

**HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN KEJADIAN  
HIPERTENSI PADA LANSIA DI DESA MLANDINGAN  
TIMUR KECAMATAN BUNGATAN KABUPATEN  
SITUBONDO**

**TUGAS AKHIR**

**Untuk Memenuhi Persyaratan  
Memperoleh Gelar Sarjana Kedokteran**



**Oleh :**

**Rina Christien Susanti**

**NPM : 11700228**

**FAKULTAS KEDOKTERAN  
UNIVERSITAS WIJAYA KUSUMA SURABAYA  
2018**

**HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN KEJADIAN  
HIPERTENSI PADA LANSIA DI DESA MLANDINGAN  
TIMUR KECAMATAN BUNGATAN KABUPATEN  
SITUBONDO**

**TUGAS AKHIR**

Diajukan untuk memenuhi salah satu persyaratan guna  
Memperoleh gelar Sarjana Kedokteran



Oleh :

**Rina Christien Susanti  
NPM:11700228**

**FAKULTAS KEDOKTERAN  
UNIVERSITAS WIJAYA KUSUMA SURABAYA  
2018**

## **HALAMAN PERSETUJUAN UJIAN**

### **TUGAS AKHIR**

#### **HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI PADA LANSIA DI DESA MLANDINGAN TIMUR KECAMATAN BUNGATAN KABUPATEN SITUBONDO**

**Diajukan untuk Memenuhi Salah Satu Syarat  
Memperoleh Gelar Sarjana Kedokteran**

**Oleh :**  
**Rina Christien Susanti**  
**NPM:11700228**

**Menyetuji untuk diuji**

**Pada tanggal : 6 Agustus 2018**

**Pembimbing,**



**Prof. Soedarto, dr., DTM & H, Ph.D, Sp. ParK**

**Pengaji,**



**Prof. H. Didik Sarudji, M.Sc.**

## **HALAMAN PENGESAHAN**

### **TUGAS AKHIR**

**HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN KEJADIAN  
HIPERTENSI PADA LANSIA DI DESA MLANDINGAN TIMUR  
KECAMATAN BUNGATAN KABUPATEN SITUBONDO**

**Oleh :**

**Rina Christien Susanti  
NPM:11700228**

**Telah diuji pada**

**Hari : Senin**

**Tanggal : 6 Agustus 2018**

**dan dinyatakan lulus oleh :**

**Pembimbing,**



**Prof. Soedarto, dr., DTM & H, Ph.D, Sp. ParK**

**Pengaji,**



**Prof. H. Didik Sarudji, M.Sc.**

## **PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN**

Yang bertandatangan di bawah ini :

Nama : Rina Christien Susanti

NPM : 11700228

Program Studi : Pendidikan Dokter

Fakultas Kedokteran Universitas Wijaya Kusuma Surabaya;

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa Tugas Akhir yang saya tulis dengan judul “Hubungan Pola Makan dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia di Desa Mlandingan Timur Kecamatan Bungatan Kabupaten Situbondo”, adalah benar-benar hasil karya sendiri, bukan merupakan pengambil alihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai tulisan atau pikiran saya sendiri. Apabila dikemudian hari dapat dibuktikan bahwa Tugas Akhir ini adalah hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Surabaya, 1 Agustus 2018  
Yang membuat pernyataan,



Rina Christien Susanti  
NPM: 11700228

## **SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN**

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Rina Christien Susanti

NPM : 11700228

Program Studi : Pendidikan Dokter

Fakultas Kedokteran Universitas Wijaya Kusuma Surabaya

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa hasil penelitian saya dengan judul  
“Hubungan Pola Makan dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia di Desa  
Mlandingan Timur Kecamatan Bungatan Kabupaten Situbondo”.

Bersedia untuk diunggah dalam *e-repository* Universitas Wijaya Kusuma  
Surabaya.

Surat Pernyataan Persetujuan ini digunakan sebagaimana diperlukan.

Surabaya, 14 September 2018  
Yang membuat pernyataan,



**Rina Christien Susanti**  
**NPM: 11700228**

## ABSTRAK

**Susanti,Rina C.2018.** *Hubungan Pola Makan Dengan Hipertensi Pada Lansia di Desa Mlandingan Timur Kecamatan Bungatan Kabupaten Situbondo.*  
Tugas Akhir, Program Studi Pendidikan Dokter, Fakultas Kedokteran, Universitas Wijaya Kusuma Surabaya. Pembimbing: Soedarto. Pengaji: Didik Sarudji.

Lanjut usia mengalami masalah kesehatan. Masalah ini berawal dari kemunduran sel-sel tubuh, sehingga fungsi dan daya tahan tubuh menurun serta faktor resiko terhadap penyakit pun meningkat diantaranya adalah hipertensi. Berdasarkan latar belakang tersebut dilakukan penelitian tentang hipertensi yang fokus hubungan pola makan dengan kejadian hipertensi pada lansia lanjut di desa Mlandingan Kecamatan Bungatan Kabupaten Situbondo.

Metode penelitian prevalensi kesehatan ini dilakukan dengan pendekatan deskriptif analitik kuantitaif. Hasil penelitian dideskripsikan menurut tabulasi dari hasil *cross tabulation* dengan bantuan software SPSS Versi 16. Frekuensi responden berdasarkan identitas menunjukkan dominasi responden perempuan sedangkan berdasarkan usia didominasi oleh kelompok usia lanjut 60-80 tahun. Frekuensi responden berdasarkan konsumsi natrium jawaban tertinggi adalah jarang sebesar 46%, konsumsi lemak atau kolesterol dengan jawaban tertinggi 41% dan konsumsi serat jawaban tertinggi adalah jarang 56%. Sedangkan untuk hipertensi diperoleh data 78,2 % positif hipertensi dan 21,2 % negatif hipertensi.

Hasil penelitian disimpulkan berdasarkan hasil uji analisis Lamda ( $L_B$ ) bahwa ada hubungan yang signifikan antara pola makan dengan hipertensi pada lansia di desa Mlandingan Timur Kecamatan Bungatan Kabupaten situbondo dengan tingkat keeratan hubungan yang rendah. Hal tersebut dibuktikan dengan hasil nilai signifikansi  $0.000 < 0.05$  dan nilai Lamda ( $L_b$ ) sebesar 0.292 yang mendekati nilai 0. Hubungan masing-masing indikator pola makan dapat disimpulkan bahwa konsumsi natrium tinggi dan kolesterol tinggi menyatakan memiliki hubungan yang signifikan dengan hipertensi yang dibuktikan dengan nilai signifikansi masing-masing indikator tersebut adalah 0.000 kurang dari 0.05. Konsumsi natrium tinggi dan kolesterol tinggi sama-sama dinyatakan memiliki tingkat keeratan hubungan yang rendah terhadap hipertensi yang dibuktikan dengan nilai 0.384 untuk konsumsi natrium tinggi dan 0.098 untuk tingkat konsumsi kolesterol tinggi. Sedangkan secara parsial untuk konsumsi serat tinggi pada penelitian ini dinyatakan tidak memiliki hubungan yang signifikan maupun keeratan hubungan terhadap hipertensi.

Berdasarkan hasil ini disarankan kepada penderita untuk diet natrium, kolesterol dan mamperbanyak konsumsi makanan berserat tinggi. Sedangkan untuk petugas kesehatan agar mengvaluasi pelayanan meningkatkan pelayanan kesehatan lanjut usia dengan mengefektivkan program posyandu lansia.

**Kata kunci :** Pola makan, natrium, kolesterol, serat, lansia, hipertensi

## **ABSTRACT**

**Susanti, Rina C.2018. Relationship between Diet and Hypertension in the Elderly in East Mlandingan Village, Bungatan District, Situbondo Regency. Final Project, Medical Education Study Program, Medical Faculty, Wijaya Kusuma University Surabaya. Advisor: Soedarto. Examiner: Didik Sarudji.**

*Elderly experience health problems. This problem originates from the deterioration of body cells, so that the function and endurance of the body decreases as well as the risk factors for the disease also increase including hypertension. Based on this background, research on hypertension was carried out which focused on the relationship between dietary patterns and the incidence of hypertension in further follow-up in Mlandingan Village, Bungatan District, Situbondo District.*

*This health prevalence research method was carried out with a quantitative descriptive analytic approach. The results of the study are described according to tabulation from the results of cross tabulation with the help of SPSS Version 16. The frequency of respondents based on identity shows the dominance of female respondents while age-based is dominated by the elderly 60-80 years old. The frequency of respondents based on the highest sodium intake is 46%, the highest fat or cholesterol consumption is 41% and the highest fiber consumption is rarely 56%. Whereas for hypertension, data obtained were 78.2% positive for hypertension and 21.2% negative for hypertension.*

*The results were concluded based on the results of Lamda (LB) analysis test that there was a significant relationship between diet and hypertension in the elderly in Mlandingan Timur village, Bungatan Subdistrict, Situbondo District with a low degree of closeness. This is evidenced by the results of the significance value of  $0.000 < 0.05$  and the value of Lamda (Lb) of 0.292 which is close to 0. The relationship of each dietary indicator can be concluded that high sodium and high cholesterol consumption has a significant relationship with hypertension as evidenced by the significance of each indicator is 0,000 less than 0.05. Consumption of high sodium and high cholesterol were both expressed to have a low degree of closeness to hypertension as evidenced by a value of 0.384 for high sodium consumption and 0.098 for high cholesterol consumption. While partially for high fiber consumption in this study was stated not to have a significant relationship and closeness of the relationship to hypertension.*

*Based on these results it is recommended for patients to diet sodium, cholesterol and increase consumption of high fiber foods. Whereas for health workers to evaluate services improve elderly health services by activating the elderly posyandu program.*

**Keywords:** Diet, sodium, cholesterol, fiber, elderly, hypertension

## **KATA PENGANTAR**

Segala puji dan syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT, karena atas rahmat dan karunia-Nya, penulis dapat menyelesaikan tugas akhir dengan judul penelitian HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI PADA LANSIA DI DESA MLANDINGAN TIMUR KECAMATAN BUNGATAN KABUPATEN SITUBINDO.

Penyusunan tugas akhir ini sebagai salah satu persyaratan untuk menyelesaikan pendidikan Sarjana Kedokteran Universitas Wijaya Kusuma Surabaya. Penulis menyadari bahwa dalam pelaksanaan penelitian ini telah banyak mendapat dukungan dan bantuan baik berupa waktu, tenaga, pikiran, serta dorongan semangat dari berbagai pihak yang sangat berarti bagi penulis. Untuk itu dalam kesempatan ini penulis ingin menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya dengan hati yang tulus kepada:

1. Prof. Sri Harmadjii., dr., Sp.THT-KL (K), Rektor Universitas Wijaya Kusuma Surabaya.
2. Prof.dr.Soedarto, DTM&H, Ph.D, Sp.Park, Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Wijaya Kusuma Surabaya sekaligus sebagai pembimbing penulis dalam menyelesaikan Tugas Akhir .
3. Prof. H.Didik Suradji, MSc. selaku penguji proposal maupun Tugas Akhir;
4. Segenap Tim Pelaksana Tugas Akhir dan sekretariat Tugas Akhir Fakultas Kedokteran Universitas Wijaya Kusuma Surabaya yang telah memfasilitasi proses penyelesaian tugas akhir.

5. Kepada Orang tua tersayang, Ayahanda Surinap, Ibunda Suswati, dan keluarga yang telah banyak memberikan dorongan, semangat serta doa dalam menyelesaikan penelitian ini.

Penulis menyadari bahwa penulisan Tugas Akhir ini masih jauh dari kata sempurna, oleh karena itu penulis mengharapkan segala masukan demi sempurnanya tulisan ini. Akhirnya penulis berharap semoga Tugas Akhir ini bermanfaat bagi berbagai pihak yang terkait.

Surabaya, Desember 2017

Penulis

## **DAFTAR ISI**

Halaman Judul.....	i
Halaman Persetujuan.....	ii
Halaman Pengesahan .....	iii
Kata Pengantar .....	iv
Daftar Isi.....	vi
Daftar Tabel.....	viii
Daftar Gambar.....	ix
Daftar Lampiran .....	x
Daftar Singkatan.....	x
Abstrak .....	xii

### **BAB I PENDAHULUAN**

A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	5
C. Tujuan Penelitian .....	5
D. Manfaat Penelitian .....	6

### **BAB II TINJAUAN PUSTAKA**

A. Hipertensi .....	7
1. Pengertian hipertensi.....	7
2. Klasifikasi Hipertensi.....	8
3. Patofisiologi Hipertensi.....	8
4. Etiologi Hipertensi .....	11
5. Manifestasi Klinis pertensi .....	12
6. Diagnosis Hipertensi.....	13
7. Komplikasi Hipertensi .....	14
8. Faktor Resiko Hipertensi .....	15
9. Diet Hipertensi .....	25

B. Pola Makan .....	30
C. Konsep Usia Lanjut.....	37
D. Hubungan Gizi dan Hipertensi Pada Usia Lanjut .....	40

### **BAB III KERANGKA KONSEP DAN HIPOTESIS**

A. Kerangka Konseptual.....	41
B. Deskripsi Kerangka Konseptual.....	42
C. Hipotesis .....	42

### **BAB IV METODE PENELITIAN**

A. Rancangan Penelitian.....	43
B. Lokasi dan Waktu Penelitian.....	43
C. Populasi dan Sampel Penelitian .....	43
1. Populasi Penelitian.....	44
2. Sampel Penelitian.....	44
D. Variabel Penelitian .....	46
E. Definisi Operasional Penelitian .....	47
F. Prosedur Penelitian .....	48
G. Teknik Pengumpulan Data .....	49
H. Analisis Data.....	51

### **BAB V HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

A. Gambaran Umum Penelitian.....	52
B. Hasil Penelitian .....	53
C. Analisis Hasil Penelitian .....	58
D. Pembahasan.....	63

### **DAFTAR PUSTAKA**

### **LAMPIRAN-LAMPIRAN**

## **DAFTAR TABEL**

Tabel I.1	Sepuluh Penyakit Terbanya Pada Lansia Tahun 2013 .....	2
Tabel II.1	Klasifikasi Hipertensi .....	8
Tabel II.2	Kandungan Natrium Beberapa Bahan Makanan (mg/100) .....	34
Tabel II.3	Angka Kecukupan Gizi (Natrium, Karbohidrat, Lemak dan Serat) disadur dari Lampiran Kemenkes R.I No.75 Tahun 2013 .....	39
Tabel IV.1	Definisi Operasional pengaruh pola makanan terhadap kejadian hipertensi pada lansia di desa MlandinganTimur Kecamatan Bungatan Kabupaten Situbondo .....	47
Tabel V.1	Frekuensi Usia Responden .....	53
Tabel V.2	Frekuensi Jenis Kelamin Responden .....	54
Tabel V.3	Tanggapan Responden Terhadap Konsumsi Makanan Mengandung Natrium Tinggi (X1) .....	55
Tabel V.4	Tanggapan Responden Terhadap Konsumsi Makanan Mengandung Kolesterol Tinggi (X2) .....	56
Tabel V.5	Tanggapan Responden Terhadap Konsumsi Makanan Mengandung Serat Tinggi (X3) .....	57
Tabel V.6	Hasil Pengukuran Tekanan Darah Responden (Y) .....	57
Tabel V.7	Hubungan Konsumsi Natrium Tekanan dengan Hipertensi ....	58
Tabel V.8	Hubungan KonAumsi Kolesterol dengan Hipertensi .....	60
Tabel V.9	Hubungan Konsumsi Serat dengan Hipertensi .....	61
Tabel V.10	Hubungan Pola Makan dengan Hipertensi .....	62

## **DAFTAR GAMBAR**

Gambar II.1	Algoritma Diagnosis Hipertensi .....	14
Gambar III.1	Kerangka Konseptual .....	41
Gambar IV.1	Kerangka kerja penelitian hubungan pola makan terhadap hipertensi pada lansia di desa Mlandingan Timur kecamatan Bungatan kabupaten Situbondo .....	48

## **DAFTAR LAMPIRAAN**

1. Pernyataan Keaslian Tulisan
2. Surat Pengantar Kuesioner
3. Surat Persetujuan Menjadi Responden
4. Surat Pernyataan Telah Melakukan *Informed Consent*
5. Keputusan Komisi Etik
6. Kuesioner Penelitian
7. Tabulasi Data Penelitian
8. Hasil Olah data Peneltiian
9. Dokumentasi Penelitian
10. Jurnal