

**HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI PADA
LANSIA DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS SIWALIMA KABUPATEN
KEPULAUAN ARU TAHUN 2022**

SKRIPSI

Diajukan kepada

Universitas Kristen Indonesia Maluku

Untuk memenuhi salah satu persyaratan

Dalam menyelesaikan program sarjana kesehatan masyarakat

OLEH

INGGRIYATI DJEROL

12113201180036

PEMINATAN EPIDEMIOLOGI

PROGRAM STUDI KESEHATAN MASYARAKAT

FAKULTAS KESEHATAN

UNIVERSITAS KRISTEN INDONESIA MALUKU

AMBON

TAHUN 2022

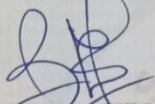
LEMBARAN PENGESAHAN

Skripsi ini telah dipertahankan dihadapan Panitia Penguji Skripsi Sarjana Fakultas Kesehatan Program Studi Kesehatan Masyarakat Universitas Kristen Indonesia Maluku.

Nama : Inggriyati Djerol
NPM : 12113201180036
Hari : Sabtu
Tanggal : 12 November 2022
Tempat : Ruang Rapat Fakultas Kesehatan

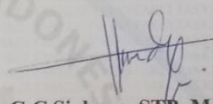
dan telah memenuhi syarat untuk diterima oleh Panitia Ujian Skripsi Sarjana.

Pembimbing I,



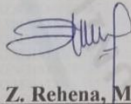
B. Talaripa, SKM., M.Kes
NIDN. 1207098501

Pembimbing II,



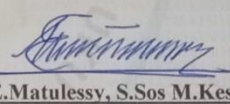
G.C. Siahaya, STP., M.Si
NIDN. 1216018301

Penguji I,



Dr. Z. Rehena, M.Kes
NIDN. 1229048001

Penguji II,



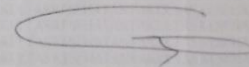
E. Matulesy, S.Sos M.Kes
NIDN. 0024056104

Mengesahkan
Dekan



B. Talaripa, SKM., M.Kes
NIDN. 1207098501

Mengetahui
Ketua Program Studi
Kesehatan Masyarakat



G.V. Souisa, S.Si, M.Kes
NIDN. 1201128802

MOTTO

*BELAJAR DARI BAWAH, SUPAYA KAMU TAHU
SESUSAH APA HIDUP INI.*

DAN

*JANGAN TERBURU-BURU KAUBUAT PERKARA
PENGADILAN. KARENA PADA AKHIRNYA APA
YANG*

*ENGKAU DAPAT LAKUKAN, KALAU SESAMU
TELAH MEMPERMALUKAN ENGKAU.*

Amsal 25 : 8

SURAT PENYATAAN TIDAK PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

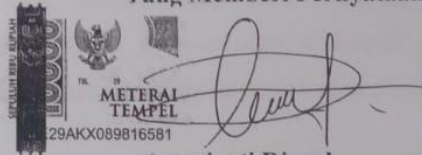
Nama : Inggriyati djerol
N P M : 12113201180036
Judul Skripsi : Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Siwalima Kepulauan Aru
Program Studi : Ilmu Kesehatan Masyarakat
Fakultas : Kesehatan

Dengan ini menyatakan bahwa :

1. Skripsi ini adalah skripsi orisinil sendiri melalui proses penelitian, dan di dalam karya tulis ini tidak terdapat karya atau pendapat orang lain, kecuali secara tertulis menyebutkan peneliti dari sumber aslinya atau dari sumber orang lain, sebagaimana tercantum dalam daftar pustaka.
2. Saya menyerahkan hak milik atas karya tulis ini kepada Universitas Kristen Indonesia Maluku berhak melakukan pengelolaan atas karya tulis ini sesuai dengan norma dan etika yang berlaku.
3. Pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya, dan apabila di kemudian hari terbukti tidak sesuai dnegan menerima sanksi akademik sesuai dengan norma yang berlaku di Universitas Kristen Indonesia Maluku dan perundang-undangan yang berlaku.

Ambon , Oktober 2022

Yang Memberi Pernyataan


METERAL TEMPEL
29AKX089816581

Inggriyati Djerol

NPM : 12113201180036

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Tuhan Yang Maha Kuasa, karena atas kasih dan karunianya yang diberikan kepada penulis sehingga dapat melaksanakan magang dan penyusunan penulisan karya ilmiah (Skripsi) ini sesuai dengan waktu yang ditentukan.

Penulis menyadari sungguh bahwa dalam penulisan ini masih jauh dari kesempurnaan, dan tanpa bantuan dari berbagai pihak, maka penulis tidak dapat menyelesaikan penulisan ini tepat pada waktunya.

penulis sampaikan terimakasih kepada seluruh pihak yang telah membantu penulis dalam melaksanakan program dan dalam menyusun Skripsi, terutama kepada:

1. Dr. Hengky Herzon Hetharia, M.Th selaku Rektor Universitas Kristen Indonesia Maluku
2. B. Talarima, SKM..M.Kes selaku Dekan Fakultas Kesehatan Universitas Kristen Indonesia Maluku - Ambon sekaligus dosen pembimbing I yang sudah membantu serta membimbing dalam penyusunan Skripsi ini.
3. G.C.Siahaya, STP., M.Si selaku dosen pembimbing II yang telah membantu dan membimbing dalam penyusunan Skripsi ini.
4. G.V.Souissa., S.Si., M.Kes selaku Ketua Program Studi Kesehatan Masyarakat.
5. Bapak dan Ibu Pembina mata kuliah di Program Studi Kesehatan Masyarakat Universitas Kristen Indonesia Maluku Yang telah memberikan banyak ilmu kepada penulis selama mengikuti perkuliahan.
6. Keluarga yang luar biasa terutama Papa dan Mama tersayang (Elsina Andong, Ribka Djerol dan Elia Djerol). Kaka adik yang kukasihi, kaka nejer, kaka noni, Soleman, Anita, koni, alen, yohanis, uchen serta mama ria dan bapa

melan yang telah memberikan banyak motivasi dan dukungan doa serta pengorbanan materi, waktu dan kesempatan selama perkuliahan penulisan.

7. Terima kasih juga penulis sampaikan kepada calon masa depan (Yordan Y Samloy,S.Pd) yang mana, telah membantu penulis banyak hal sehingga terselesainya Skrips ini.
8. Terima kasi juga buat Kaka-Kakak GMKI komisariat kesehatan ukim yang mana telah memberikan pengalaman organisasi kepada penulis sehingga dapat menjadi bekal nanti di masyarakat.
9. Terima kasih juga penulis sampaikan kepada adik-adik AKSUGA dan juga kk terkasih (kk icha,aldo,kak dian) yang dimana telah memberikan semangat dan turut membantu dalam proses pembuatan Skrips ini.

Akhirnya penulis menyampaikan terimakasih kepada semua pihak yang dengan berbagai macam cara dan perannya telah membantu penulis dalam proses penyusunan hingga terselesainya proposal ini. Penulis juga mengharapkan saran dan kritik yang dapat membantu perbaikan dan pengembangan Skrips ini. Semoga Skrips ini bisa memberi manfaat bagi pengembangan ilmu pengetahuan khususnya dalam bidang kesehatan.

Ambon, 28 November 2022

Penulis

DAFTAR ISI

Halaman

HALAMAN JUDUL	i
KATA PENGANTAR	ii
DAFTAR ISI	ii
DAFTAR TABEL	iv
BAB I. PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	6
C. Tujuan Penelitian	6
D. Manfaat Penelitian	7
BAB II. TINJAUAN PUSTAKA	
A. Tinjauan Umum Penyakit Hipertensi	8
B. Tinjauan Umum Tentang Pola Makan	18
C. Tinjauan Umum Tentang Variabel Penelitian	28
D. Kerangka Konsep Penelitian	34
E. Hipotesis Penelitian.....	34
BAB III. METODE PENELITIAN	
A. Jenis penelitian.....	36
B. Lokasi dan waktu	36
C. Populasi dan sampel.....	36
D. Variabel penelitian	39

E. Defenisi operasional.....	40
F. Instrument penelitian.....	42
G. Pengumpulan data.....	42
H. Pengolahan dan analisis data.....	43
I. Analisis Data.....	44

BAB IV. HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil	46
B. Pembahasan	56

BAB V. PENUTUP

A. Kesimpulan	62
B. Saran.....	62

DAFTAR PUSTAKA

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Klasifikasi tekanan darah menurut JNC VII.....	9
Tabel 2.2 Klasifikasi tekanan darah menurut WHO / ISH.....	10
Tabel 4.1 Karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin di wilayah kerja Puskesmas Siwalima Kabupaten Kepulauan Aru tahun 2022	48
Tabel 4.2 Karakteristik responden berdasarkan kelompok umur di wilayah kerja Puskesmas Siwalima Kabupaten Kepulauan Aru tahun 2022	49
Tabel 4.3 Karakteristik responden berdasarkan tekanan darah selama 1 bulan terakhir di wilayah kerja Puskesmas Siwalima Kabupaten Kepulauan Aru tahun 2022	50
Tabel 4.4 Distribusi Jenis makanan yang biasa di konsumsi responden selama 1 bulan di wilayah kerja Puskesmas Siwalima Kabupaten Kepulauan Aru tahun 2022	50
Tabel 4.5 Distribusi Jumlah makan responden selama 1 bulan di wilayah kerja Puskesmas Siwalima Kabupaten Kepulauan Aru tahun 2022.....	51
Tabel 4.6 Distribusi Frekuensi makanan pada Responden selama 1 bulan di wilayah kerja Puskesmas Siwalima Kabupaten Kepulauan Aru tahun 2022	52
Tabel 4.7 Hubungan Jenis makanan berdasarkan beresiko dan tidak beresiko pada lansia dengan kejadian hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Siwalima Kabupaten Kepulauan Aru tahun 2022	53
Tabel 4.8 Hubungan Jumlah makan berdasarkan sesuai dan tidak sesuai dalam jumlah porsi makan sehari dalam 1 bulan pada lansia dengan	

kejadian hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Siwalima Kabupaten Kepulauan Aru tahun 2022	54
Tabel 4.9 Hubungan frekuensi makan berdasarkan sering, jarang, dan tidak pernah dalam 1 bulan pada lansia dengan kejadian hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Siwalima Kabupaten Kepulauan Aru tahun	55

DAFTAR GAMBAR

Gambar Skema 2.1 kerangka konsep.....	34
Gambar 4.1 Puskesmas Siwalima.....	46
Gambar 4.2 Administrasi Kelurahan Siwalima.....	47

DAFTAR LAMPIRAN

1. Lembar Kuisisioner Pola Makan, FFQ dan Recall Konsumsi
2. Master Tabel Penelitian
3. Hasil Dan Pengolahan Data Dengan Menggunakan Aplikasi SPSS
4. SK Pembimbing
5. Surat Ijin Pengambilan Data Awal
6. Surat Ijin Penelitian
7. Surat Dari Kesbangpol Aru

ABSTRAK

Inggriyati Djerol, 2022. Hubungan pola makan dengan kejadian hipertensi pada lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Siwalima Kabupaten Kepulauan Aru tahun 2022. (Dibimbing oleh B. Talarima, SKM., M.Kes., Griennasty C. Siahaya, STP., M.Si).

Kejadian hipertensi merupakan penyakit kardiovaskuler atau tekanan darah yang melebihi batas normal sistolik sehingga menyebabkan gangguan (penyakit). Biasanya penyakit ini sering terjadi pada usia lanjut. Berdasarkan hasil survey awal yang di lakukan oleh peneliti di wilayah kerja Puskesmas Siwalima Kabupaten Kepulauan Aru, terdapat jumlah penderita hipertensi dari tahun 2021 hingga 2022 sebanyak 963 pasien dan rata-rata terjadi pada penderita yang sudah berusia lanjut. **Penelitian ini bertujuan** untuk mengetahui hubungan pola makan (jenis makanan, jumlah makan, dan frekuensi makan) dengan kejadian hipertensi pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Siwalima Kabupaten Kepulauan Aru. **Metode penelitian** menggunakan rancangan observatif analitik kuantitatif dengan pendekatan cross sectional study untuk mengetahui variabel independen (pola makan) berdasarkan jumlah, jenis, dan frekuensi terhadap variabel dependen kejadian hipertensi yang diamati secara bersamaan dengan jumlah sampel sebanyak 283 responden. Analisis data dilakukan dengan uji chi square pada aplikasi SPSS. **Hasil penelitian** menunjukkan adanya hubungan yang bermakna antara jenis makanan dengan kejadian hipertensi, didapatkan p value = 0,000 dimana $p < 0,05$. Adanya hubungan yang bermakna antara jumlah makan dengan kejadian hipertensi, di dapat p value = 0,000 dimana $p < 0,05$. Dan adanya hubungan yang bermakna antara frekuensi makan dengan kejadian hipertensi, terdapat p value = 0,003 dimana $p < 0,05$.

Kata Kunci : Kejadian Hipertensi, Jenis Makanan, Jumlah Makan, Frekuensi Makan.

ABSTRACT

Inggriyati Djerol, 2022. The relationship between diet and the incidence of hypertension in the elderly in the Siwalima Puskesmas Working Area, Aru Islands Regency in 2022. (Guided by B. Talarima, SKM., M.Kes., Griennasty C. Siahaya, STP., M.Si).

The incidence of hypertension is a cardiovascular disease or blood pressure that exceeds the normal systolic limit, causing a disorder (disease). Usually the disease often occurs in old age. Based on the results of a preliminary survey conducted by researchers in the work area of the Siwalima Health Center, Aru Islands Regency, there are 963 patients with hypertension from 2021 to 2022 and the average occurs in elderly patients. **This study aims** to determine the relationship between diet (type of food, number of meals, and frequency of eating) with the incidence of hypertension in the elderly in the work area of the Siwalima Health Center, Aru Islands Regency. **The research method** uses a quantitative analytical observative design with a cross sectional study approach to determine independent variables (diet) based on the number, type, and frequency of the dependent variables of hypertension incidence observed simultaneously with a sample of 283 respondents. Data analysis was performed with chi square tests on SPSS applications. **The results showed** a meaningful relationship between the type of food and the incidence of hypertension, obtained p value = 0.000 where $p < 0.05$. There is a meaningful relationship between the number of meals and the incidence of hypertension, in which p value = 0.000 where $p < 0.05$. And there is a meaningful relationship between the frequency of eating and the incidence of hypertension, there is a p value = 0.003 where $p < 0.05$.

**Keywords : Incidence of Hypertension, Type of Food, Number of Meals,
Feeding Frequency.**

