

ABSTRAK

Hipertensi merupakan salah satu masalah kesehatan utama di negara berkembang. Seseorang dapat dikatakan hipertensi apabila pada usia kurang dari 60 tahun memiliki tekanan darah sistolik ≥ 140 mmHg dan tekanan darah diastolik ≥ 90 mmHg. Menurut hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas)–2018, prevalensi hipertensi di Indonesia mengalami peningkatan dari 25,8% di tahun 2013 menjadi 34,1%. Hipertensi merupakan salah satu faktor yang dapat meningkatkan risiko penyakit kardiovaskular. Asam lemak jenuh adalah molekul lemak yang tidak memiliki ikatan rangkap. Asupan asam lemak jenuh yang berlebihan dapat meningkatkan kadar *low-density-lipoprotein* (LDL) dan pada akhirnya meningkatkan risiko penyakit kardiovaskular. Petugas sekuriti merupakan kelompok yang beresiko terhadap hipertensi. Penelitian ini bertujuan untuk melihat hubungan asupan asam lemak jenuh dengan hipertensi pada petugas sekuriti Universitas Tarumanagara. Penelitian ini merupakan penelitian analitik dengan desain *cross sectional*. Pengambilan sampel dilakukan dengan cara *consecutive sampling*. Kejadian hipertensi diidentifikasi dari pengukuran tekanan darah menggunakan sphygmomanometer. Asupan asam lemak jenuh diperoleh melalui wawancara dengan *Semi Quantitative Food Frequency Questionnaire* (SQ-FFQ). Analisis data dilakukan dengan uji *chi-square*. Tingkat kemaknaan yang digunakan adalah 90% ($p < 0,1$). Dari 91 subjek, didapatkan 78,3% subjek mengonsumsi asam lemak jenuh yang berlebih dan 48,9% subjek memiliki tekanan darah tinggi. Pada penelitian ini tidak didapatkan hubungan yang bermakna antara asupan asam lemak jenuh dengan hipertensi ($p=0,193$).

Kata kunci: Hipertensi, asam lemak jenuh, petugas sekuriti

ABSTRACT

Hypertension is one of the main health problems in developing countries. Someone can be said to be hypertensive if the systolic blood pressure ≥ 140 mmHg and diastolic blood pressure ≥ 90 mmHg. According to the results of the 2018 Basic Health Research (Riskesmas), the prevalence of hypertension in Indonesia has increased from 25.8% in 2013 to 34.1%. Hypertension is one of the factors that can increase the risk of cardiovascular disease. Saturated fatty acids are fat molecules that do not have double bonds. Excessive saturated fatty acid intake can increase levels of low-density-lipoprotein (LDL) and ultimately increase the risk of cardiovascular disease. Security officers are a group at risk for hypertension. This study aims to look at the relationship of saturated fatty acid intake with hypertension in Tarumanagara University security officers. This study is an analytical study with a cross sectional design. Sampling was done by consecutive sampling. The incidence of hypertension was identified from a blood pressure measurement using a sphygmomanometer. Intake of saturated fatty acids was obtained through interviews with Semi Quantitative Food Frequency Questionnaire (SQ-FFQ). Data analysis was done by chi-square test. The significance level used is 90% ($p < 0.1$). Of 91 subjects, 78.3% of subjects consumed excess saturated fatty acids and 48.9% of subjects had high blood pressure. In this study there is no significant relationship between saturated fatty acid intake and hypertension ($p = 0.193$).

Keywords: Hypertension, saturated fatty acids, security officers