

**HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI LANSIA
DI PUSKESMAS MENUR SURABAYA**

TUGAS AKHIR

Untuk Memenuhi Persyaratan Memperoleh Gelar Sarjana Kedokteran



Oleh :

Siti Nur Khasanah

NPM : 16700113

FAKULTAS KEDOKTERAN

UNIVERSITAS WIJAYA KUSUMA SURABAYA

2019

**HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI LANSIA
DI PUSKESMAS MENUR SURABAYA**

TUGAS AKHIR

Untuk Memenuhi Persyaratan Memperoleh Gelar Sarjana Kedokteran



Oleh :

Siti Nur Khasanah

NPM : 16700113

FAKULTAS KEDOKTERAN

UNIVERSITAS WIJAYA KUSUMA SURABAYA

2019

HALAMAN PERSETUJUAN

TUGAS AKHIR

**HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI LANSIA DI
PUSKESMAS MENUR SURABAYA**

Diajukan Untuk Salah Satu Syarat Guna Meraih Gelar Sarjana Kedokteran

Oleh :

Siti Nur Khasanah

NPM: 16700113

Menyetujui untuk diuji pada tanggal : 22 Januari 2020

Pembimbing



Prof. Dr. dr. Hj. Rika Subarniati, SKM

NIDK: 8851710016

HALAMAN PENGESAHAN

TUGAS AKHIR

**HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI LANSIA DI
PUSKESMAS MENUR SURABAYA**

Oleh :

Siti Nur Khasanah

NPM: 16700113

Telah diuji pada

Hari: Rabu

Tanggal: 22 Januari 2020

Dan dinyatakan lulus oleh :

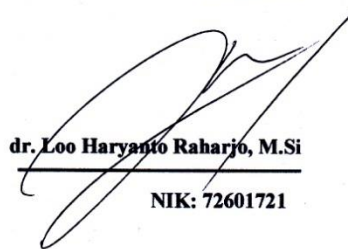
Penguji I / Pembimbing,



Prof. Dr. dr. Hj. Rika Subarniati, SKM

NIDK: 8851710016

Penguji II,



dr. Loo Haryanto Raharjo, M.Si

NIK: 72601721

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Yang bertanggung jawab di bawah ini saya:

Nama : Siti Nur Khasanah

NPM : 16700113

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 Lansia Di Puskesmas Menur Surabaya", benar hasil karya saya sendiri, bukan merupakan pengambilalihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai tulisan atau pikiran saya sendiri. Apabila di kemudian hari dapat dibuktikan bahwa Tugas Akhir ini adalah hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut

Surabaya, 02 Januari 2020

Yang membuat pernyataan,



Siti Nur Khasanah

NPM: 16700113

**SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR UNTUK
KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademik Universitas Wijaya Kusuma Surabaya, saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Siti Nur Khasanah

NPM : 16700113

Fakultas : Kedokteran

Jenis Karya : Tugas Akhir

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Wijaya Kusuma Surabaya Hak Bebas Royalti Noneklusif (Non-Exclusive Royalty Free Right) atas tugas akhir saya yang berjudul :

**HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI LANSIA DI
PUSKESMAS MENUR SURABAYA**

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneklusif ini Universitas Wijaya Kusuma Surabaya berhak menyimpan, mengalih media / formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat, dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis dan sebagai pemilik Hak Cipta. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Surabaya, 02 Januari 2020



Siti Nur Khasanah

KATA PENGANTAR

Puji syukur disampaikan kepada Tuhan yang Maha Esa atas segala rahmat dan karunia-Nya dalam penyelesaian penulisan laporan tugas akhir penelitian yang berjudul “Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Hipertensi Lansia Di Puskesmas Menur Surabaya” yang merupakan syarat kelulusan guna memperoleh gelar sarjana kedokteran.

Tugas akhir ini berhasil penulis selesaikan karena dukungan dari berbagai pihak. Oleh sebab itu pada kesempatan ini penulis sampaikan terima kasih kepada:

1. Prof. Dr. Suhartati, dr., MS dekan Fakultas Kedokteran Universitas Wijaya Kusuma Surabaya yang telah memberi kesempatan kepada penulis untuk menuntut ilmu di Fakultas Kedokteran Universitas Wijaya Kusuma Surabaya.
2. Prof. Dr. dr. Hj. Rika Subarniati, SKM sebagai pembimbing yang telah memberikan bimbingan, arahan serta dorongan dalam menyelesaikan tugas akhir ini.
3. Dr. Sukma Sahadewa, M.Kes sebagai pembimbing yang telah memberikan bimbingan, arahan serta dorongan dalam menyelesaikan tugas akhir ini.
4. Dr. Loo Haryanto Raharjo, M.Si sebagai penguji proposal maupun tugas akhir.
5. Puskesmas Menur Surabaya yang telah memberi kesempatan kepada penulis untuk menyelenggarakan penelitian di wilayah kerjanya.
6. Segenap tim pelaksana tugas akhir dan sekretariat tugas akhir Fakultas Kedokteran Universitas Wijaya Kusuma Surabaya yang telah memfasilitasi proses penyelesaian tugas akhir.
7. Semua pihak yang tidak mungkin disebut satu per satu yang telah membantu dalam menyelesaikan tugas akhir ini.

Penulis menyadari bahwa penulisan tugas akhir ini masih jauh dari sempurna, oleh karena itu penulis mengharapkan segala masukan demi sempurnanya tulisan ini. Dan kami berharap semoga tugas akhir ini bermanfaat bagi berbagai pihak yang terkait.

Surabaya,
November 2019

Penulis

ABSTRAK

Siti Nur khasanah, (2019). Program Studi Pendidikan Dokter, Fakultas Kedokteran, Universitas Wijaya Kusuma Surabaya. *Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Hipertensi Lansia Di Puskesmas Menur Surabaya*. Dosen Penguji I / Pembimbing: Prof. Dr. dr. Hj. Rika Subarniati, SKM, Dosen Penguji II: dr. Loo Haryanto Raharjo, M.Si.

Lanjut usia (lansia) merupakan seseorang yang mencapai usia > 60 tahun yang rentan mengalami penyakit yang berhubungan dengan proses menua salah satunya hipertensi. Hipertensi merupakan salah satu faktor resiko penyebab terjadinya penyakit kardiovaskuler. Seseorang dikatakan hipertensi jika hasil pengukuran tekanan darah sistolik > 140 mmHg dan diastolik > 90 mmHg. Beberapa faktor resiko diduga memiliki peran dalam terjadinya hipertensi adalah konsumsi makanan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan pola makan dengan kejadian hipertensi pada lansia di Puskesmas Meur Surabaya. Penelitian cross sectional ini diikuti oleh 60 responden dengan cara simple random sampling. Hasil penelitian ini mendapatkan proporsi lansia yang mengalami hipertensi sebesar 50%. Analisis bivariat menggunakan uji chi-square dan hasil analisis bivariat menunjukkan ada hubungan antara pola makan (sig= 0,0000 $\alpha < 0,05$), asupan karbohidrat (sig= 0,000 $\alpha < 0,05$), asupan lemak (sig= 0,000 $\alpha < 0,05$), asupan natrium (sig= 0,015 $\alpha < 0,05$), dan asupan serat (sig= 0,020 $\alpha < 0,05$) dengan kejadian hipertensi. Untuk mengurangi kasus hipertensi perlu adanya cara untuk mencegahnya seperti memberikan penyuluhan kepada masyarakat mengenai hipertensi dan bagi penderita penyakit hipertensi untuk selalu mengontrol tekanan darah dan menghindari faktor-faktor yang menyebabkan terjadinya penyakit hipertensi.

Kata Kunci: Hipertensi, Pola Makan.

ABSTRACT

Siti Nur Khasanah, (2019). Medical education courses, Faculty of medicine, Universitas Wijaya Kusuma Surabaya. *Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Hipertensi Lansia Di Puskesmas Menur Surabaya*. Examiner I / Mentor : Prof. Dr. dr. Hj. Rika Subarniati, SKM, Examiner II: dr. Loo Haryanto Raharjo, M.Si.

Elderly was a person who reaches the age more than 60 years that susceptible by the aging process, such as hypertension. Hypertension was one of the factor for cardiovascular disease. Hypertension is a disease that has systolic blood pressure up to 140 mmHg and diastolic up to 90 mmHg. Some risk factors to have a role in the occurrence of hypertension is dietary habit. This aims for this research were to determine the correlation of dietary habit with hypertension in the elderly at Menur Health Center Surabaya. This cross-sectional study was followed by 60 respondents by used simple random sampling. The results of this research was the proportion of elderly people who have hypertension for about 50%. Bivariate analysis used the chi-square test and the results of bivariate analysis showed no correlation between dietary habit (sig= 0,0000 $\alpha < 0,05$), carbohydrate intake (sig= 0,000 $\alpha < 0,05$), fat intake (sig= 0,000 $\alpha < 0,05$), sodium intake (sig= 0,015 $\alpha < 0,05$), and fiber intake (sig= 0,020 $\alpha < 0,05$) with the hypertension. The are some ways to reduce cases of hypertension such as providing an aducation for the public about hypertension, controlling blood pressure and avoiding the factors that cause hypertension.

Keywords: Hypertension, Dietary Habit.

DAFTAR ISI

Halaman Sampul	i
Halaman Judul	ii
Halaman Persetujuan Dosen	iii
Halaman Pengesahan	iv
Halaman Keaslian.....	v
Halaman Persetujuan Publikasi	vi
Kata Pengantar	vii
Abstrak.....	ix
Abstrack.....	x
Daftar Isi	xi
Daftar Tabel.....	xv
BAB I. PENDAHULUAN	
Latar Belakang.....	1
Rumusan Masalah.....	4
Tujuan	4
1. Tujuan umum.....	4
2. Tujuan khusus.	4
Manfaat Penelitian	5
BAB II. Tinjauan Pustaka	

Hipertensi.....	6
1. Definisi hipertensi.	6
2. Epidemiologi hipertensi.	6
3. Patofisiologi hipertensi	7
4. Patogenesis hipertensi	8
5. Klasifikasi hipertensi	8
6. Faktor resiko hipertensi	11
7. Penatalaksanaan hipertensi	18
8. Komplikasi hipertensi	23
Konsumsi.....	24
1. Pola konsumsi	24
2. Tingkat konsumsi	26
3. Faktor yang mempengaruhi konsumsi	26
4. Metode pengukuran konsumsi	27
Lansia.....	25
1. Definisi lansia	29
2. Perubahan yang terjadi pada lansia	29
 BAB III KERANGKA KONSEP	
Kerangka Konsep	36
Hipotesis	37
 BAB IV METODE PENELITIAN	
Jenis dan Rancangan Penelitian	38
Lokasi dan Waktu Penelitian	38

Populasi dan Sampel Penelitian	38
Variabel Penelitian	39
Definisi Operasional	42
Operasional Penelitian	44
Analisis Data	47

BAB V HASIL PENELITIAN DAN ANALISIS DATA

Gambaran Umum Tempat Penelitian.....	48
1. Demografi.....	48
2. Geografi.....	48
3. Fasilitas.....	48
Hasil Penelitian.....	49
1. Distribusi berdasarkan usia.....	49
2. Distribusi berdasarkan jenis kelamin.....	50
3. Distribusi berdasarkan riwayat hipertensi keluarga.....	51
4. Distribusi berdasarkan pola konsumsi lansia.....	52
5. Distribusi berdasarkan hipertensi lansia.....	53
Uji Statistik.....	54
1. Hubungan antara usia dengan hipertensi.....	54
2. Hubungan antara jenis kelamin dengan hipertensi.....	55
3. Hubungan antara riwayat hipertensi keluarga dengan hipertensi..	56
4. Hubungan antara pola konsumsi dengan hipertensi.....	57

BAB VI PEMBAHASAN

a. Hubungan antara usia dengan hipertensi.....	58
b. Hubungan antara jenis kelamin dengan hipertensi.....	59
c. Hubungan antara riwayat keluarga dengan hipertensi.....	61
d. Hubungan antara pola konsumsi dengan hipertensi.....	63

BAB VII PENUTUP

a. Kesimpulan.....	65
b. Saran.....	65

DAFTAR PUSTAKA.....	67
---------------------	----

LAMPIRAN-LAMPIRAN.....	71
------------------------	----

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Klasifikasi Tekanan Darah	8
Tabel 2.2 Kandungan Natrium Berdasarkan Bahan Makanan.....	20
Tabel 2.3 Nilai Serat Berbagai Bahan Makanan	21
Tabel 2.4 Nilai Energi Berbagai Bahan Makanan	23
Tabel 5.1 Distribusi Berdasarkan Usia Lansia	49
Tabel 5.2 Distribusi Berdasarkan Jenis Kelamin	50
Tabel 5.3 Distribusi Berdasarkan Riwayat Keluarga	51
Tabel 5.4 Distribusi Berdasarkan Pola Konsumsi	52
Tabel 5.5 Distribusi Berdasarkan Hipertensi	53
Tabel 5.6 Distribusi Hubungan Antara Usia Dengan Kejadian Hipertensi	54
Tabel 5.7 Distribusi Hubungan Antara Jenis Kelamin Dengan Kejadian Hipertensi.....	55
Tabel 5.8 Distribusi Hubungan Antara Riwayat Keluarga Dengan Kejadian Hipertensi.....	56
Tabel 5.9 Distribusi Hubungan Antara Pola Konsumsi Dengan Kejadian Hipertensi	57