

**HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI PADA
LANSIA DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS JELBUK**

SKRIPSI



Oleh:

AJI DWI HARJANTO

NIM. 23102229

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS dr. SOEBANDI
2025**

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi yang berjudul Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Jelbuk Jember telah diuji dan disahkan oleh Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan pada:

Nama : Aji Dwi Harjanto
NIM : 23102229
Hari, Tanggal : Selasa 28 Juli 2025
Program Studi : Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas dr. Soebandi

Ketua Penguji

(Saiful Bahri, S.KM., M.Kes)
NIDN. 1983031004

Penguji II,

(Umi Sukowati, S.Kep., Ners., Sp.Mat)
NIDN. 8894401019

Penguji III,

(Wike Rosalini, S.Kep., Ns., M.Kes)
NIDN. 0708059102

Mengesahkan,

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan,

Universitas dr. Soebandi

(Ai Nur Zannah, S.ST., M.Keb)
NIK. 19891219 201309 2 038

HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI PADA LANSIA DIWILAYAH KERJA PUSKESMAS JELBUK

AJI DWI HARJANTO¹, Wike Rosalini²,

¹Program Studi Sarjana Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas dr. Soebandi Jember, email ajidwiharjanto0@gmail.com

*Korespondensi Penulis : 20010042@stikesdrsoebandi.ac.id

Received:

Accepted:

Published:

Abstrak

Pendahuluan: Hipertensi merupakan salah satu masalah kesehatan yang umum terjadi pada lansia dan dapat meningkatkan risiko komplikasi kardiovaskular. Pola makan yang tidak seimbang menjadi salah satu faktor risiko utama dalam perkembangan hipertensi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara pola makan dengan kejadian hipertensi pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Jelbuk. **Metode:** Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif dengan pendekatan *cross-sectional*. Sampel sebanyak 39 orang lansia yang berkunjung ke Puskesmas Jelbuk tanggal 20 Mei-30 Juni 2025 dengan menggunakan teknik *accidental sampling* kemudian ata dikumpulkan melalui kuesioner terkait pola makan dan pengukuran tekanan darah menggunakan alat tensimeter dan stetoskop yang telah terkalibrasi. Analisis data dilakukan menggunakan *spearman rho* untuk mengetahui hubungan antara pola makan dan kejadian hipertensi. **Hasil:** Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa 26 responden 66.7% pola makan pada lansia dinyatakan tidak baik. Pada uji korelasi didapatkan nilai $p\text{ value } 0,0001 < \alpha 0,05$, artinya H_0 ditolak dan H_a diterima, sehingga disimpulkan terdapat pengaruh pola makan terhadap penyebab hipertensi pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Jelbuk. **Diskusi:** Terdapat hubungan yang signifikan antara pola makan dengan penyebab hipertensi pada lansia di wilayah Kerja Puskesmas Jelbuk. Lansia diharapkan dapat menjaga pola makan yang baik untuk mengurangi resiko hipertensi pada lansia.

Kata Kunci: Pola Makan, Lansia, Hipertensi

Abstract

Introduction: Hypertension is a common health problem in the elderly and can increase the risk of cardiovascular complications. An unbalanced diet is a major risk factor for the development of hypertension. This study aims to determine the relationship between diet and the incidence of hypertension in the elderly in the Jelbuk Community Health Center area. **Objective:** This study was to determine the relationship between dietary patterns and the incidence of hypertension in the elderly in the Jelbuk Health Center work area, Jember Regency. **Method:** The method used in this study is the Quantitative Research Method. The number of samples is 39 elderly people with accidental sampling technique. The instrument in this study used a questionnaire to determine the eating patterns of elderly people with hypertension, where the questionnaire used by the researcher was a questionnaire that had been tested for validity and reliability. **Results:** The results of this study indicate that 26 respondents 66.7% of the diet in elderly were declared not good. In the correlation test, the $p\text{ value } 0.0001 < \alpha 0.05$, meaning H_0 was rejected and H_a was accepted, so it was concluded that there was a significant influence of diet on hypertension in the elderly in the Jelbuk Health Center work area. **Discussion:** There is a significant relationship between diet and the causes of hypertension in the elderly in the Health Center Work Area. Elderly are expected to maintain a good diet to reduce the risk of hypertension in the elderly.

Keywords: Diet, Elderly, Hypertension