JURNAL ASRINI RAMBU DIKIK.docx

by fajar25062002@gmail.com 1

Submission date: 18-Sep-2024 10:52AM (UTC-0500)
Submission ID: 2457970989
File name: JURNAL_ASRINI_RAMBU_DIKIK.docx (56.42K)
Word count: 3289
Character count: 21251

Hubungan Kejadian Hipertensi Dengan Kadar Trigliserida Pada Pada Supir Bus Di Terminal Arjosari Kota Malang

Relationship Between The Incidence Of Hypertension And Triglyceride Levels In Bus Drivers At Arjosari Terminal, Malang City

ASRINI RAMBU DIKI
YENI AVIDHATUL HUSNAH
DIANA NOOR FATMAWATI

D3 Teknologi Laboratorium Medis, Stikes Maharani Malang
Jl. Akordion Selatan No. 8b, Kota Malang, Jawa Timur
Email: diananoor@stikesmaharani.ac.id

Abstrak

Tekanan darah tinggi merupakan salah satu masalah kesehatan yang sering muncul di masyarakat dan berkaitan dengan berbagai penyakit lain. Banyak faktor yang berkontribusi pada hipertensi, salah satunya adalah tingginya kadar trigliserida atau dikenal dengan hipertrigliseridemia. Trigliserida yan berlebihan dapat mengganggu proses lipogenesis. Proses lipogenesis ini sendiri menjadi salah satu penyebab hipertensi yang berasal dari asupan makanan, karena jenis makana khususnya protein dan lemak, memiliki peran penting dalam meningkatkan tekanan darah. Tujuan pe litian ini adalah untuk mengeksplorasi keterkaitan antara kadar trigliserida dan hipertensi. Penelitian ini merupakan penelitian analitik dengan desain crossectional dan melibatkan 21 sponden sebagai sampel. Pengumpulan data dilakukan melalui kuesioner, pengukuran tekanan darah, dan pemeriksaan kadar trigliserida. Pengukuran tekanan darah dilakukan secara manual, sedangkan pemeriksaan kadar trigliserida menggunakan metode GPO-P P dilaksanakan di laboratorium Puskesmas Bareng dengan bantuan spektrofotometer. Analisis data statistik menggunakan uji korelasi Pearson. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak terdapat hubun yang signifikan antara hipertensi dan kadar trigliserida, dengan nilai P yang diperoleh sebesar 0,766, yang lebih besar dari 0,05.

Kata Kunci : Hipertensi, Trigliserida, Metode GPO-PAP

Abstract

Hypert ion is a common health issue in society and is associated with various other diseases. Several factors contribute to the development of hypertension, one of which is abnormal triglyceride levels, also kno as hypertriglyceridemia. Elevated triglyceride levels can inhibit lipogenesis. Lipogenesis is one of the factors that contribute to hypertension through food intake, as diet plays a crucial rol n increasing blood pressure, particularly when it comes to protein and fat consumption. This study aims to explore the relationship tween triglyceride levels and hypertension. The research is analytical in nature, using a cross-sectional method with a sample of 21 respondents. Data were collected using questionnaires, measuring blood pressure and checking triglyceride levels. Blood pressure measurements were carried out manually and then examination of triglyceride levels using the GPO-PAP method was carr out in the Bareng Community Health Center laboratory using a spectrophotometer. The Pearson cor ation test showed no significant correlation between hypertension and triglyceride levels, with a significance value of P=0.766, greater than 0.05.

Keyword : *Hypertension, Triglycerides, GPO-PAP Method*

1. Pendahuluan

Malang, sebuah kota yang berada di Provinsi Jawa Timur, dihuni oleh sekitar 895.390 orang. Kota ini menempati posisi sebagai kota terbesar kedua di Jawa Timur. Pada tahun 2022, Malang mencatatkan sebanyak 228.720 kasus hipertensi (Dinkes, 2022). Tekanan darah tinggi, atau hipertensi, muncul ketika tekanan darah seseorang mencapai 140/90 mmHg atau lebih. Kondisi ini menjadi pemicu potensi kerusakan organ tubuh seperti otak, jantung, ginjal, retina, pembuluh darah utama (aorta), dan pembuluh darah perifer (Van Den Born et al., 2019). Faktor-faktor yang berkontribusi terhadap hipertensi meliputi kurangnya aktivitas fisik, pola makan tidak sehat, gaya hidup buruk, kebiasaan merokok, serta konsumsi minuman beralkohol. (Anang, 2018).

Menurut Riskesdas 2021, prevalensi hipertensi di Indonesia mencapai 34,1%, meningkat dari 25,8% pada 2013. Di Jawa Barat, prevalensi naik dari 34,5% pada 2018 menjadi 39,6% pada 2020 (Dinkes Jawa Barat, 2020). Sementara itu, pada 2022, prevalensi hipertensi di Jawa Timur mencapai 73,10% di antara penduduk usia 18 tahun ke atas. Perkiraan jumlah penderitanya sekitar 12.600.351 jiwa (Dinkes Jatim, 2022). Untuk mengurangi kasus tersebut, membutuhkan penanganan yang tepat agar kejadian hipertensi di Indonesia khususnya di Kota Malang dapat teratasi. Tekanan darah tinggi merupakan salah satu isu kesehatan yang umum ditemui di kalangan masyarakat. Berbagai faktor dapat memicu terjadinya kondisi ini, termasuk kadar trigliserida yang tidak dalam batas normal atau dikenal sebagai hipertrigliseridemia. (Febriyanti et al., 2021)

Trigliserida merupakan salah satu jenis lemak yang beredar dalam darah kita. Ini terbentuk dari pemecahan makanan berlemak yang kita konsumsi, dan kemudian diolah di hati. Setelah proses hidrolisis di usus, trigliserida diserap dan memasuki aliran darah, sebelum didistribusikan ke seluruh tubuh. Peran utama trigliserida adalah menyediakan energi dari kalori yang dikonsumsi. Kadar trigliserida yang dianggap normal adalah kurang dari 150 mg/dl, sedangkan tingkat yang lebih tinggi dibagi dalam kategori risiko: 150 – 199 mg/dl (batas tinggi), 200 – 499 mg/dl (tinggi), dan lebih dari 500 mg/dl (sangat tinggi), yang bisa berpotensi menyebabkan penyakit. (Muflihah, 2015)

Penelitian Rahmat (2014) pada pasien hipertensi menunjukkan hubungan signifikan antara kadar trigliserida dan hipertensi, dengan risiko meningkat 2,49 kali. Sebaliknya, Fitriyanti (2017) tidak menemukan hubungan yang signifikan antara kadar trigliserida dan hipertensi pada pasien di Puskesmas Mijen 1 Kota Demak.

Tekanan darah tinggi memengaruhi kadar lipid dalam darah melalui berbagai mekanisme, yang pada gilirannya meningkatkan kemungkinan terjadinya penyakit kardiovaskular, menurut temuan penelitian (Febriyanti *et al*., 2021) Kolesterol serum, trigliserida, dan kolesterol LDL memiliki hubungan yang signifikan dengan hipertensi. Akumulasi lemak dalam darah dapat memicu peningkatan tekanan darah. Ketika tekanan darah tinggi, jantung dipaksa bekerja lebih intens, mempercepat aliran darah, dan mengakibatkan pembuluh darah memberikan tekanan lebih besar pada dindingnya. Tekanan yang berlebihan ini dapat merusak jaringan pembuluh darah, sehingga memudahkan penumpukan lemak. Hipertensi merupakan salah satu masalah kesehatan yang sering ditemukan dalam masyarakat. Faktor penyebab hipertensi sangat beragam, dengan hipertrigliserida atau kadar trigliserida yang tinggi sebagai salah satu penyebabnya (Febriyanti et al., 2021). Tekanan darah tinggi cenderung muncul rata-rata setelah usia 30 tahun, baik pada orang dewasa maupun lansia, tanpa memandang seberapa aktif mereka. Kurangnya aktivitas fisik dapat menyebabkan penumpukan lemak dalam darah, yang kemudian memengaruhi metabolisme lemak dan mengganggu sirkulasi darah. Salah satu profesi yang berisiko mengalami hipertensi adalah sopir bus. (Laurensia *et al*., 2022)

Pengemudi bus merupakan suatu pekerjaan yang memiliki resiko tertularnya berbagai penyakit akibat kerja dan lingkungan seperti tekananan darah tinggi, insomnia, dan asma. Penelitian yang dilakukan oleh BBTKLPP (Balai Besar Teknik Kesehatan Lingkungan Dan Pengendalian Penyakit) pada tahun 2022 mengungkapkan bahwa supir bus di Kota

Cilegon mengalami berbagai masalah kesehatan, termasuk hipertensi. Selain hipertensi, supir bus juga menghadapi masalah kesehatan lain seperti kadar gula darah yang tinggi, kolesterol tinggi, obesitas, kelebihan berat badan, dan kelebihan lemak tubuh, yang semuanya dapat meningkatkan risiko penyakit jantung koroner. Pengemudi bus adalah salah satu kelompok yang rentan terhadap hipertensi (Prima, GA. et al., 2019). Pekerjaan mereka, yang minim aktivitas fisik, banyak duduk, dan jarang berolahraga, serta kebiasaan tidur yang buruk, turut memperparah kondisi tersebut. Idealnya, orang dewasa membutuhkan waktu tidur antara 7-9 jam per malam (Damayanti et al., 2019). Selain itu, gaya hidup tidak sehat, seperti merokok dan konsumsi lemak berlebih, dapat meningkatkan kadar lemak tubuh secara signifikan.

2. Metode

Rancangan penelitian yang di gunakan dalam metode ini yaitu *cross sectional*. Desain penelitiannya kualitatif untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara hipertensi dengan kadar trigliserida. Pengambilan sampel di lakukan di Terminal Arjosari Kota Malang dan pemeriksaan sampel di lakukan di Puskesmas Bareng Kota Malang. Penelitian ini melibatkan 25 individu yang mengalami hipertensi sebagai subjek, yang dipilih sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi yang telah ditentukan. Metode pengambilan sampel yang diterapkan adalah purposive sampling.

Untuk penelitian ini, digunakan berbagai alat seperti perangkat untuk mengukur tekanan darah, alat untuk pengambilan sampel darah, fotometer, serta centrifuge. Bahan yang diperlukan mencakup serum darah dan reagen trigliserida. Sampel darah kemudian diproses menggunakan centrifuge pada kecepatan 3000 rpm selama 10 menit. Penelitian itu di sahkan oleh komisi etik penelitian kesehatan No:2158/KEPK/STIKES-NHM/V/2024

3. Hasil dan Pembahasan

Hasil

Berdasarkan hasil pengukuran tekanan darah dan pemeriksaan kadar trigliserida pada 21 responden yang berjenis kelamin laki-laki di peroleh nilai yaitu:

Tabel 1 Nilai Pengecekan Tekanan Darah dan Trigliserida

Hasil Pemeriksaan	Normal		Abnormal		Total	
Hipertensi	n	%	n	%	n	%
Tinggi			10	46,7%		
Hipertensi Derajat 1				9,5%	21	100%
Hipertensi Derajat 2			9	42,9%		
Trigliserida	10	47,6%	11	52,4%	21	100%

(Sumber: Data Primer, 2024)
n: jumlah responden
%: persentase

Menurut data penelitian, terdapat 10 responden, atau 47,6% dari total, yang mengalami hipertensi, hipertensi derajat 1 sebanyak 2 (9,5%) responden dan hipertensi derajat 2 sebanyak 9 (42,9%) responden dan jumlah responden yang memiliki kadar trigliserida abnormal sebanyak 11 (52,4%), jumlah responden yang memiliki kadar trigliserida normal sebanyak 10 (47,6%) dari 21 responden.

Tabel 2 Sebaran Frekuensi Berdasarkan Rentang Umur

Usia	Frekuensi	Persentase
30-40	4	19,0 %
41-50	6	28,6 %
51-60	8	38,1 %
61-70	3	14,3 %
Total	21	100 %

(Sumber: Data Primer, 2024)

Merujuk pada Tabel 2 yang menunjukkan distribusi karakteristik responden menurut usia, ditemukan bahwa dari kelompok usia 30-40 tahun terdapat 4 orang (19,0%) yang mengalami hipertensi, sedangkan pada kelompok usia 41-50 tahun, ada 6 orang (28,6%) dengan kondisi serupa, 51-60 tahun sebanyak 8 (38,1%) responden dan 61-70 tahun sebanyak 3 (14,3%). Dari data tersebut menunjukan bahwa lebih banyak respoonden dengan usia 51-60 tahun yaitu sebanyak 8 (38,1 %,) responden.

Tabel 3 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Konsumsi Makanan Berlemak

Konsumsi Makanan Berlemak	Frekunsi	Persentase
Ya	19	90,5 %
Tidak	2	9,5 %
Total	21	100 %

(Sumber: Data Primer, 2024)

Berdasarkan Tabel 3, dapat terlihat bahwa mayoritas responden, yakni 19 orang (90,5%), mengonsumsi makanan berlemak, sementara hanya 2 orang (9,5%) yang tidak mengonsumsi makanan tersebut.

Tabel 4 Penyebaran Frekuensi Fitur Responden Berdasarkan Kebiasaan Berolahraga.

Olahraga	Frekuensi	Persentase
Ya	5	23,8 %
Tidak	16	76,2 %
Total	21	100 %

(Sumber: Data Primer, 2024)

Menurut Tabel 4, terdapat 5 responden (28,3%) yang rutin berolahraga, sementara 16 responden lainnya (76,2%) tidak melakukan aktivitas fisik secara teratur.

Tabel 5 Frekuensi Pembagian Karakteristik Responden Berdasarkan Pola Kebiasaan Merokok

Jumlah Batang Rokok Perhari	Frekuensi	Persentase
<10 batang/hari	14	66,7 %
>11batang/hari	7	33,3 %
Total	21	100 %

(Sumber: Data Primer, 2024)

Tabel 5 mengindikasikan bahwa mayoritas responden, sebanyak 14 orang (66,7%), mengonsumsi kurang dari 10 batang rokok, sementara 7 orang (76,2%) lainnya mengisap lebih dari 11 batang rokok.

Tabel 6 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Acuan Waktu Istirahat

Durasi tidur	Frekuensi	Persentase
2-5 jam	21	100 %
6-7 jam	0	0 %
Total	21	100 %

(Sumber: Data primer, 2024)

Berdasarkan tabel 6, terlihat bahwa semua responden tidur selama 2-5 jam, dengan jumlah responden yang mencakup 21 orang atau 100% dari total.

Tabel 7 Hasil Uji *Person Correlation* Hubungan Hipertensi Dengan Kadar Trigliserida

Correlations

		hipertensi	Trigliserida
Hipertensi	Pearson Correlation	1	-.069
	Sig. (2-tailed)		.766
	N	21	21
Trigliserida	Pearson Correlation	-.069	1
	Sig. (2-tailed)	.766	
	N	21	21

	N	Kofisien korelasi (r)	P
Hipertensi	21	-0,069	0,766
Trigliserida	21	-0,069	0,766

(Sumber: Data Primer, 2024)

Berdasarkan tabel 7 dari analisis, tampak bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara hipertensi dan kadar trigliserida, yang ditunjukkan oleh nilai signifikansi yang lebih tinggi dari batas normal (P>0,0[illegible] Hasil analisis menunjukkan P=0,766 dengan koefisien korelasi Pearson sebesar -0,069, yang mengindikasikan adanya hubungan negatif yang sangat lemah antara kedua variabel tersebut.

Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi keterkaitan antara kejadian hipertensi dan kadar trigliserida pada pengemudi bus yang bekerja di Terminal Arjosari, Kota Malang. Dalam studi ini, diambil 21 responden yang mengalami tekanan darah tinggi. Proses pengambilan sampel dilakukan di Terminal Arjosari, sementara analisis sampel dilaksanakan di laboratorium Puskesmas Bareng.

Tabel 1 menunjukkan hasil pengukuran tekanan darah dan kadar trigliserida pada sopir bus. Dari pemeriksaan yang dilakukan terhadap 21 responden pria dengan hipertensi, ditemukan bahwa 11 di antaranya memiliki kadar trigliserida tinggi, sedangkan 10 responden lainnya berada dalam kisaran normal. Data ini mengindikasikan bahwa jumlah sopir dengan kadar trigliserida yang abnormal lebih tinggi dibandingkan dengan yang memiliki kadar normal.

Berdasarkan tabel 2 dari hasil distribusi karakteristik frekuensi menunjukan bahwa usia pasien dengan tekanan darah tinggi lebih banyak pasien dengan umur 51-60 tahun sebanyak 8 responden (38,1 %). Menurut (Watsuke *at al*,2018) Ketika seseorang melampaui usia 50 tahun, kadar trigliserida dalam darah biasanya mengalami peningkatan. Hal ini disebabkan oleh berkurangnya aktivitas fisik seiring bertambahnya usia, serta melambatnya laju

metabolisme tubuh yang berhubungan dengan penurunan fungsi organ-organ tubuh. Aktivitas fisik yang minim dan pola makan yang kurang baik berpotensi menyebabkan penumpukan lemak, yang pada akhirnya memicu peningkatan trigliserida. Kadar trigliserida yang tinggi dapat menjadi faktor risiko signifikan untuk hipertensi, karena penumpukan lemak ini dapat menyumbat aliran darah dan meningkatkan risiko penyakit kardiovaskular (Damayanti, 2019)

Tabel 3 mengindikasikan bahwa mayoritas responden, yaitu 19 orang (95%), mengonsumsi makanan berlemak. Damayanti (2019) menyebutkan bahwa salah satu faktor yang mempengaruhi kadar trigliserida adalah kebiasaan mengonsumsi makanan berlemak. Makanan jenis ini mengandung trigliserida yang dapat menyebabkan peningkatan kadar trigliserida. Widyastuti (2016) juga menemukan bahwa konsumsi makanan berlemak (lemak jenuh) yang melebihi 7% dari total energi harian dapat mempercepat peningkatan kadar trigliserida.

Penelitian yang telah di lakukan menunjukan hampir semua responden mengonsumsi makanan berlemak. Di karenakan tntutan pekerjaan sehingga mereka sering mengabaikan pola makan. Pada penelitian ini terdapat 2 responden yang tidak mengonsumsi makanan berlemak di karenakan responden tersebut memiliki riwayat hiperkolestrol. Mengonsumsi makanan tinggi lemak secara berlebih merupakan faktor utama terjadinya peningkatan trigliserida yang menyebabkan plak sehingga peredaran darah dalam tubuh terganggu dan dapat memicu terjadinya peningkatan tekanan darah.

Berdasarkan tabel 4 jumlah responden yang mempunyai rutinitas berolahraga sebanyak 5 responden dan sebagian responden tidak berolahraga sebanyak 16 responden. Menurut Saputri Ekas (2019), Aktivitas olahraga dapat menurunkan/menyeimbangi kadar trigliserida di dalam tubuh. Supir bus di terminal Arjosari Kota Malang rata-rata tidak melakukan olahraga. Berdasarkan penelitian dari pernyataan responden mengatakan bahwa mereka lebih memilih terus bekerja dari pada melakukan olahraga. Kurangnya aktivitas fisik seperti olahraga juga menjadi faktor pendukung peningkatan kadar trigliserida karena supir lebih banyak duduk dari pada kegiatan fisik. Pada penelitian ini terdapat 5 responden yang sering melakukan olahraga, Berdasarkan hasil pengamatan yang dilakukan oleh peneliti, diketahui bahwa responden yang secara teratur berolahraga memiliki riwayat tekanan darah tinggi. Salah satu penyebab dari tekanan darah tinggi ini adalah kadar trigliserida yang tidak normal atau dikenal juga dengan hipertrigliseridemia.

Berdasarkan tabel 5 menunjukan sebagian responden merokok kurang dari 10 batang sebanyak 14 responden (66,7%) sedangkan yang merokok lebih dari 11 batang sebanyak 7 responden (33,3%). Pada penelitian ini responden lebih banyak yang mengonsumsi rokok kurang dari 10 batang. Dari hasil penelitian mengonsumsi rokok juga merupakan faktor yang sangat mempengaruhi kadar trigliserida dan hipertensi. Berdasarkan penelitian di lapangan ternyata responden sangat ketergantungan dengan rokok, bahkan itu merupakan hal yang wajar bagi mereka, tanpa mereka sadari bahwa merokok sangat mempengaruhi kesehatan karena asap rokok memiliki bahan kimia yang beracun salah satunya karbon monoksida (CO). Berhenti merokok merupakan langkah krusial untuk mengurangi risiko dan memperbaiki kesehatan secara keseluruhan.

Berdasarkan tabel 6 menunjukan bahwa durasi tidur keseluruh responden yaitu 2-5 jam. Berdasarkan analisis frekuensi durasi tidur responden, dapat disimpulkan bahwa semua peserta mengalami kualitas tidur yang buruk, dengan durasi tidur di bawah 7 jam. Hanne et al. (2020) mengungkapkan bahwa tidur kurang dari 7 jam dapat mengganggu sistem hormon, mengakibatkan penurunan sekresi leptin dan peningkatan ghrelin, yang pada akhirnya akan meningkatkan nafsu makan. Peningkatan nafsu makan ini berpotensi menyebabkan penumpukan lemak, sehingga kadar trigliserida dapat meningkat. Pada kasus supir bus, gangguan tidur selama jam kerja dapat meningkatkan stres psikososial dan mengubah pola makan, yang pada gilirannya dapat memicu kenaikan tekanan darah.

Data yang di ambil pada penelitian ini yaitu supir bus yang memiliki tekanan darah tinggi. Di lihat dari pola makan aktivitas yang sering mereka lakukan rata-rata supir bus di Terminal Arjosari Kota Malang kurang memperhatikan pola hidup, Akibatnya, terjadi

lonjakan tekanan darah. Penelitian menunjukkan bahwa banyak orang tidak menyadari mereka menderita tekanan darah tinggi. Hal ini disebabkan karena hipertensi seringkali tidak menampilkan gejala yang jelas, sehingga rasa pusing dan kelelahan sering dianggap sebagai hal yang biasa. Peningkatan hipertensi jika tidak di tangani dapat menimbulkan gangguan kesehatan seperti serangan jantung.

Tabel 7 hari hasil analisa menunjukan bahwa hipertensi dengan kadar trigliserida tidak memiliki hubungan yang signifikan artinya nilai signifikannya di atas nilai normal (<0,05) sedangkan hasil yang di dapatkan yaitu 0,766 dengan nilai *person correlation* -0,069 artinya bentuk hubungan antara kedua variabel ini negatif dengan derajat hubungan korelasi sangat lemah. Analisis korelasi digunakan untuk mengidentifikasi arah dan intensitas keterkaitan antara dua atau lebih variabel. Hubungan ini bisa bersifat positif atau negatif, dan kekuatan atau kelemahan hubungan yang dapat di tentukan dengan menghitung nilai kofisien korelasi, hal ini seperti yang di tunjukan oleh Sugiono (2017).

Tingkat trigliserida yang wajar bisa terjadi pada individu dengan tekanan darah normal maupun yang mengalami hipertensi. Sebaliknya, trigliserida tinggi bisa ditemukan baik pada pasien dengan tekanan darah normal maupun yang memiliki hipertensi. Pengaruh ini bisa disebabkan oleh bias dalam penelitian yang melibatkan faktor genetika dan pola hidup. Temuan ini sejalan dengan studi Fitriyanti (2017) yang dilakukan di puskesmas Mijen 1 Kota Demak, yang menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan signifikan antara kadar trigliserida dan hipertensi. Jadi, meskipun hipertensi sering ditemukan bersamaan dengan kadar trigliserida yang tinggi, keduanya tidak selalu berkaitan secara signifikan, hubungan langsung antara keduanya tidak sepenuhnya jelas karena keterlibatan banyak faktor lain sperti obat-obatan, faktor lingkungan, dan mekanisme yang berbeda.

4. Simpulan dan Saran

Simpulan

Berdasarkan pemeriksaan yang telah di lakukan pada 21 responden supir bus di Terminal Arjosari Kota Malang, mengungkap bahwa kadar trigliserida dan tekanan darah tinggi tidak ing memengaruhi secara signifikan. Analisis menggunakan uji korelasi Pearson menunjukkan nilai P=0,0766 yang lebih besar dari 0,05, serta nilai korelasi Pearson sebesar -0,069. Hal ini mengindikasikan bahwa tidak terdapat hubungan yang kuat antara kedua variabel tersebut, bahkan terbilang sangat lemah.

Saran

Untuk individu, terutama mereka yang berprofesi sebagai sopir bus, bisa mempertahankan kadar trigliserida dan mengatasi hipertensi dengan cara mengurangi konsumsi makanan tinggi lemak, meningkatkan aktivitas fisik, memastikan waktu tidur yang memadai, serta menjauhi kebiasaan merokok.

Bagi peneliti selanjutnya di harapkan menggunakan responden yang memiliki kadar trigliserida tinggi agar dapat mengetahui hubungan kedua variabel tersebut.

5. Daftar Pustaka

Agustina, R., & Raharjo, B. B. (2020). Faktor Risiko Yang Berhubungan Dengan Kejadian Hipertensi Usia Produktif (25-54 Tahun). *Unnes Journal of Public Health*, *4*(4), 146–158. https://doi.org/10.15294/ujph.v4i4.9690

Aini, N., Khasanah, H., Setiyawati, M., & Bus, S. (2020). *HUBUNGAN DURASI TIDUR DENGAN KADAR TRIGLISERIDA risiko penyakit jantung koroner dan pembuluh darah (Sawant et al ., 2020). Kadar trigliserida normal dalam darah adalah sedangkan Trigliserida atau memiliki nama lain triasilgliserol merupakan salah satu j*. 122–131.

Dinkes. (2022). *PROFIL KESEHATAN KOTA MALANG TAHUN 2022*. Profil Kesehatan Malang. https://dinkes.malangkota.go.id/wp-content/uploads/sites/104/2023/08/profilkes-kota-malang-2022.pdf

Djafar, M. &. (2021). Konsep Hipertensi. *Gastronomía Ecuatoriana y Turismo Local.*, *1*(69), 5–24.

Febriyanti, M., Sulistyani, S., Mahmudah, N., & Rosyidah, D. U. (2021). Hubungan Antara Kadar Trigliserida Dan Hipertensi Terhadap Lamanya Rawat Inap Pasien Stroke Iskemik. *Proceeding Book National Symposium and Workshop Continuing Medical Education XIV*, 889–901.

Hardisari, R., & Koiriyah, B. (2021). Gambaran Kadar Trigliserida (Metode Gpo-Pap) Pada Sampel Serum dan Plasma EDTA. *Jurnal Teknologi Laboratorium*, *5*, 27–31.

Iii, B. A. B., Jenis, A., & Penelitian, D. (2014). *30 Poltekkes Kemenkes Yogyakarta*. *September 2019*, 30–41.

Kusnan, A. (2022). Pengaruh Teh Hijau Dalam Menurunkan Tekanan Darah: Systematic Review. *NURSING UPDATE: Jurnal Ilmiah Ilmu Keperawatan P-ISSN: 2085-5931 e-ISSN: 2623-2871*, *13*(1), 69–79.

Laurensia, L., Destra, E., Saint, H. O., Syihab, M. A. Q., & Ernawati, E. (2022). Program Intervensi Pencegahan Peningkatan Kasus Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Sindang Jaya. *E-Amal: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, *2*(2), 1227–1232. https://doi.org/10.47492/eamal.v2i2.1472

Manikam, C. G., Tulus, A., & Santosa, B. (2022). Perbedaan Hasil Pemeriksaan Kadar Trigliserida Sampel Serum Dan Plasma EDTA. *PhD Thesis Muhammadiyah University of Semarang*, 8–25.

Niland, N., Pearce, A. P., Naumann, D. N., O'Reilly, D., Series, P. B., Sataloff, R. T., Johns, M. M., Kost, K. M., Orsini, R. J., Medicine, T., Kalkman, J. P., Sataloff, R. T., Johns, M. M., Kost, K. M., Maiti, Bidinger, Assistance, H., Mitigate, T. O., Eroukhmanoff, C., & Licina, D. (2020). metabolisme trigliserida dalam darah. *Global Health*, *167*(1), 1–5. https://www.e-ir.info/2018/01/14/securitisation-theory-an-introduction/

Pravitasari, H. F., Mahmuda, I. N. N., Jatmiko, S. W., & Nursanto, D. (2021). Hubungan Tekanan Darah, Kolestrol Total dan Trigliserida terhadap Pasien STEMI dan NSTEMI. *Publikasi Ilmiah UMS*, 243–256. https://publikasiilmiah.ums.ac.id/xmlui/handle/11617/12632

Silmi, S. (2021). Metoda Penelitian. *Bab III Metoda Penelitian*, *Bab iii me*, 1–9.

Te'ne, C. A., & Karjadidjaja, I. (2020). Hubungan overweight dan obesitas terhadap hipertensi pada pengemudi bus antar kota PT GM Jakarta. *Tarumanagara Medical Journal*, *2*(1), 14–19. https://doi.org/10.24912/tmj.v2i2.7831

Tresia, Y. (2022). *Gambaran Trigliserida Pada Mahasiswa Obesitas Pengonsumsi Junk Food Systematic Review Yohana Tresia Pasaribu Prodi D-Iii Jurusan Teknologi Laboratorium Medis Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan Tahun 2022*.

JURNAL ASRINI RAMBU DIKIK.docx

ORIGINALITY REPORT

20%	18%	9%	2%
SIMILARITY INDEX	INTERNET SOURCES	PUBLICATIONS	STUDENT PAPERS

PRIMARY SOURCES

1	repository.stikesbcm.ac.id Internet Source	2%
2	publikasiilmiah.ums.ac.id Internet Source	1%
3	www.scribd.com Internet Source	1%
4	www.husadamahakam.poltekkes-kaltim.ac.id Internet Source	1%
5	journal.inspira.or.id Internet Source	1%
6	docplayer.info Internet Source	1%
7	repository.upnvj.ac.id Internet Source	1%
8	scholar.unand.ac.id Internet Source	1%
9	Submitted to Aristotle University of Thessaloniki Student Paper	1%

10	eprints.umg.ac.id Internet Source	1 %
11	lib.ibs.ac.id Internet Source	1 %
12	jurnal.iainponorogo.ac.id Internet Source	<1 %
13	absi.maksi.feb.ugm.ac.id Internet Source	<1 %
14	ejournal.uika-bogor.ac.id Internet Source	<1 %
15	I Gusti Ngurah Oko Surya Wirawan, IGP Winangun, Alfian Muhajir, Yolly Dahlia. "Hubungan Pola Makan dan Tingkat Stres terhadap Hipertensi pada Lansia di Puskesmas Cakranegara Kota Mataram", MAHESA : Malahayati Health Student Journal, 2023 Publication	<1 %
16	pealtwo.wordpress.com Internet Source	<1 %
17	republika.co.id Internet Source	<1 %
18	www.genartpulse.com Internet Source	<1 %

19	Submitted to Badan PPSDM Kesehatan Kementerian Kesehatan Student Paper	<1 %
20	duniafitnes.co.id Internet Source	<1 %
21	ejurnal.ung.ac.id Internet Source	<1 %
22	repo.stikesbuleleng.ac.id Internet Source	<1 %
23	Uun Nurulhuda, Bara Miradwiyana. "Pengaruh Pemberian Teh Rosella Dengan Madu Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pasien Hipertensi Primer", Journal of Health and Cardiovascular Nursing, 2021 Publication	<1 %
24	id.123dok.com Internet Source	<1 %
25	repository.stiewidyagamalumajang.ac.id Internet Source	<1 %
26	repository.unhas.ac.id Internet Source	<1 %
27	takafuljuaradunia.wordpress.com Internet Source	<1 %
28	text-id.123dok.com Internet Source	<1 %

29	123dok.com Internet Source	<1 %
30	Audry Zesika Putri. "HIPERTENSI DALAM KEHAMILAN", Open Science Framework, 2023 Publication	<1 %
31	digilib.stikesmaharani.ac.id Internet Source	<1 %
32	ecampus.poltekkes-medan.ac.id Internet Source	<1 %
33	repository.lp4mstikeskhg.org Internet Source	<1 %
34	repository.um.ac.id Internet Source	<1 %
35	www.sciencegate.app Internet Source	<1 %
36	Agus Alamsyah, Ikhtiaruddin Ikhtiaruddin, Yuyun Priwahyuni, Christine VGB. "Peningkatan Pengetahuan Masyarakat Dalam Pencegahan Hipertensi Serta Pengukuran Tekanan Darah Untuk Deteksi Dini Hipertensi", Jurnal Pengabdian Kesehatan Komunitas, 2021 Publication	<1 %
37	Rosiana Eva Rayanti, R. L. N. K.Retno Triandhini, Debby Helda Sentia. "HUBUNGAN KONSUMSI GARAM DAN TEKANAN DARAH	<1 %

PADA WANITA DI DESA BATUR JAWA TENGAH", MEDIA ILMU KESEHATAN, 2020
Publication

38	french.abacademies.org Internet Source	<1%
39	www.reportworld.co.kr Internet Source	<1%
40	www.repository.trisakti.ac.id Internet Source	<1%
41	Bernatara Aulia Putri, Yenny Moviana, Nitta Isdiany, Yohannes Willihelm Saleky. "PENGARUH PEMBERIAN JUS BUAH NAGA MERAH DAN BIJI CHIA TERHADAP KADAR KOLESTEROL TOTAL PENDERITA HIPERKOLESTEROLEMIA", Jurnal Gizi dan Dietetik, 2023 Publication	<1%
42	Marlina Kamelia, Tantri Subo Marmanik, Rina Budi Satiyarti, Nurhaida Widiani, Aulia Novitasari. "Korelasi Perilaku Merokok Dengan Kesehatan Masyarakat Desa Tegal Mukti", Jurnal Medika Malahayati, 2022 Publication	<1%
43	Nur Haedah. "STUDI KASUS PADA KELUARGA Ny.'S' DENGAN HIPERTENSI DIKELURAHAN BAROMBONG KECAMATAN TAMALATE KOTA	<1%

MAKASSAR", JURNAL ILMIAH KESEHATAN SANDI HUSADA, 2018
Publication

44	docobook.com Internet Source	<1%

Exclude quotes	Off	Exclude matches	Off
Exclude bibliography	On		

JURNAL ASRINI RAMBU DIKIK.docx

PAGE 1

PAGE 2

PAGE 3

PAGE 4

PAGE 5

PAGE 6

PAGE 7

PAGE 8