

SKRIPSI

**HUBUNGAN PEMILIHAN MAKANAN DENGAN
KEJADIAN HIPERTENSI PADA LANSIA
DI DESA KUOK WILAYAH KERJA
PUSKESMAS KUOK**



NAMA : NURHAFIKA

NIM : 1613201007

**Diajukan Sebagai Persyaratan Untuk Mendapatkan
Gelar Sarjana Kesehatan Masyarakat**

**PROGRAM STUDI S1 KESEHATAN MASYARAKAT
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS PAHLAWAN TUANKU TAMBUSAI
RIAU
2020**

SKRIPSI

**HUBUNGAN PEMILIHAN MAKANAN DENGAN
KEJADIAN HIPERTENSI PADA LANSIA
DI DESA KUOK WILAYAH KERJA
PUSKESMAS KUOK**

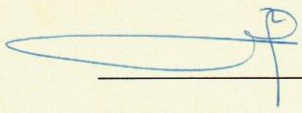
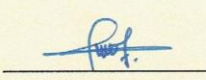

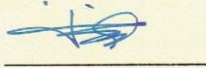


NAMA : NURHAFIKA

NIM : 1613201007

**PROGRAM STUDI S1 KESEHATAN MASYARAKAT
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS PAHLAWAN TUANKU TAMBUSAI
RIAU
2020**

**LEMBARAN PERSETUJUAN DEWAN PENGUJI
UJIAN SKRIPSI S1 KESEHATAN MASYARAKAT**

No	NAMA	TANDA TANGAN
1.	<u>SYAFRIANI, M.Kes</u> Ketua Dewan Penguji	
2.	<u>RIZKI RAHMAWATI LESTARI, M.Kes</u> Sekretaris	
3.	<u>M. NIZAR SYARIF HAMIDI, A. Kep, M.Kes</u> Penguji 1	
4.	<u>ADE DITA PUTERI, SKM, MPH</u> Penguji 2	

Mahasiswi :
NAMA : NURHAFIKA
NIM : 1613201007
TANGGAL UJIAN: 11 JULI 2020

LEMBARAN PERSETUJUAN AKHIR SKRIPSI

NAMA : NURHAFIKA

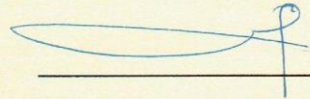
NIM : 1613201007

NAMA

TANDA TANGAN

Pembimbing I:

SYAFRIANI, M.Kes
NIP. TT : 096. 542. 095



Pembimbing II:

RIZKI RAHMAWATI LESTARI, M.Kes
NIP. TT : 096. 542. 174



Ketua Program Studi S1 Kesehatan Masyarakat



ADE DITA PUTERI, SKM, MPH
NIP. TT : 096. 542. 173

**LEMBAR PERSETUJUAN DEWAN PENGUJI
UJIAN SKRIPSI S1 KESEHATAN MASYARAKAT**

NO.	NAMA	TANDA TANGAN
1.	<u>SYAFRIANI, M.Kes</u> Ketua Dewan Penguji	_____
2.	<u>RIZKI RAHMAWATI LESTARI, M.Kes</u> Sekretaris	_____
3.	<u>M. NIZAR SYARIF HAMIDI, A.Kep, M.Kes</u> Narasumber I	_____
4.	<u>ADE DITA PUTERI, M.PH</u> Narasumber II	_____

Mahasiswi :

NAMA	: NURHAFIKA
NIM	: 1613201007
TANGGAL UJIAN	: 11 Juli 2020

LEMBAR PERSETUJUAN SKRIPSI

NAMA : NURHAFIKA
NIM : 1613201007

NAMA

TANDA TANGAN

Pembimbing I

SYAFRIANI, M.Kes
NIP.TT : 096.542.095

Pembimbing II

RIZKI RAHMAWATI LESTARI, M.Kes
NIP.TT : 096.542.174

Ketua Prodi S1 Kesehatan Masyarakat

ADE DITA PUTERI, M.PH
NIP.TT : 096.542.173

**PROGRAM STUDI S1 KESEHATAN MASYARAKAT
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS PAHLAWAN TUANKU TAMBUSAI**

Laporan Penelitian, Juni 2020

**NURHAFIKA
NIM. 1613201007**

**HUBUNGAN PEMILIHAN MAKANAN DENGAN KEJADIAN
HIPERTENSI PADA LANSIA DI DESA KUOK WILAYAH KERJA
PUSKESMAS KUOK TAHUN 2020**

xi + 70 Halaman + 14 Tabel + 5 Skema + 18 Lampiran

ABSTRAK

Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular yang berupa gangguan pada sistem sirkulasi yang banyak mengganggu kesehatan masyarakat. Secara global, hipertensi diperkirakan menyebabkan 9,4 juta kematian dan akan terus meningkat tiap tahunnya. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara pemilihan makanan dengan kejadian hipertensi pada lansia di Desa Kuok Wilayah Kerja Puskesmas Kuok tahun 2020. Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif analitik dengan desain *cross sectional*. Penelitian ini dilakukan pada tanggal 29 Mei – 4 Juni 2020 di Desa Kuok Wilayah Kerja Puskesmas Kuok. Populasi dan sampel penelitian ini berjumlah 76 lansia yang berkunjung ke Poli Lansia Puskesmas Kuok pada bulan Maret tahun 2020 dengan teknik *total sampling*. Variabel terikat pada penelitian ini adalah hipertensi, sedangkan variabel bebas adalah pemilihan makanan. Analisis data dilakukan dengan uji *chi-square*. Hasil analisa univariat penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden menderita hipertensi sebanyak 51 orang (67,1% dan sebagian besar responden mengkonsumsi makanan tidak sehat yaitu sebanyak 57 orang (75%). Sedangkan hasil analisa bivariat menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara pemilihan makanan dengan kejadian hipertensi yaitu nilai *p value* (0,000) < α (0,05), RP = 17,625 (CI 95% : 4,818-64,481). Artinya hal ini menunjukkan bahwa responden yang memilih makanan tidak sehat mempunyai risiko sebesar 17,625 kali mengalami hipertensi dibandingkan dengan responden yang memilih makanan sehat. diharapkan pada masyarakat khususnya lansia sebaiknya memilih makanan yang sehat untuk mengurangi risiko terjadinya hipertensi dan perlu melakukan pemeriksaan tekanan darah secara rutin.

Kata kunci: Pemilihan Makanan, Hipertensi, Lansia.

Daftar bacaan : 56 (2003-2020)

**PUBLIC HEALTH STUDY PROGRAM
FACULTY OF HEALTH SCIENCE
PAHLAWAN TUANKU TAMBUSAI UNIVERSITY**

Research Report, June 2020

**NURHAFIKA
NIM. 1613201007**

***THE RELATIONSHIP OF FOOD SELECTION WITH HYPERTENSION
EVENTS IN ELDERLY IN KUOK VILLAGE, KUOK PUSKESMAS
VOCATIONAL SCHOOL, 2020***

xi + 70 pages + 14 tables + 5 schemes + 17 annexes

ABSTRACT

Hypertension is one of the non-communicable diseases in the form of disorders of the circulatory system which disturb public health. Globally, hypertension is estimated to cause 9.4 million deaths and will continue to increase every year. This study aims to analyze the relationship between food selection and the incidence of hypertension in the elderly in Kuok Village, the Kuok Health Center Work Area in 2020. This type of research is a quantitative analytic study with a cross sectional design. This research was conducted on 29 May - 4 June 2020 in Kuok Village, the working area of the Kuok Health Center. The population and sample of this study were 76 elderly who visited the Kuok Health Center Elderly Poli in March 2020 with a total sampling technique. The dependent variable in this study was hypertension, while the independent variable was food selection. Data analysis was performed using the chi-square test. The results of the univariate analysis showed that the majority of respondents suffered from hypertension as many as 51 people (67.1% and most of the respondents consumed unhealthy food, namely 57 people (75%). While the results of the bivariate analysis showed a significant relationship between food selection and incidence. hypertension, namely p value $<0,000$ $<(0,000)$, $RP = 17,625$ (95% CI: 4,818-64,481). This means that respondents who choose unhealthy foods have a risk of 17,625 times experiencing hypertension compared to respondents who choose healthy foods. It is hoped that the community, especially the elderly, should choose healthy foods to reduce the risk of hypertension and need to carry out regular blood pressure checks.

Keywords: Food Selection, Hypertension, Elderly.

Reading list: 56 (2003-2020)

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah puji syukur kehadirat Allah SWT, yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya peneliti dapat memperoleh kemampuan dalam menyelesaikan laporan penelitian yang berjudul **“Hubungan Pemilihan Makanan dengan Kejadian Hipertensi pada Lansia di Desa Kuok Wilayah Kerja Puskesmas Kuok Tahun 2020”**.

Penelitian ini diajukan guna memenuhi salah satu syarat dalam menyelesaikan program S1 Kesehatan Masyarakat Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai. Dalam penyelesaian laporan penelitian ini, peneliti banyak mendapatkan bantuan dari berbagai pihak, oleh karena itu peneliti ingin mengucapkan terimakasih yang tulus kepada yang terhormat:

1. Bapak Prof. DR. Amir Luthfi selaku Rektor Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai.
2. Ibu Dewi Anggriani Harahap, M.Keb selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai.
3. Ibu Ade Dita Puteri, M.PH selaku Ketua Prodi S1 Kesehatan Masyarakat Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai sekaligus Penguji II yang telah memberikan kritikan dan saran sehingga laporan penelitian ini berjalan dengan baik.
4. Ibu Syafriani, M.Kes selaku Pembimbing I dalam penyusunan laporan penelitian ini, yang telah meluangkan waktu, pikiran, bimbingannya serta arahan petunjuk dan bersusah payah membantu peneliti dalam menyelesaikan laporan penelitian ini tepat pada waktunya.

5. Ibu Rizki Rahmawati Lestari, M.Kes selaku Pembimbing II yang telah memberikan kritik dan saran dalam kesempurnaan penyusunan laporan penelitian ini.
6. Bapak M. Nizar Syarif Hamidi, A.Kep, M.Kes selaku Penguji I yang telah memberikan kritikan dan saran demi kesempurnaan laporan penelitian ini.
7. Bapak Khairisman, SH selaku Kepala Desa Kuok yang telah memberikan izin untuk melakukan penelitian dalam menyelesaikan penelitian ini.
8. Bapak dan Ibu dosen beserta staff Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai, yang telah memberikan kesempatan dan kemudahan bagi peneliti dalam menyelesaikan penyusunan laporan penelitian ini.
9. Kedua orang tua yang telah memberi motivasi kepada peneliti baik secara materi dan moral.
10. Rekan-rekan seperjuangan di Prodi S1 Kesehatan Masyarakat Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai Riau yang telah bermurah hati dalam membantu menyelesaikan penyusunan laporan penelitian ini.

Peneliti menyadari bahwa dalam penulisan laporan penelitian ini masih banyak kekurangan baik dari segi penampilan dan penulisan, oleh karena itu, peneliti senantiasa mengharapkan saran dan kritikan yang bersifat membangun demi kesempurnaan laporan penelitian ini.

Bangkinang, Juli 2020
Peneliti

NURHAFIKA
NIM. 1613201007

DAFTAR ISI

LEMBARAN JUDUL	i
LEMBAR PENGESAHAN	ii
ABSTRAK	iii
KATA PENGANTAR.....	iv
DAFTAR ISI.....	vii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR SKEMA	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	8
C. Tujuan Penelitian.....	8
D. Manfaat Penelitian.....	9
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Hipertensi.....	10
1. Pengertian Hipertensi	10
2. Klasifikasi.....	11
3. Hipertensi Pada Lansia	12
4. Faktor Risiko	15
5. Patofisiologi.....	19
6. Manifestasi Klinik	20
7. Komplikasi.....	22
B. Lanjut Usia (Lansia)	22
1. Pengertian Lansia	23
2. Penggolongan Usia Lanjut.....	24
3. Gizi Lansia.....	25
C. Pemilihan Makanan	28
1. Makanan Sehat	28
a. Pengertian Makanan Sehat	28
b. Fungsi Makanan Bagi Tubuh	29

c. Ciri-Ciri Makanan Sehat.....	30
d. Syarat Makanan Sehat	33
e. Konsumsi Makanan Sehat	34
f. Pengaruh Makanan Terhadap Kesehatan	35
2. Makanan Tidak Sehat	36
a. Ciri-Ciri Makanan Tidak Sehat	37
b. Menghindari Makanan Tidak Sehat	42
D. Penelitian Terkait.....	44
E. Kerangka Teori	46
F. Kerangka Konsep	46
G. Hipotesis	47
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Desain Penelitian	48
B. Lokasi dan Waktu Penelitian.....	51
C. Populasi dan Sampel.....	51
D. Etika Penelitian.....	53
E. Alat Pengumpulan Data.....	54
F. Uji Validitas dan Reliabilitas.....	54
G. Prosedur Pengumpulan Data	55
H. Definisi Operasional	56
I. Teknik Pengolahan Data.....	57
J. Analisa Data	58
BAB IV HASIL PENELITIAN	
A. Karakteristik Responden.....	61
B. Analisa Univariat	61
1. Pemilihan Makanan	61
2. Kejadian Hipertensi	62
C. Analisa Bivariat	62
BAB V PEMBAHASAN	
A. Analisa Univariat	64
B. Analisa Bivariat	65

C. Keterbatasan Penelitian.....	66
BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan	70
B. Saran	70
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1.1 : Distribusi Frekuensi Jumlah Penderita Hipertensi Tertinggi Pada 10 Kecamatan Di Kabupaten Kampar Tahun 2019.....	4
Tabel 1.2 : Distribusi Frekuensi Jumlah Penderita Hipertensi Tertinggi Pada 8 Desa Wilayah Kerja Puskesmas Kuok Tahun 2019.....	5
Tabel 1.3 : Distribusi Jumlah Kunjungan di Poli Lansia Wilayah Kerja Puskesmas Kuok Periode Maret 2020.....	5
Tabel 2.1 : Klasifikasi berdasarkan tekanan darah sistolik dan diastolik.....	11
Tabel 2.2 : Klasifikasi berdasarkan tekanan darah pada orang dewasa	12
Tabel 2.3 : Kebutuhan Kalori Berdasarkan Usia.....	25
Tabel 2.4 : Kategori Status Gizi Lansia Berdasarkan IMT	27
Tabel 3.1 : Definisi Operasional.....	55
Tabel 4.3: Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Umur	61
Tabel 4.3: Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin	61
Tabel 4.3: Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pendidikan	62
Tabel 4.4 : Distribusi Frekuensi Lansia Berdasarkan Pemilihan Makanan di desa Kuok Wilayah Kerja Puskesmas Kuok Tahun 2020.....	62
Tabel 4.5 : Distribusi Frekuensi Lansia Berdasarkan Kejadian Hipertensi di desa Kuok Wilayah Kerja Puskesmas Kuok Tahun 2020.....	63
Tabel 4.6 : Hubungan Pemilihan Makanan dengan Kejadian Hipertensi Lansia di desa Kuok Wilayah Kerja Puskesmas Kuok Tahun 2020..	64

DAFTAR SKEMA

	Halaman
Skema 2.1 : Kerangka Teori	46
Skema 2.2 : Kerangka Konsep.....	46
Skema 3.1 : Rancangan Penelitian.....	48
Skema 3.2 : Alur Penelitian	49
Skema 3.3 : Prosedur Penelitian	50

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 : Lembar Persetujuan Judul Penelitian
- Lampiran 2 : Surat Izin Pengambilan Data
- Lampiran 3 : Surat Balasan Selesai Pengambilan Data
- Lampiran 4 : Surat Izin Penelitian
- Lampiran 5 : Surat Rekomendasi dari Kesbangpol
- Lampiran 6 : Surat Balasan Izin Penelitian dari Camat Desa Kuok
- Lampiran 7 : Surat Balasan Izin Penelitian dari Kantor Desa Kuok
- Lampiran 8 : Uji Validitas dan Reliabilitas
- Lampiran 9 : Surat Permohonan Menjadi Responden
- Lampiran 10 : Surat Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 11 : Lembar Kuesioner Penelitian
- Lampiran 12 : Master Tabel
- Lampiran 13 : Master Data
- Lampiran 14 : SPSS
- Lampiran 15 : Dokumentasi Penelitian
- Lampiran 16 : Daftar Riwayat Hidup
- Lampiran 17 : Lembar Konsultasi