:

1. Remaja di MAN 1 Sleman sebagian besar memiliki status gizi normal kategori berat badan normal sebanyak 68 orang (62,4%).
2. Tekanan darah pada remaja putri di MAN 1 Sleman sebagian besar kategori normal sebanyak 61 orang (56%).
3. Terdapat hubungan yang signifikan antara status gizi dengan tekanan darah pada remaja di MAN 1 Sleman, ditunjukkan dengan hasil uji korelasi *Kendall tau* diperoleh nilai $p (0,004) < 0,05$.
4. Keeratan hubungan antara status gizi dengan tekanan darah pada remaja di MAN 1 Sleman kategori sedang ditunjukkan dengan nilai koefisien korelasi kontingensi sebesar 0,476.

SARAN

Berdasarkan hasil penelitian tersebut, maka peneliti memberikan saran-saran sebagai berikut:

1. Bagi MAN 1 Sleman Sekolah sebaiknya memberikan penyuluhan dan konseling yang rutin mengenai gizi yang baik agar siswa terhindar dari hipertensi.
2. Bagi Remaja di MAN 1 Sleman Remaja sebaiknya meningkatkan pengetahuan tentang hipertensi, serta mengatur kebiasaan makan sesuai kebutuhan pertumbuhan dan perkembangannya. Banyak remaja makan makanan junk food setiap hari. Junk food ini juga termasuk minuman bergula seperti soda dan makanan ringan tinggi kalori seperti keripik kentang. Sehingga remaja harus lebih berhati-hati mengkonsumsi makanan setiap hari dan semua orang terutama remaja harus membiasakan sarapan pagi.
3. Bagi Peneliti Selanjutnya Penelitian selanjutnya sebaiknya menyempurnakan hasil penelitian ini dengan pengontrolan terhadap faktor-

faktor yang mempengaruhi tekanan darah seperti riwayat keluarga dan stres.

DAFTAR FUSTAKA

- Departemen Kesehatan (2013). Profil Kesehatan Indonesia. Diunduh dari <http://www.depkes.go.id/download.php?file=download/pusdatin/profil-kesehatan-indonesia/profil-kesehatan-indonesia-2007.pdf> diakses pada tanggal 10 Februari 2017.
- Dieny, Fillah Fithra. (2014). *PERMASALAHAN GIZI pada Remaja Putri*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Efendi, Ferry. (2009) *Keperawatan Kesehatan Komunitas: Teori dan Praktik dalam Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Ikatan Dokter Anak Indonesia (IDAI), (2013) *Nutrisi Pada Remaja*. diunduh dari <http://www.idai.or.id/artikel/seputar-kesehatan-anak/nutrisi-pada-remaja> diakses pada 27 Februari 2017.
- Kemendes, RI. (2016). *INFODATIN*. Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI. Status Gizi di Indonesia. Jakarta.