

**FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS SILIWANGI  
TASIKMALAYA  
PROGRAM STUDI KESEHATAN MASYARAKAT  
PEMINATAN EPIDEMIOLOGI  
2023**

**ABSTRAK**

**SITI ARINDA SURYAMAN**

**HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK, OBESITAS, KONSUMSI NATRIUM,  
DAN KONSUMSI LEMAK DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI PADA  
KELOMPOK USIA PRODUKTIF DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS  
KALIJAGA PERMAI KOTA CIREBON**

Hipertensi merupakan penyakit tidak menular yang tidak memiliki tanda atau gejala yang khas dan disebut sebagai *silent killer*. Wilayah Kerja Puskesmas Kalijaga Permai menunjukkan prevalensi hipertensi yang paling tinggi pada tahun 2022, menunjukkan peningkatan kasus yang signifikan dibandingkan pada tahun sebelumnya. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara aktivitas fisik, obesitas, konsumsi natrium, dan konsumsi lemak dengan terjadinya hipertensi pada kelompok usia produktif di Wilayah Kerja Puskesmas Kalijaga Permai Kota Cirebon. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan desain studi *case control* dan analisis serta penjabaran hasilnya dilakukan secara deskriptif. Sampel pada penelitian ini yaitu 102 orang yang terdiri dari 51 orang untuk kelompok kasus dan 51 orang untuk kelompok kontrol. Penelitian ini menggunakan metode pengambilan sampel yang dikenal sebagai *proportional stratified random sampling*. Dalam penelitian ini, analisis data dilakukan dengan menggunakan uji *Chi-Square* dengan tingkat signifikansi ( $\alpha$ ) = 0,05. Hasil dari penelitian ini mengungkapkan ada hubungan yang bermakna antara aktivitas fisik ( $p$ -value = 0,042; OR = 3,897), obesitas ( $p$ -value = 0,000; OR = 4,923), konsumsi natrium ( $p$ -value = 0,043; OR = 2,496), dan konsumsi lemak ( $p$ -value = 0,028; OR = 2,663) dengan terjadinya hipertensi pada kelompok usia produktif di Wilayah Kerja Puskesmas Kalijaga Permai Kota Cirebon. Berdasarkan studi ini, merekomendasikan masyarakat untuk melakukan deteksi dini dengan melakukan pemeriksaan tekanan darah secara rutin ke, pengendalian berat badan dengan melakukan aktivitas fisik secara rutin dan mandiri serta membatasi konsumsi makanan yang mengandung tinggi natrium dan lemak berlebih.

**Kata Kunci:** Aktivitas Fisik, Obesitas, Natrium, Lemak

FACULTY OF HEALTH SCIENCES  
SILIWANGI UNIVERSITY  
TASIKMALAYA  
PUBLIC HEALTH STUDY PROGRAM  
EPIDEMIOLOGY SPECIALIZATION  
2023

ABSTRACT

SITI ARINDA SURYAMAN

***THE RELATIONSHIP BETWEEN PHYSICAL ACTIVITY, OBESITY, SODIUM CONSUMPTION, AND FAT CONSUMPTION WITH THE INCIDENCE OF HYPERTENSION IN PRODUCTIVE AGE GROUPS IN THE WORKING AREA OF THE KALIJAGA PERMAI HEALTH CENTER, CIREBON CITY.***

*Hypertension is a non-communicable disease with no typical signs or symptoms and is referred to as a silent killer. The working area of Kalijaga Permai Community Health Center showed the highest prevalence of hypertension in 2022, indicating a significant increase in cases compared to the previous year. This study aims to analyze the relationship between physical activity, obesity, sodium consumption, and fat consumption with the occurrence of hypertension in productive age groups in the working area of Kalijaga Permai Community Health Center in Cirebon City. This study uses a quantitative research method with a case-control study design and analyzes and describes the results descriptively. The sample in this study was 102 people consisting of 51 people for the case group and 51 people for the control group. This study used a sampling method known as proportional stratified random sampling. In this study, data analysis was conducted using the Chi-Square test with a significance level ( $\alpha$ ) = 0.05. The results of this study revealed a significant relationship between physical activity ( $p$ -value = 0.042; OR = 3.897), obesity ( $p$ -value = 0.000; OR = 4.923), sodium consumption ( $p$ -value = 0.043; OR = 2.496), and fat consumption ( $p$ -value = 0.028; OR = 2.663) with the occurrence of hypertension in productive age groups in the working area of Kalijaga Permai Community Health Center in Cirebon City. Based on this study, it is recommended that the community conduct early detection by conducting regular blood pressure checks, controlling body weight by doing physical activity regularly and independently and limiting consumption of foods that contain high sodium and excess fat.*

**Keywords:** *Physical Activity, Obesity, Sodium, Fat*