

RINGKASAN

Hubungan Kualitas Asupan Antioksidan dengan Status Gizi dan Hipertensi pada Orang Dewasa di Kelurahan Summersari, Violince Eirine, NIM G42220753, Tahun 2026, 96 halaman, Kesehatan, Politeknik Negeri Jember, Miftahul Jannah, S.Gz., M.Gizi (Pembimbing Utama).

Hipertensi dan status gizi tidak normal merupakan masalah kesehatan yang prevalensinya terus meningkat dan menjadi faktor risiko berbagai penyakit tidak menular. Berdasarkan data nasional, prevalensi hipertensi pada orang dewasa masih tergolong tinggi dan menjadi salah satu penyebab utama terjadinya komplikasi penyakit kardiovaskular. Selain itu, status gizi tidak normal, baik gizi lebih maupun obesitas, juga terus mengalami peningkatan dan berkaitan erat dengan kejadian hipertensi. Salah satu faktor yang berperan dalam menjaga kesehatan tubuh dan mencegah terjadinya penyakit tidak menular adalah kualitas asupan antioksidan. Antioksidan berfungsi menangkal radikal bebas dan mengurangi stres oksidatif yang dapat menyebabkan kerusakan sel serta memicu berbagai gangguan kesehatan, termasuk hipertensi. Kualitas asupan antioksidan dapat dinilai menggunakan *Dietary Antioxidant Quality Score* (DAQS) yang mencakup asupan vitamin A, vitamin C, vitamin E, selenium, dan zinc. Konsumsi antioksidan yang tidak adekuat dalam jangka panjang dapat meningkatkan stres oksidatif dan berkontribusi terhadap gangguan kesehatan pada orang dewasa.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan kualitas asupan antioksidan dengan status gizi dan hipertensi pada orang dewasa di Kelurahan Summersari. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif observasional analitik dengan desain *cross-sectional*, yaitu penelitian yang bertujuan untuk menganalisis hubungan antarvariabel tanpa memberikan perlakuan atau intervensi kepada responden. Populasi penelitian ini adalah seluruh orang dewasa berusia 18–59 tahun yang berada di Kelurahan Summersari. Sampel penelitian berjumlah 108 responden yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi yang telah ditentukan. Penelitian

dilaksanakan pada bulan Januari–Maret 2026 di Kelurahan Summersari, Kabupaten Jember.

Kualitas asupan antioksidan diukur menggunakan *Semi Quantitative Food Frequency Questionnaire* (SQ-FFQ) dan dihitung menggunakan *Dietary Antioxidant Quality Score* (DAQS). Status gizi ditentukan berdasarkan Indeks Massa Tubuh (IMT), sedangkan hipertensi diukur menggunakan *sphygmomanometer* digital. Analisis data dilakukan menggunakan uji Chi-Square dengan tingkat signifikansi 95% ($\alpha=0,05$). Karakteristik responden menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki status gizi tidak normal sebanyak 68 orang (63,0%), mengalami hipertensi sebanyak 65 orang (60,19%), dan memiliki kualitas asupan antioksidan yang sesuai anjuran sebanyak 62 orang (57,4%).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara kualitas asupan antioksidan dengan status gizi ($p=0,429$). Namun, terdapat hubungan yang signifikan antara kualitas asupan antioksidan dengan hipertensi ($p=0,012$). Responden dengan kualitas asupan antioksidan yang tidak sesuai anjuran memiliki risiko mengalami hipertensi sebesar 1,574 kali lebih tinggi dibandingkan responden dengan kualitas asupan antioksidan yang sesuai anjuran ($PR=1,574$; 95% $CI=1,142-2,168$). Tidak ditemukannya hubungan antara kualitas asupan antioksidan dan status gizi dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor lain yang tidak diteliti, seperti total asupan energi, aktivitas fisik, kebiasaan hidup, serta faktor genetik yang memiliki pengaruh lebih besar terhadap status gizi seseorang. Sementara itu, adanya hubungan antara kualitas asupan antioksidan dan hipertensi menunjukkan bahwa asupan antioksidan yang baik berperan dalam mengurangi stres oksidatif yang berkaitan dengan peningkatan tekanan darah. Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan antara kualitas asupan antioksidan dengan status gizi, tetapi terdapat hubungan yang signifikan antara kualitas asupan antioksidan dengan hipertensi pada orang dewasa di Kelurahan Summersari. Oleh karena itu, peningkatan konsumsi makanan sumber antioksidan seperti buah dan sayur perlu dilakukan sebagai upaya pencegahan hipertensi dan peningkatan kesehatan masyarakat.