

HUBUNGAN STRES DAN ASUPAN NATRIUM TERHADAP TEKANAN DARAH PADA REMAJA SMA DI KOTA YOGYAKARTA

Rahmawati Hanifah¹, Emy Huriyati², I Made Alit Gunawan³

INTISARI

Latar Belakang : Tingginya angka hipertensi di Indonesia saat ini dapat menyebabkan meningkatnya angka morbiditas dan mortalitas. Saat ini, hipertensi sudah mulai ditemukan pada anak-anak dan remaja. Timbulnya hipertensi ini dipengaruhi oleh berbagai faktor antara lain stress dan asupan natrium. Apabila pada masa mudanya seorang remaja sudah memiliki tekanan darah di atas normal, maka dikhawatirkan akan berkembang menjadi hipertensi di masa mendatang.

Tujuan : Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara stres, konsumsi natrium dengan tekanan darah pada remaja di Kota Yogyakarta

Metode : Penelitian ini merupakan jenis penelitian observasional dengan desain *cross-sectional* dengan teknik pengambilan sampel *cluster sampling*. Terdapat 174 responden yang memenuhi kriteria inklusi. Variabel penelitian ini yaitu stres, asupan natrium sebagai variabel bebas, dan tekanan darah sebagai variabel terikat. Uji yang dilakukan untuk mengetahui hubungan antar variabel atau uji hipotesis yang digunakan adalah uji *chi-square*.

Hasil : Prevalensi remaja SMA di Kota Yogyakarta yang memiliki tekanan darah melebihi normal sesuai dengan jenis kelamin, umur, dan tinggi badan yaitu sebesar 19%. Asupan natrium tidak berhubungan dengan tekanan darah, $p = 0,062$ dengan $RP = 0,493$. Frekuensi asupan makanan sumber natrium berhubungan dengan tekanan darah, $p = 0,019$ dengan $RP = 0,455$. Stres tidak berhubungan dengan tekanan darah, $p = 1,00$ dengan $RP = 1,512$.

Kesimpulan : Tidak ditemukan hubungan yang bermakna antara stres dan asupan natrium dengan tekanan darah pada remaja di Kota Yogyakarta

Kata Kunci : hipertensi, asupan natrium, stres, remaja

¹Mahasiswa Program Studi Gizi Kesehatan Fakultas Kedokteran UGM

²Gizi Kesehatan, Fakultas Kedokteran, Universitas Gadjah Mada, Yogyakarta

³Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan RI, Yogyakarta

RELATION BETWEEN STRESS AND INTAKE OF SODIUM WITH BLOOD PRESSURE OF HIGH SCHOOL ADOLESCENCE IN YOGYAKARTA CITY

Rahmawati Hanifah¹, Emy Huriyati², I Made Alit Gunawan³

ABSTRACT

Background : The high rate of hypertension in Indonesia today can lead to increased morbidity and mortality . Currently , hypertension already began to be found in children and adolescents . Incidence of hypertension is affected by many factors including stress and sodium intake . If in his youth a teenager already has a blood pressure above normal , it is feared will develop into hypertension in the future.

Objective : This study aims to determine the relationship between stress, intake of sodium with blood pressure of high school adolescence in Yogyakarta City

Method : This research is an observational with cross-sectional design and cluster sampling technique. There were 174 subjects counted into inclusion criterias. The variables in this study are stress and sodium intake as independent variables and blood pressure as dependent variable. The hypothesis tested using chi square test.

Results : Prevalence of high school student who have blood pressure more than normal based on sex, age, and height is 19%. Stress was not associated with blood pressure, $p = 1,00$ and $RP = 1,512$. Sodium intake has no association with blood pressure $p = 0,062$ and $RP = 0,493$. Sodium frequency intake was associated with blood pressure $p = 1,00$ dengan $RP = 1,512$.

Conclusions : There is no significant association between stress, and natrium intake with blood pressure of high school adolescence in Yogyakarta City

Keywords : Hypertension, natrium consumption, stress, adolescence

¹Student of Health Nutrition Faculty Medicine Universitas Gadjah Mada

²Lecturer of Health Nutrition Faculty Medicine, Universitas Gadjah Mada

³Lecturer at Politeknik Kesehatan Kementrian Kesehatan RI, Yogyakarta