

**HUBUNGAN ANTARA KONSUMSI MAKANAN DENGAN  
KEJADIAN HIPERTENSI PADA LANSIA  
DI DESA SANGEH**



**SKRIPSI**

**Oleh :**

**IDA AYU DITASARI**

**PROGRAM STUDI SARJANA ILMU KEPERAWATAN  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN  
BINA USADA BALI  
2022**

**HUBUNGAN ANTARA KONSUMSI MAKANAN DENGAN  
KEJADIAN HIPERTENSI PADA LANSIA  
DI DESA SANGEH**

**SKRIPSI**

**Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan  
Pada Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bina Usada Bali**

**Oleh :**

**IDA AYU DITASARI  
NIM. C2121128**

**PROGRAM STUDI SARJANA ILMU KEPERAWATAN  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN  
BINA USADA BALI  
2022**

**HALAMAN PERSETUJUAN**

**HUBUNGAN ANTARA KONSUMSI MAKANAN DENGAN  
KEJADIAN HIPERTENSI PADA LANSIA  
DI DESA SANGEH**

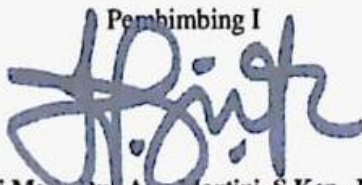
**Dianjukan Oleh:**

**IDA AYU DITASARI  
NIM. C2121128**

**Mangupura, 13 Februari 2023**

**Telah Disetujui oleh Dosen Pembimbing**

Pembimbing I



Ns. Ni Made Dw. Ayu Martini, S.Kep., M.Kes  
NIDN : 0801038802

Pembimbing II



Ns. Ni Luh Putu Dian Yunita Sari, M.Kep., Sp. Kep. Kom  
NIDN : 0810069202

Mengetahui,  
Program Studi Sarjana Ilmu Keperawatan

Ketua



Ns. I Putu Artha Widaya, S.Kep., M.Kep  
NIDN : 0821058603

**HALAMAN PENGESAHAN**

**HUBUNGAN ANTARA KONSUMSI MAKANAN DENGAN  
KEJADIAN HIPERTENSI PADA LANSIA  
DI DESA SANGEH**

**Tanggal : 17 Februari 2023**

Yang terdiri dari :

Ketua Penguji



**dr. I Nyoman Suartha, M.Repro**  
**NIDN : 0809036701**

Sekretaris Penguji



**Ns. Ni Made Dwi Ayu Martini, S.Kep., M.Kes**  
**NIDN : 0801038802**

Anggota Penguji



**Ns. Ni Luh Putu Dian Yumta Sari, M.Kep., Sp. Kep. Kom**  
**NIDN : 0810069202**

Mengetahui,  
Program Studi Sarjana Ilmu Keperawatan

Ketua



**Ns. I Putu Artha Widaya, S.Kep., M.Kep**  
**NIDN : 0821058603**

**SEKOLAH TINGGI ILMU KEPERAWATAN BINA USADA BALI  
PROGRAM STUDI SARJANA ILMU KEPERAWATAN**

Skripsi, Januari 2023

Ida Ayu Ditasari

Hubungan Antara Konsumsi Makanan dengan Kejadian Hipertensi pada Lansia di Desa Sangeh.

xiv + 107 + 8 tabel + 2 skema + 12 lampiran

**ABSTRAK**

Hipertensi adalah penyakit degeneratif yang banyak terjadi dan mempunyai tingkat mortalitas yang cukup tinggi serta mempengaruhi kualitas hidup dan produktifitas seseorang. Konsumsi makanan yang memicu terjadinya hipertensi diantaranya adalah konsumsi makanan asin, konsumsi makanan manis, dan konsumsi makanan berlemak. Perubahan gaya hidup yang semakin modern dan maju sangat mempengaruhi perubahan pola konsumsi pada lansia yang lebih cenderung memilih makanan yang tinggi kalori, tinggi lemak, rendah serat dan sebagainya. Adapun tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara konsumsi makanan dengan kejadian hipertensi pada lansia di Desa Sangeh.

Penelitian ini menggunakan penelitian *observasional* dengan pendekatan *cross sectional* dengan jumlah sampel sebanyak 112 orang lansia yang mengalami hipertensi. Pengumpulan data menggunakan kuesioner FFQ. Data dianalisis menggunakan uji *Spearman Rho* untuk mengetahui apakah hubungan antar variabel konsumsi makanan dengan kejadian hipertensi pada lansia.

Hasil penelitian ini menunjukkan nilai konsumsi karbohidrat  $p = 0,006$  dan sumber natrium  $p = 0,026$ . Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan pada makanan karbohidrat dan natrium dengan kejadian hipertensi pada lansia di Desa Sangeh. Peneliti harapkan lansia dapat menjaga pola konsumsi di mana dapat mengurangi makanan pemicu hipertensi dan memperbanyak makanan pencegah hipertensi.

Kata Kunci : konsumsi makanan, hipertensi, lansia

Daftar pustaka : 67 (2012- 2022)

**HEALTH INSTITUTION OF BINA USADA BALI  
BACHELOR DEGREE OF NURSING PROGRAM**

Undergraduate Thesis, January 2023

Ida Ayu Ditasari

Relationship Between Food Consumption and Incidence of Hypertension in the Elderly in Sangeh Village.

xv + 107 + 8 table + 2 skema + 12 lampiran

**ABSTRACT**

Hypertension is a degenerative disease that occurs a lot and has a high mortality rate and affects a person's quality of life and productivity. Food consumption that triggers hypertension includes consumption of salty foods, consumption of sweet foods, and consumption of fatty foods. Changes in lifestyle that are increasingly modern and advanced greatly affect changes in consumption patterns in the elderly who are more likely to choose foods that are high in calories, high in fat, low in fiber and so on. The purpose of this study was to determine the relationship between food consumption and the incidence of hypertension in the elderly in Sangeh Village.

This study used an observational research with a cross-sectional approach with samples used amounting to 112 elderly people who experienced hypertension. Data collection using the FFQ questionnaire. Data were analyzed using the Spearman Rho test to determine whether the relationship between food consumption variables and the incidence of hypertension in the elderly.

The results of this study showed the value of carbohydrate consumption  $p = 0.006$  and sodium source  $p = 0.026$ . This shows that there is a relationship in carbohydrate and sodium foods with the incidence of hypertension in the elderly in Sangeh Village. Researchers hope that the elderly can maintain consumption patterns where they can reduce foods that trigger hypertension and increase foods that prevent hypertension.

Keywords : food consumption, incidence of hypertension, elderly

Bibliography : 67 (2012- 2022)

## KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadapan Ida Sang Hyang Widhi Wasa atau Tuhan Yang Maha Esa karena berkat dan Anugerah-Nyalah peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini yang berjudul “Hubungan Antara Konsumsi Makanan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia di Desa Sangeh”. Skripsi ini disusun untuk memenuhi persyaratan memperoleh gelar Sarjana Keperawatan pada Program Studi Sarjana Ilmu Keperawatan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bina Usada Bali.

Terselesaikannya penelitian ini tidak lepas dari bantuan dan dorongan serta bimbingan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis mengucapkan banyak terimakasih kepada:

1. Dr. Ir. I Putu Santika, MM selaku ketua STIKES Bina Usada Bali yang telah memberikan kesempatan mengikuti pendidikan Program Studi Ilmu Keperawatan di STIKES Bina Usada Bali.
2. dr.I Nyoman Suartha, M.Repro selaku penguji yang telah memberikan masukan dan saran sehingga skripsi ini bisa terselesaikan.
3. Ns. Ni Made Dwi Ayu Martini, S.Kep.,M.Kes selaku pembimbing utama yang telah memberikan masukan dan bimbingan dalam menyelesaikan skripsi ini.
4. Ns. Ni Luh Putu Dian Yunita Sari, M.Kep., Sp.Kep.Kom selaku pembimbing pendamping yang telah membantu penulis dalam memberikan masukan dan saran sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.
5. Keluarga tercinta yang senantiasa memberikan doa dan dukungan moril dalam penyusunan skripsi ini.

6. Rekan-rekan program studi alih jenjang yang memberikan dukungan sehingga penulis mampu untuk menyelesaikan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa penulisan skripsi ini masih jauh dari sempurna, oleh karena itu penulis membuka diri untuk menerima segala kritik dan saran yang membangun. Akhir kata penulis berharap semoga penelitian ini dapat bermanfaat bagi semua pihak. Terimakasih.

Mangupura, Juli 2022

Penulis

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL</b> .....	i
<b>HALAMAN PERSETUJUAN</b> .....	ii
<b>HALAMAN PENGESAHAN</b> .....	iii
<b>ABSTRAK</b> .....	iv
<b>ABSTRACT</b> .....	v
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	vi
<b>DAFTAR ISI</b> .....	vi
<b>DAFTAR SKEMA</b> .....	ix
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	x
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	xi
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	1
<b>A. Latar Belakang</b> .....	1
<b>B. Rumusan Masalah</b> .....	4
<b>C. Tujuan Penelitian</b> .....	5
1. Tujuan Umum.....	5
2. Tujuan Khusus.....	5
<b>D. Manfaat penelitian</b> .....	5
1. Pelayanan Keperawatan .....	5
2. Masyarakat .....	6
3. Institusi Pendidikan.....	6
4. Pengembangan Ilmu Keperawatan .....	6
<b>E. Keaslian Penelitian</b> .....	7
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b> .....	10
<b>A. Konsep Konsumsi Makanan</b> .....	10
1. Pengertian Konsumsi .....	10
2. Jenis- jenis Nutrisi.....	10
3. Makanan Pencegah dan Pemicu Kenaikan Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi .....	12
4. Pengaruh Penuaan Terhadap Pola Makan .....	13
<b>B. Konsep Dasar Hipertensi</b> .....	14

1. Definisi Hipertensi .....	14
2. Patofisiologi .....	15
3. Klasifikasi Hipertensi .....	17
4. Gejala Hipertensi.....	17
5. Faktor Resiko Penyebab Hipertensi .....	18
6. Pengaruh Penuaan Pada Sistem Kardiovaskuler .....	19
7. Pengaruh Penuaan Pada Sistem Gastrointestinal .....	19
8. Penatalaksanaan Hipertensi.....	20
<b>C. Konsep Lanjut Usia .....</b>	<b>21</b>
1. Pengertian Lanjut Usia .....	21
2. Klasifikasi Lanjut Usia .....	21
3. Karakteristik Lanjut Usia .....	21
4. Perubahan Lanjut Usia .....	23
<b>D. Kerangka Teori.....</b>	<b>27</b>
<b>BAB III KERANGKA KONSEP, HIPOTESIS DAN DEFINISI</b>	
<b>OPERASIONAL .....</b>	<b>28</b>
<b>A. Kerangka Konsep.....</b>	<b>28</b>
<b>B. Hipotesis Penelitian.....</b>	<b>30</b>
<b>C. Definisi Operasional .....</b>	<b>30</b>
<b>BAB IV METODE PENELITIAN .....</b>	<b>32</b>
<b>A. Rancangan Penelitian.....</b>	<b>32</b>
<b>B. Populasi dan Sampel.....</b>	<b>32</b>
1. Populasi .....	32
2. Sampel .....	33
<b>C. Tempat Penelitian .....</b>	<b>35</b>
<b>D. Waktu Penelitian .....</b>	<b>35</b>
<b>E. Etika Penelitian.....</b>	<b>35</b>
<b>F. Alat Pengumpulan Data .....</b>	<b>37</b>
1. Instrumen Penelitian .....	37
2. Validitas Dan Reliabilitas .....	39
<b>G. Prosedur Pengumpulan Data .....</b>	<b>40</b>
1. Pengumpulan Data Secara Administrasi.....	41
2. Pengumpulan Data Secara Teknis .....	41
<b>H. Pengolahan Data.....</b>	<b>42</b>

1. Pengumpulan Data .....	42
2. Analisa Data .....	44
<b>BAB V HASIL PENELITIAN .....</b>	<b>47</b>
<b>A. Karakteristik Responden .....</b>	<b>48</b>
<b>B. Hasil Analisis Univariat .....</b>	<b>49</b>
<b>C. Uji Normalitas .....</b>	<b>50</b>
<b>D. Hasil Analisis Bivariat .....</b>	<b>51</b>
<b>BAB VI PEMBAHASAN.....</b>	<b>53</b>
<b>A. Interpretasi Penelitian .....</b>	<b>53</b>
1. Karakteristik Responden .....	53
2. Konsumsi Makanan dengan Hipertensi pada Lansia di Desa Sangeh .....	56
3. Hubungan Antara Konsumsi Makanan dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia di Desa Sangeh .....	58
<b>B. Keterbatasan Penelitian .....</b>	<b>61</b>
<b>C. Implikasi Terhadap Pelayanan, Pendidikan dan Penelitian.....</b>	<b>61</b>
1. Pelayanan Keperawatan .....	61
2. Bagi Masyarakat .....	62
3. Pendidikan Keperawatan.....	62
4. Penelitian Keperawatan.....	62
<b>BAB VII PENUTUP .....</b>	<b>64</b>
<b>A. Simpulan .....</b>	<b>64</b>
<b>B. Saran .....</b>	<b>65</b>
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>67</b>
<b>LAMPIRAN</b>	

## DAFTAR SKEMA

Skema 1	Kerangka Teori Hubungan Antara Konsumsi Makanan dengan Kejadian Hipertensi pada Lansia di Banjar Pemijian Sangeh...	27
Skema 2	Kerangka Konsep Hubungan Antara Konsumsi Makanan dengan Kejadian Hipertensi pada Lansia di Banjar Pemijian Sangeh.....	28

## DAFTAR TABEL

Tabel	1.1	Klasifikasi Hipertensi.....	17
Tabel	3.1	Definisi Operasional Hubungan Antara Konsumsi Makanan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia di Banjar Pemijian Sangeh .....	29
Tabel	5.1	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Umur, Jenis Kelamin, Pekerjaan, dan Kejadian Hipertensi Pada Penelitian Hubungan Antara Konsumsi Makanan dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia di Desa Sangeh ( $n=112$ ).....	48
Tabel	5.2	Distribusi Frekuensi Konsumsi Makanan Pada Penelitian Hubungan Antara Konsumsi Makanan dengan Hipertensi Pada Lansia di Desa Sangeh ( $n=112$ ).....	49
Tabel	5.3	Analisis Bivariat Hubungan Antara Konsumsi Makanan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia Di Desa Sangeh ( $n=112$ ).....	50

## DAFTAR LAMPIRAN

- |          |    |   |
|----------|----|---|
| Lampiran | 1  | Jadwal Penelitian   |
| Lampiran | 2  | Surat Permohonan Ijin Melakukan Studi Pendahuluan   |
| Lampiran | 3  | Surat Ijin Komisi Etik Penelitian   |
| Lampiran | 4  | Surat Ijin Penelitian STIKES Bina Usaha Bali  |
| Lampiran | 5  | Surat Ijin Penelitian Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu Kabupaten Badung |
| Lampiran | 6  | Surat Ijin Penelitian di Desa Sangeh  |
| Lampiran | 7  | Informed Consent  |
| Lampiran | 8  | Lembar Persetujuan Menjadi Responden  |
| Lampiran | 9  | Instrumen Penelitian  |
| Lampiran | 10 | SPSS  |
| Lampiran | 11 | Dokumentasi   |
| Lampiran | 12 | Form Bimbingan  |

## DAFTAR PUSTAKA

- Adriaansz. (2016). *Hubungan Konsumsi Makanan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia Di Puskesmasranomuut Kota Manado*. Jurnal Keperawatan UNSRAT, 4(1), 108574.
- Aung, S. (2021). *Mineral Seri Biokimia Pangan Dasar*. Deepublish.
- Bangun. (2018). *Sehat & Bugar pada Usia Lanjut dengan Jus Buah & Sayuran*. AgroMedia.
- Budi. (2015). *Hipertensi Manajemen Komprehensif*. Airlangga University Press.
- Dinas Kesehatan Provinsi Bali. (2021). *Profile Bali 2020*. Dinas Kesehatan Provinsi Bali.
- Dinkes Kab. Badung. (2021). *Profil Kesehatan Kabupaten Badung 2020*. 100. <https://www.diskes.baliprov.go.id/download/profil-kesehatan-badung-2020/>
- Fitriana. (2015). *Hubungan Antara Konsumsi Makanan dan Status Gizi dengan Kejadian Hipertensi pada Lansia (Studi di Posyandu Lansia Wilayah Kerja Puskesmas Wuluhan Kabupaten Jember)*. Artikel Ilmiah Hasil Penelitian Mahasiswa 2015.
- Gunawan. (2015). *Keputusan Pembelian Skincare Safi Berbasis Media Marketing*. In *Riskesdas 2018* (Vol. 3).
- Hasnawati, S. (2021). *Hipertensi* (N. Sofiyun (ed.)). Kbm Indonesia.
- Hamzah, B. (2021). *Analisis Hubungan Pola Makan dengan Kejadian Hipertensi pada Lansia*. Journal health and Science.
- Irfannuddin. (2019). *Cara Sistematis Berlatih Meneliti*. PT. Rayyana Komunikasindo.
- Irwan. (2016). *Epidemiologi Penyakit Tidak Menular*. Deepublish.
- Irwan. (2020). *Etika dan Perilaku Kesehatan*. (2020). Absolute Media.

- Kemendes RI. (2019). *Hipertensi Si Pembunuh Senyap*. Kementerian Kesehatan RI, 1–5.  
<https://pusdatin.kemkes.go.id/resources/download/pusdatin/infodatin/infodatin-hipertensi-si-pembunuh-senyap.pdf>
- Kurniawan, W. (2021). *Metodologi Penelitian Kesehatan dan Keperawatan* (A. Rahmawati (ed.)). CV Rumah Pustaka.
- Lanny, L. (2012). *Bebas Hipertensi Tanpa Obat*. AgroMedia.
- Manawan (2016). *Hubungan Antara Konsumsi Makanan dengan Kejadian Hipertensi di Desa Tandengan Satu Kecamatan Eris Kabupaten Minahasa*. Pharmacon Jurnal Ilmiah Farmasi, 5(1), 340–347.
- Muhamad, R. (2017). *Mengenal, Mencegah, Mengatasi Silent Killer, “Hipertensi.”* Hikam Pustaka.
- Nadiah, T. (2013). *Buku Pintar Sains dalam Al-Qur’an*. Serambi Ilmu Semesta.  
[https://www.google.co.id/books/edition/Buku\\_Pintar\\_Sains\\_dalam\\_Al\\_Qur\\_an/a1KLCwAAQBAJ?hl=id&gbpv=0](https://www.google.co.id/books/edition/Buku_Pintar_Sains_dalam_Al_Qur_an/a1KLCwAAQBAJ?hl=id&gbpv=0)
- Nuraini, B. (2015). *Risk factors of hypertension*. 4, 10–19.
- Patricia, N. (2016). *Hubungan Konsumsi Makanan dengan Kejadian Hipertensi pada Lansia di Puskesmas Ranommuut Kota Manado*.
- Putri, D. (2020). *Rancangan Penelitian Bidang Teknologi Pangan Analisa Data dengan SPSS dan Minitab*. UMMPress.
- Savitri, G. (2021). *Keperawatan Gerontik*. Yayasan Penerbit Muhammad Zaini.
- Solehatul. (2015). *Hubungan Gaya Hidup dan Pola Makan dengan Kejadian Hipertensi pada Lansia di Kelurahan Sawangan baru, Kota Depok tahun 2015*.
- Sudargo, T. (2021). *Asuhan Gizi Pada Lanjut Usia*. Ugm Press.
- Sudarmanto, E. (2021). *Desain Penelitian Bisnis: Pendekatan Kuantitatif* (R. W. anner Simarmata (ed.)). Yayasan Kita Menulis.
- Sumarni. (2016). *Konsumsi Junk Food dan Hipertensi pada Lansia di Kecamatan*

*Kasihani, Bantul, Yogyakarta**Kasihani, Jurnal Ners Dan Kebidanan Indonesia*, 3(2), 59. [https://doi.org/10.21927/jnki.2015.3\(2\).59-63](https://doi.org/10.21927/jnki.2015.3(2).59-63)

Sunarti. (2017). *Serat Pangan Dalam Penanganan Sindrom Metabolik*. Gadjah Mada University Press.

Tersiana, A. (2018). *Metode Penelitian*. Yogyakarta.

Widi, W. (2021). *Kemandirian Hidup Lansia Ditinjau Dari Faktor Kondisi Kesehatan & Kapasitas Fungsional Lansia*. Media Nusa Creative (MNC Publishing).

Widiyawati, W. (2020). *Keperawatan Gerontik*. Literasi Nusantara.