

ABSTRAK

Tekanan darah dapat disebabkan oleh obesitas sentral karena penumpukan lemak abdominal di dalam perut. Faktor penyebab tekanan darah tinggi dapat berasal dari asupan protein hewani yang berlebih dapat menjadi kolesterol hingga menyebabkan tekanan darah tinggi. Rendahnya protein nabati dapat menyebabkan tekanan darah tinggi karena hiperkolesterolemia. Tujuan penelitian ini untuk menganalisis hubungan lingkar perut, asupan protein hewani dan nabati dengan tekanan darah pada wanita dewasa di Wilayah RW 02 Ploso Surabaya.

Penelitian ini menggunakan desain penelitian deskriptif dengan metode pendekatan *cross sectional*. Sampel sebanyak 56 wanita dewasa menggunakan teknik *systematic purposive sampling*. Instrumen penelitian menggunakan pengukuran lingkar perut dengan *medline*, form Semi *Quantitative Food Frequency Questionnaire* (SQ-FFQ), pengukuran tekanan darah dengan *sphygmomanometer*.

Analisis data yang digunakan yaitu uji korelasi *Spearman* dengan tingkat signifikan $\alpha = 0,05$. Lingkar perut responden mayoritas >80 cm sebanyak 57,1%. Asupan protein hewani responden mayoritas lebih berjumlah 23 orang (41,1%). Asupan protein nabati responden mayoritas kurang berjumlah 32 orang (57,1%). Tekanan darah responden mayoritas pre-hipertensi sejumlah 41 orang (73,2%). Terdapat hubungan signifikan antara lingkar perut dengan tekanan darah sistole p -value = 0,004. Tidak terdapat hubungan signifikan antara asupan protein hewani dengan tekanan darah sistole p -value = 0,839. Tidak terdapat hubungan signifikan antara asupan protein nabati dengan tekanan darah sistole p -value = 0,180.

Kata Kunci : Lingkar Perut, Protein Hewani, Protein Nabati, Tekanan Darah