



SKRIPSI

**HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN ANGKA KEJADIAN
HIPERTENSI PADA LANSIA DI PUSKESMAS BATUA
KECAMATAN MANGGALA KOTA MAKASSAR**

PENELITIAN NON-EKSPERIMENTAL

OLEH:

MODESTA B A YABARMASE (C1914201272)

DELFIANUS ROBERT (C1914201262)

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN DAN NERS
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN STELLA MARIS
MAKASSAR**

2021



SKRIPSI

HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN ANGKA KEJADIAN HIPERTENSI PADA LANSIA DI PUSKESMAS BATUA KECAMATAN MANGGALA KOTA MAKASSAR

PENELITIAN NON-EKSPERIMENTAL

**Diajukan Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan Pada
tanggal 27 April 2021 di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Stella Maris
Makassar**

OLEH:

MODESTA B A YABARMASE (C1914291272)

DELFIANUS ROBERT (C1914201262)

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN DAN NERS
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN STELLA MARIS
MAKASSAR**

2021

PERNYATAAN ORISINALITAS

Yang bertanda tangan di bawah ini nama :

1. Modesta B A Yabarmase (C1914201272)
2. Delfianus Robert (C1914201262)

Menyatakan dengan sungguh bahwa skripsi ini hasil karya sendiri dan bukan duplikasi ataupun plagiasi (jiplakan) dari hasil penelitian orang lain.

Demikian surat pernyataan ini yang kami buat dengan sebenarnya.

Makassar, 27 April 2021

Yang menyatakan,



Modesta B A Yabarmase



Delfianus Robert

HALAMAN PERSETUJUAN

SKRIPSI

**HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN ANGKA KEJADIAN
HIPERTENSI PADA LANSIA DI PUSKESMAS BATUA
KECAMATAN MANGGALA KOTA MAKASSAR**

Diajukan Oleh:

MODESTA B A YABARMASE (C1914201272)

DELFIANUS ROBERT (C1914201262)

Disetujui Oleh :

Pembimbing I




(Elmiana Bongga Linggi, Ns.,M.Kes) (Nikodemus Sili Beda, Ns.,M.Kep)
NIDN. 0925027603

Pembimbing II



NIDN. 0927038903

Wakil Ketua Bidang Akademik



Fransiska Anita, Ns.,M.Kep.,Sp.Kep.MB
NIDN: 0913098201

HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI

**HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN ANGKA KEJADIAN HIPERTENSI
PADA LANSIA DI PUSKESMAS BATUA KECAMATAN MANGGALA
KOTA MAKASSAR**

Yang dipersiapkan dan disusun oleh:

**MODESTA B A YABARMASE (C1914201272)
DELFIANUS ROBERT (C1914201262)**

Telah dibimbing dan disetujui oleh:

Pembimbing I

**(Elmiana Bongga Linggi, Ns.,M.Kes)
NIDN.0925027603**

Pembimbing II

**(Nikodemus Sili Beda, Ns.,M.Kep)
NIDN. 0927038903**

Telah Diuji dan Dipertahankan Dihadapan Dewan Penguji Pada Tanggal 27
April 2021 dan Dinyatakan Telah Memenuhi Syarat Untuk Diterima

Susunan Dewan Penguji

Penguji I

**(Henny Pongantung, Ns.,MSN.,DN)
NIDN. 0912106501**


Penguji II

**(Yunita Carolina Satti, Ns.,M.Kep)
NIDN. 0904078805**

Penguji III

**(Elmiana Bongga Linggi, Ns.,M.Kes)
NIDN.0925027603**

Makassar, 27 April 2021
Program S1 Keperawatan dan Ners
Ketua STIK Stella Maris Makassar



**(Siprianus Abdu, S.Si.,Ns.,M.Kes)
NIDN.0928027101**

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama :

1. Modesta B A Yabarmase (C1914201272)
2. Delfianus Robert (C1914201262)

Menyatakan menyetujui dan memberikan kewenangan kepada Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Stella Maris Makassar untuk menyimpan, menggali informasi/formatkan, merawat dan mempublikasikan skripsi ini untuk kepentingan ilmu pengetahuan.

Demikian surat pernyataan ini kami buat dengan sebenar-sebenarnya.

Makassar, 27 April 2021

Yang menyatakan



Modesta B A Yabarmase



Delfianus Robert

KATA PENGANTAR

Puji dan Syukur kami panjatkan kehadirat Tuhan Yang Maha Esa atas segala rahmat dan penyertaan-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul **“Hubungan Pola Makan Dengan Angka Kejadian Hipertensi Pada Lansia Di Puskesmas Batua Kecamatan Manggala Kota Makassar.”**

Penulis menyadari bahwa masih banyak kekurangan dalam menulis penulisan skripsi ini sebagai wujud ketidaksempurnaan manusia dalam berbagai hal disebabkan keterbatasan pengetahuan dan ilmu yang penulis miliki.

Selama penyusunan skripsi ini, penulis banyak mendapatkan bantuan dari beberapa pihak, baik materi maupun nonmateri sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini dengan baik. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis menghaturkan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Siprianus Abdu, S.Si.,Ns.,M.Kes., selaku Ketua STIK Stella Maris Makassar dan sekaligus sebagai dosen biostatistik dan metodologi STIK Stella Maris Makassar yang telah banyak memberikan masukan, pengetahuan, serta motivasi untuk menyusun skripsi ini.
2. Fransiska Anita, Ns.,M.Kep,Sp.Kep.MB., selaku Wakil Ketua Bidang Akademik dan Kerjasama STIK Stella Maris Makassar.
3. Matilda Martha Paseno, Ns.,M.Kes., selaku Wakil Ketua Bidang Administrasi, keuangan, sarana dan prasarana.
4. Elmiana Bongga Linggi, Ns.,M.Kes., selaku Wakil Ketua Bidang Kemahasiswaan, Alumni dan Inovasi STIK Stella Maris Makassar sekaligus sebagai pembimbing I yang selalu dengan penuh kesabaran dan kesetiaan membimbing dan mengarahkan penulis dalam penyelesaian skripsi penulis.

5. Nikodemus Sili Beda, Ns.,M.Kep., selaku pembimbing II yang selalu setia memberikan bimbingan dan arahan sehingga penulis bisa menyelesaikan penyusunan skripsi ini.
6. Mery Sambo, Ns.,M.Kep., selaku Ketua Progran Studi S1 Keperawatan STIK Stella Maris Makassar.
7. Asrijal Bakri, Ns.,M.Kes., selaku Ketua Unit Penelitian dan Pengabdian Masyarakat.
8. Lusia, S.Kep.,Ns., selaku pembimbing lahan yang telah banyak membantu serta memberi semangat kepada kami dan seluruh staf Puskesmas Batua
9. Seluruh Staf dosen, pengajar, dan pegawai STIK Stella Maris Makassar yang telah memberikan bekal pengetahuan dan fasilitas selama menempuh pendidikan.
10. Kedua orang tua penulis, serta keluarga yang selalu mendoakan, selalu memberikan semangat, nasihat, dan memberikan bantuan baik secara moril maupun material sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
11. Teman-teman seperjuangan mahasiswa S1 khusus keperawatan kelas A dan B angkatan 2019 Program Studi Sarjana Keperawatan STIK Stella Maris Makassar
12. Semua pihak yang tidak sempat disebutkan satu per satu yang telah banyak mendukung baik yang secara langsung maupun tidak langsung dalam menyelesaikan skripsi ini.

Akhir dari kata penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kata kesempurnaan. Penulis mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun agar peneliti bisa melaksanakan penelitian

Makassar, April 2021

Penulis

Hubungan Pola Makan Dengan Angka Kejadian Hipertensi Pada Lansia di Puskesmas Batua Kecamatan Manggala Kota Makassar

(Supervised by Elmiana Bongga Linggi dan Nikodemus Sili Beda)
MODESTA B A YABARMASE (C1914201272)
DELFIANUS ROBERT (C1914201262)

ABSTRAK

Hipertensi atau tekanan darah tinggi sering disebut sebagai *the silent killer* dan merupakan faktor risiko terbesar yang dapat menyebabkan kematian. Penyakit ini dapat menyerang pada semua kelompok usia salah satunya adalah lansia. Peningkatan angka kejadian hipertensi pada lansia dapat disebabkan oleh gaya hidup yang tidak sehat. Salah satu contoh gaya hidup tersebut adalah pola makan. Pola makan yang tidak teratur seperti mengkonsumsi makanan tinggi lemak, dan makan mengandung protein dalam jumlah yang berlebihan. Pola makan yang baik untuk mencegah terjadinya hipertensi adalah mengkonsumsi makan yang bernutrisi dalam frekuensi, jumlah dan jenis yang tepat. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui, mengidentifikasi dan menganalisis hubungan antara pola makan dengan angka kejadian hipertensi pada lansia di Puskesmas Batua Kecamatan Manggala Kota Makassar. Desain penelitian yang digunakan adalah *observasional analitik* dengan pendekatan *cross sectional study*. Teknik sampling menggunakan *non probability sampling* dengan pendekatan *consecutive sampling* dengan jumlah sampel sebanyak 50 responden. Pengumpulan data menggunakan instrument penelitian berupa kuesioner pola makan berskala likert. Berdasarkan hasil pengolahan data menggunakan analisis uji *chi square* dan diperoleh nilai $p = 0,02$ dan nilai $\alpha = 0,05$ sehingga $p < \alpha$ yang berarti ada hubungan pola makan dengan kejadian hipertensi pada lansia di Puskesmas Batua Kecamatan Manggala Kota Makassar.

Kata Kunci : Hipertensi, lansia, pola makan

Referensi : 2010 – 2021

The Relationship between Diet and the Incidence Of Hypertention in the Elderly at Batua Community Health Center, Manggala District, Makassar City

**(Supervised by Elmiana Bongga Linggi and Nikodemus Sili Beda)
MODESTA B A YABARMASE (C1914201272)
DELFIANUS ROBERT (C1914201262)**

ABSTRACT

Hypertension or high blood pressure is often referred to as the silent killer and is the biggest risk factor that can lead to death. The disease can strike in all age groups one of which is the elderly. The increase in the incidence of hypertension in the elderly can be caused by an unhealthy lifestyle. One example of such a lifestyle is diet. Irregular diets such as consuming foods high in fat, and eating protein in excessive amounts. A good diet to prevent the occurrence of hypertension is to consume nutritious food in the right frequency, amount and type. The purpose of this study is to find out, identify and analyze the relationship between diet and the incidence of hypertension in the elderly in Puskesmas Batua Manggala District, Makassar City. The research design used is analytical observational with cross sectional study approach. Sampling techniques using non probability sampling with consecutive sampling approach with the number of samples as many as 50

respondents. Data collection using research instruments in the form of likert-scale diet questionnaires. Based on the results of data processing using chi square test analysis and obtained the value of $p = 0.02$ and the value of $\alpha = 0.05$ so that $p < \alpha$ which means there is a relationship of diet with the incidence of hypertension in the elderly in puskesmas Batua District Manggala Makassar City.

Keywords : Hypertension, elderly, diet

Reference : 2010-2021

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL DEPAN	i
HALAMAN SAMPUL DALAM.....	ii
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS.....	iii
HALAMAN PERSETUJUAN	iv
HALAMAN PENGESAHAN	v
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKIPSI	vi
KATA PENGANTAR	vii
ABSTRAK	ix
ABSTRACT.....	x
DAFTAR ISI.....	xi
HALAMAN DAFTAR TABEL	xiv
HALAMAN DAFTAR GAMBAR.....	xv
HALAMAN DAFTAR SKEMA	xvi
HALAMAN DAFTAR LAMPIRAN	xvii
DAFTAR SINGKATAN DAN ISTILAH	xviii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	3
C. Tujuan Penelitian	4
1. Tujuan Umum	4
2. Tujuan Khusus	4
D. Manfaat Penelitian.....	4
1. Bagi Lansia	4
2. Bagi Keluarga	4
3. Bagi Puskesmas Batua	4
4. Bagi Institusi.....	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Tinjauan Umum Tentang Hipertensi.....	5
1. Definisi Hipertensi	5
2. Faktor Risiko Hipertensi	5
3. Klasifikasi Hipertensi	6
4. Patofisiologi Hipertensi.....	7
5. Manifestasi Klinis Hipertensi	8
6. Pemeriksaan Penunjang Hipertensi.....	8
7. Penatalaksanaan Hipertensi	8
8. Komplikasi Hipertensi.....	9
9. Pencegahan Hipertensi.....	10
10. Pengobatan Hipertensi.....	10
B. Tinjauan Umum Tentang Lansia	11
1. Defenisi Lanjut Usia	11
2. Klasifikasi Lansia	11
3. Karakteristik Lansia.....	11
4. Perubahan Sistem Tubuh Akibat Proses Menua	12

5. Masalah Kesehatan Pada Lansia.....	12
C. Tinjauan Umum Tentang Pola Makan	13
1. Defenisi Pola Makan	13
2. Komponen Pola Makan.....	13
3. Faktor Yang Mempengaruhi Pola Makan.....	15
4. Piramida Makanan Untuk Lansia	16
5. Metode Penilaian Pola Makan Pada Lansia.....	20
6. Pola Makan Yang Berhubungan Dengan Hipertensi.....	21
BAB III KERANGKA KONSEPTUAL DAN HIPOTESIS	
A. Kerangka Konseptual	23
B. Hipotesis Penelitian.....	24
C. Definisi Operasional	25
BAB IV METODE PENELITIAN	
A. Jenis Penelitian	26
B. Tempat dan Waktu Penelitian	26
C. Populasi dan Sampel	26
1. Populasi	26
2. Sampel.....	26
D. Instrumen Penelitian.....	28
E. Pengumpulan Data.....	28
1. Pengumpulan Data	28
a. Data Primer.....	28
b. Data Sekunder.....	28
2. Etika Penelitian	28
a. <i>Informed Consent</i>	28
b. <i>Anonymity</i>	29
c. <i>Confidentiality</i>	29
F. Pengolahan Data	29
1. Pemeriksaan Data (<i>Editing</i>)	29
2. Pemberian Kode (<i>Coding</i>).....	29
3. <i>Entry Data</i>	30
4. Menyusun Data (<i>Tabulating</i>).....	30
G. Analisis Data	30
1. Analisis Univariat.....	30
2. Analisis Bivariat.....	30
BAB V HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Hasil Penelitian	31
1. Pengantar.....	31
2. Gambaran Umum Lokasi Penelitian	31
3. Karakteristik Responden	33
4. Hasil Analisa Variabel Penelitian	34
B. Pembahasan.....	36
BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Simpulan.....	42
B. Saran.....	42

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

HALAMAN DAFTAR TABEL

Tabel2.1	Klasifikasi Hipertensi Berdasarkan (<i>JNC VII</i>).....	6
Tabel2.2	Klasifikasi Hipertensi Berdasarkan (<i>JNC VIII</i>).....	6
Tabel 2.3	Kandungan Asam Lemak Jenuh Dalam Lauk Hewani per 100 Gram Berat Bersih	18
Tabel2.4	Kandungan Serat Per 100 Gram Buah	19
Tabel2.5	Kandungan Serat Per 100 Gram Sayuran	19
Tabel 3.1	Defenisi Operasional Variabel Penelitian.....	25
Tabel5.1	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin di Puskesmas Batua Kecamatan Manggala Kota Makassar.....	33
Tabel 5.2	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Usia di Puskesmas Batua Kecamatan Manggala Kota Makassar	34
Tabel 5.3	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pola Makan di Puskesmas Batua Kecamatan Manggala Kota Makassar.....	34
Tabel 5.4	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kejadian Hipertensi di Puskesmas Batua Kecamatan Manggala Kota Makassar	35
Tabel 5.5	Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Hipertensi di Puskesmas Batua Kecamatan Manggala Kota Makassar	36

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Piramida Makanan Pada Lansia	16
---	----

DAFTAR SKEMA

Skema 3.1 Kerangka Konseptual Penelitian.....	24
---	----

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 : Jadwal Kegiatan
- Lampiran 2 : Surat Izin Meneliti
- Lampiran 3 : Surat Izin Penelitian DINKES
- Lampiran 4 : Lembar Permohonan Menjadi Responden
- Lampiran 5 : Lembar Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 6 : *Informed Consent*
- Lampiran 7 : Lembar Kuesioner Pola Makan
- Lampiran 8 : Surat Keterangan Selesai Penelitian
- Lampiran 9 : Master Tabel
- Lampiran 10 : Output SPSS
- Lampiran 11 : Lembar Konsul
- Lampiran 12 : Surat Keterangan Uji Turniti

DAFTAR ARTI LAMBANG, SINGKATAN, DAN ISTILAH

<	: Lebih kecil dari
/	: Per
>	: Lebih besar dari
≥	: Lebih besar dari atau sama dengan
≤	: Lebih kecil dari atau sama dengan
α	: Nilai kemaknaan
%	: Persentase
&	: Dan
=	: Sama dengan
ACE	: <i>Angiotensin Converting Enzym</i>
ARBs	: <i>Angiotensin II Receptor Blockers</i>
<i>Anonimity</i>	: Tanpa nama
BB	: Berat Badan
<i>Beneficience</i>	: Berbuat Baik
Bivariat	: Analisa yang dilakukan pada kedua variabel
Dependen	: Variabel terikat
DII	: Dan lain-lain
Dkk	: Dan kawan-kawan
Independen	: Variabel bebas
JNC	: <i>Joint National Committee</i>
KB	: Keluarga Berencana
Kg	: Kilo gram
mmHg	: Milimeter air raksa
NSAIDs	: <i>Nonsteroidal Anti-inflammatory Drugs</i>
P	: Nilai signifikan
RAA	: <i>Rennin Angiotensin Aldesterone</i>
STIK	: Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan
SPSS	: <i>Statistic Product and Service Solutions</i>
TDS	: Tekanan Darah Sistolik
TDD	: Tekanan Darah Diastolik
TV	: Televisi
WHO	: <i>World Health Organization</i>

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Dikatakan hipertensi apabila tekanan darah melebihi batas normal yaitu 120/80 mmHg. *JNC (Joint National Committee)* menetapkan bahwa tekanan darah normal seseorang yaitu 120/80 mmHg sedangkan tekanan darah untuk hipertensi derajat 1 yaitu 140/80 mmHg dan hipertensi derajat 2 lebih dari 160/90 mmHg (Susilo, 2011).

Pada umumnya hipertensi dapat terjadi pada semua orang dikarenakan arus globalisasi yang semakin meningkat sehingga membawa begitu banyak perubahan pada gaya hidup masyarakat seperti kurang berolahraga, suka mengonsumsi makanan cepat saji, lebih mudah stress dan lain sebagainya. Biasanya orang dengan usia mencapai 60 tahun ke atas sangat rentan mengalami hipertensi dikarenakan pada usia tersebut tubuh mengalami penurunan fungsi dan sistem kerja pada pembuluh darah meningkat (Anna, 2011).

Berdasarkan pernyataan WHO (*World Health Organization*) bahwa setiap tahun terjadi peningkatan angka kejadian hipertensi yang diprediksikan pada tahun 2025 akan meningkat sebanyak 1,5 miliar dan terdapat 10,44 jiwa meninggal akibat penyakit hipertensi dan komplikasinya (Kemenkes RI, 2019).

Provinsi Sulawesi Selatan berada pada urutan ke-8 di Indonesia kejadian hipertensi yang telah didiagnosa oleh dokter dan berada pada umur ≥ 18 tahun sedangkan untuk kejadian hipertensi yang telah didiagnosa dokter dan mengonsumsi obat antihipertensi provinsi Sulawesi Selatan berada pada urutan ke 11 (7,5%) (Kementerian Kesehatan RI Badan Penelitian dan Pengembangan, 2018).

Memasuki usia 60 tahun ke atas tubuh mengalami penurunan fungsi yang dapat mempengaruhi kerja sistem tubuh terutama pada sistem kardiovaskuler, mengingat pada usia 60 tahun ke atas terjadi

peningkatan aktifitas pembuluh darah pada dinding arteri sehingga terjadi penebalan kolagen yang menumpuk pada lapisan otot, hal tersebut menyebabkan pembuluh darah menjadi sempit dan kaku. Akibat dari pembuluh darah yang menyempit menimbulkan berbagai macam komplikasi yaitu penyakit ginjal (32%), kerusakan pembuluh darah jantung (54%), kerusakan pada otak (36%), serangan jantung, infark, gagal jantung (Susanto, 2018).

Populasi lanjut usia didunia yang menderita hipertensi mencapai 55% sedangkan di Asia sekitar 40% salahsatunya Indonesia menjadi dengan jumlah populasi lanjut usia sekitar 15%, hal tersebut merupakan angka populasi tertinggi jika dibandingkan dengan Bangladesh, Korea, Nepal, dan Thailand (Susilo, 2011).

Berdasarkan data dari Riskesdas 2018, mengatakan bahwa pada usia 33-44 tahun yang menderita hipertensi sekitar 31,6%, usia 45-54 tahun yang menderita hipertensi sekitar 45,3%, dan pada usia 55-64 tahun yang menderita hipertensi sekitar 55,2% (Kemenkes RI, 2019).

Terdapat beberapa faktor penyebab hipertensi yaitu faktor minor dan mayor. Penyebab berdasarkan faktor minor meliputi keturunan, jenis kelamin, sedangkan penyebab berdasarkan faktor mayor meliputi kebiasaan merokok, alkohol, obesitas, kurang beraktifitas, stress berlebihan dan tingginya asupan lemak (Sutanto, 2010).

Salah satu faktor yang menentukan terjadinya hipertensi pada lansia yaitu pola makan. Biasanya orang lebih menyukai mengkonsumsi makanan yang tinggi lemak dan kolesterol berupa makanan yang asin dan gurih seperti rendang, makanan cepat saji, berbagai olahan daging. Sehingga menambah beban jantung untuk memompa darah, hal inilah yang menyebabkan penyakit hipertensi (Sutanto, 2010). Lansia yang menderita penyakit hipertensi dapat diterapkan pola makan yang sehat dan rendah lemak jenuh, serta kaya akan buah, sayuran (Susilo, 2011).

Pada penderita hipertensi sebaiknya menghindari mengkonsumsi makanan yang mengandung tinggi lemak dan garam dan dianjurkan untuk mengkonsumsi makanan yang tinggi serat seperti buah-buahan, sayur-sayuran. Jadwal makan yang baik untuk lansia yaitu 5 kali sehari, dengan pembagian yaitu sarapan pagi, snack pagi, makan siang, snack sore dan makan malam (Kurniadi, 2014).

Data yang diperoleh dari bagian rekam medik di Puskesmas Batua Kecamatan Manggala Kota Makassar menunjukkan bahwa angka kejadian hipertensi pada lansia dari bulan Januari-Maret 2021 mencapai 1048 orang yang terbagi atas 545 orang perempuan dan 503 orang laki-laki.

Berdasarkan uraian di atas, peneliti tertarik melakukan penelitian tentang "Hubungan Pola Makan Dengan Angka Kejadian Hipertensi Pada Lansia Di Puskesmas Batua Kecamatan Manggala Kota Makassar."

B. Rumusan Masalah

Hipertensi merupakan terjadinya peningkatan tekanan darah di atas batas normal 120/80 mmHg. Hipertensi dapat terjadi pada semua orang, baik laki-laki maupun perempuan dan lebih rentan terjadi pada lansia.

Banyak faktor yang menyebabkan hipertensi pada lansia yaitu kurang berolahraga, merokok, obesitas/kegemukan, alkohol, stress, asupan lemak yang berlebihan, serta kadar kalium rendah, sensitivitas natrium selain itu penyebab utama hipertensi adalah aterosklerosis.

Salah satu faktor penyebab hipertensi pada lansia adalah pola makan yang tidak teratur seperti mengkonsumsi makanan yang asin, tinggi kolesterol, tinggi lemak, dan seringnya mengkonsumsi makanan cepat saji.

Berdasarkan uraian latar belakang yang telah dikemukakan di atas, maka diperlukan pengkajian lebih lanjut tentang "Hubungan Pola

Makan Dengan Angka Kejadian Hipertensi Pada Lansia Di Puskesmas Batua Kecamatan Manggala Kota Makassar.”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui adanya “Hubungan pola makan dengan angka kejadian hipertensi pada lansia di Puskesmas Batua Kecamatan Manggala kota Makassar”.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui distribusi pola makan lansia di Puskesmas Batua.
- b. Mengetahui distribusi kejadian hipertensi pada lansia di Puskesmas Batua.
- c. Menganalisis hubungan pola makan dengan angka kejadian hipertensi.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Lansia

Diharapkan dapat menerapkan pola hidup sehat sehingga dapat meminimalisir kejadian hipertensi.

2. Bagi Keluarga

Diharapkan kepada keluarga agar lebih memperhatikan jadwal makanan, jumlah dan frekuensi makanan agar dapat menurunkan angka penyakit hipertensi pada lansia.

3. Bagi Puskesmas Batua

Dapat dijadikan sebagai bahan evaluasi tentang hubungan pola makan dengan angka kejadian hipertensi.

4. Bagi Institusi

Digunakan sebagai sumber informasi untuk proses pembelajaran demi meningkatnya ilmu pengetahuan dan wawasan terkait hubungan antara pola makan dengan angka kejadian hipertensi.