

## ABSTRAK

Felina Fortuna Utomo (01071210158)

### **HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN TEKANAN DARAH PADA MAHASISWA FAKULTAS KEDOKTERAN UPH YANG BERTEMPAT TINGGAL TIDAK BERSAMA ORANG TUA**

(vii + 67 halaman: 5 gambar; 10 tabel; 4 lampiran)

**Latar Belakang:** Remaja yang tinggal jauh dari orang tua memiliki pola makan dan gaya hidup yang tidak baik. Pola makan yang baik sangat penting bagi remaja, di mana kekurangan atau kelebihan asupan gizi akan mempengaruhi kondisi internal tubuh, termasuk tekanan darah. Tinggi rendahnya tekanan darah diatur oleh homeostasis tubuh, di mana hal tersebut dipengaruhi beberapa faktor salah satunya adalah pola makan. Penelitian ini meneliti pengaruh pola makan dengan tekanan darah pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan yang bertempat tinggal tidak bersama orang tua.

**Tujuan Penelitian:** Mengetahui hubungan pola makan dengan tekanan darah pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan yang bertempat tinggal tidak bersama orang tua.

**Metode Penelitian:** Penelitian ini menerapkan desain studi analitik komparatif kategorik tidak berpasangan dengan menggunakan metode *cross-sectional* dan dilakukan terhadap 100 mahasiswa yang memenuhi kriteria. Penelitian ini menggunakan pengukuran tekanan darah dan kuesioner *Food Frequency Questionnaire* (FFQ) yang menggunakan sistem skor, kemudian dimasukkan dalam tiga kategori yaitu kurang, cukup, dan berlebih. Data akan diuji statistik menggunakan metode *Chi-square*.

**Hasil:** Dari 100 responden, sebanyak 67,3% merupakan responden perempuan dengan mayoritas responden berusia 20 tahun (52,5%). Pengumpulan data didapatkan hasil paling banyak pola makan buruk (65,3%) dan tekanan darah normal (75,2%). Hasil uji statistik ditemukan tidak adanya hubungan yang signifikan antara pola makan mahasiswa kedokteran yang tidak tinggal bersama orang tua dengan pola makan ( $p=0,412$ ).

**Simpulan:** Tidak terdapat hubungan antara pola makan dengan tekanan darah pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan yang bertempat tinggal tidak bersama orang tua.

**Kata Kunci:** pola makan, *Food Frequency Questionnaire*, perubahan tekanan darah, pengukuran tekanan darah

## ABSTRACT

Felina Fortuna Utomo (01071210158)

### ***THE RELATIONSHIP OF DIET AND BLOOD PRESSURE IN UPH MEDICAL FACULTY STUDENTS WHO LIVE WITHOUT PARENTS***

*(vii + 67 pages; 5 figures; 10 tables; 4 attachments)*

**Background:** *Adolescents who live far from their parents have poor eating patterns and lifestyles. A good diet is very important for teenagers, where a lack or excess of nutritional intake will affect the body's internal condition, including blood pressure. High and low blood pressure is regulated by body homeostasis, where this is influenced by several factors, one of which is diet. This research examines the effect of diet on blood pressure in students at the Faculty of Medicine, Pelita Harapan University who do not live with their parents.*

**Research Objective:** *To find out whether there is a relation between diet and blood pressure in students at the Faculty of Medicine, Pelita Harapan University who live without their parents.*

**Research Method:** *This research applied an unpaired categorical comparative analytical study design using a cross-sectional method and was conducted on 100 students who met the criteria. This research uses blood pressure measurements and the Food Frequency Questionnaire (FFQ) questionnaire which uses a scoring system, then put into three categories, namely insufficient, sufficient and excessive. Data will be tested statistically using the Chi-square method.*

**Results:** *Among 100 respondents, 67.3% were female respondents with the majority of respondents aged 20 years old (52.5%). Data collection showed that the most common results were poor diet (65.3%) and normal blood pressure (75.2%). The results of statistical tests found that there was no significant relationship between the eating patterns of medical students who did not live with their parents and eating patterns ( $p=0.412$ ).*

**Conclusion:** *There is no relationship between diet and blood pressure in students at the Faculty of Medicine, Pelita Harapan University who do not live with their parents.*

**Keywords:** *diet, Food Frequency Questionnaire, changes in blood pressure, blood pressure measurement*