

## ABSTRAK

Ridwan Nur Safly

HUBUNGAN KONSUMSI NATRIUM DENGAN AKTIVITAS FISIK TERHADAP  
TEKANAN DARAH PASIEN HIPERTENSI LANSIA DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS  
SAWAHAN

xiv + 13 Halaman + 2 Tabel + 14 Lampiran

Konsumsi natrium pada lansia harus dipantau secara mendasar melihat pada aktivitas fisik dan tekanan darah mereka. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui. Tujuan melihat hubungan antara konsumsi natrium dengan tingkat aktivitas fisik terhadap tekanan darah pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Sawahan Kota Surabaya. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif dengan desain cross sectional pada 42 lansia. Kuisisioner yang digunakan berupa kuisisioner recall 24 jam dan kuisisioner aktivitas fisik.

Analisis data dilakukan dengan Chi square test. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terbagi menjadi 2 jenis kelamin laki-laki 8 orang (19%) dan perempuan 34 orang (81%). Pada hubungan aktivitas fisik terhadap tekanan darah terdapat hubungan ( $p$ -value = 0,008). Pada hubungan antara konsumsi natrium dengan aktivitas fisik tidak terdapat hubungan ( $p$ -value = 0,647). Pada hubungan antara konsumsi natrium dengan tekanan darah tidak ada hubungan ( $p$ -value = 0,198). Penelitian ini dapat disimpulkan bahwa ada hubungan pada aktiivtas fisik terhadap tekanan darah, dan tidak ada hubungan antara konsumsi natrium dengan aktivitas fisik serta tidak ada hubungan antara konsumsi natrium dengan tekanan darah.

Oleh karena itu perlu digencarkan pada faktor yang menyebabkan tekanan darah pada lansia seperti makanan, pola hidup, dan faktor tempramental yang perlu dikontrol.

Kata kunci : Hipertensi, Lansia, Natrium, Aktivitas fisik, Tekanan darah.

Daftar Bacaan : 9 buku (2018-2025)

## ABSTRACT

Ridwan Nur Safly

THE RELATIONSHIP ETWEEN SODIUM INTAKE AND PHYSICAL ACTIVITY ON BLOOD PRESSURE AMONG ELDERLY GYPERTENSIVE PATIENTS IN THE WORKING AREA OF SAWAHAN PUBLIC HEALTH CENTER

xiv + 13 Pages + 2 Tables + 14 Appendices

Sodium intake in the elderly must be carefully monitored by considering their physical activity and blood pressure. The purpose of this study was to examine the relationship between sodium intake, physical activity level, and blood pressure among the elderly in the working area of Sawahan Public Health Center, Surabaya. This research employed a descriptive method with a cross-sectional design involving 42 elderly participants. The instruments used were a 24-hour dietary recall questionnaire and a physical activity questionnaire.

Data were analyzed using the Chi-square test. The results showed that the participants consisted of 8 males (19%) and 34 females (81%). A significant relationship was found between physical activity and blood pressure ( $p$ -value = 0.008). However, there was no relationship between sodium intake and physical activity ( $p$ -value = 0.647), nor between sodium intake and blood pressure ( $p$ -value = 0.198).

In conclusion, physical activity was significantly associated with blood pressure, while sodium intake showed no association with either physical activity or blood pressure. Therefore, greater emphasis should be placed on other factors influencing blood pressure in the elderly, such as diet, lifestyle, and temperamental factors, which need to be controlled.

Keywords: Hypertension, Elderly, Sodium, Physical Activity, Blood Pressure.

References:9 books (2018-2025)