

INSTITUT TEKNOLOGI DAN KESEHATAN MAHARDIKA

FAKULTAS KESEHATAN

PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN

Skripsi, Juli 2025

Liswi Aruna Alifia, Ani Nurhaeni, Lily Wahyuni Romadhon

**HUBUNGAN JENIS MAKANAN DENGAN HIPERTENSI PADA LANSIA
DI PUSKESMAS KERSANA KABUPATEN BREBES**

XiV+54 halaman+12 lampiran+5 tabel+2 bagan

ABSTRAK

Hipertensi merupakan salah satu penyakit degeneratif yang dikenal sebagai *silent killer* karena sering kali tidak menunjukkan gejala, namun dapat menyebabkan komplikasi serius jika tidak dikendalikan. Salah satu faktor risiko yang dapat dimodifikasi untuk mengendalikan hipertensi, terutama pada lansia, adalah pola makan, khususnya jenis makanan yang dikonsumsi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara jenis makanan dengan kejadian hipertensi pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Kersana, Kabupaten Brebes. Penelitian menggunakan desain *cross-sectional* dengan jumlah responden sebanyak 82 lansia yang dipilih melalui teknik *purposive sampling*. Data dikumpulkan menggunakan alat kuesioner dan pengukuran cara tekanan darah. Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat dengan menggunakan uji *Chi-Square*.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas responden (73,2%) memiliki pola konsumsi makanan yang buruk, dan tingkat hipertensi terbanyak berada pada kategori sedang (43,9%). Hasil uji *Chi-Square* menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara jenis makanan dengan tingkat hipertensi ($p\text{-value} = 0,000 < \alpha = 0,05$). Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara jenis makanan dengan kejadian hipertensi pada lansia.

Kata Kunci: Jenis Makanan, Hipertensi, Lansia

Daftar Pustaka : 32 (2017-2024)

MAHARDIKA INSTITUTE OF TECHNOLOGY AND HEALTH

FACULTY OF HEALTH

PROGRAM STUDY OF NURSING

Mini thesis, July 2025

Liswi Aruna Alifia, Ani Nurhaeni, Lily Wahyuni Ramadhon

**THE RELATIONSHIP BETWEEN TYPE OF FOOD AND HYPERTENSION
IN THE ELDERLY AT KERSANA COMMUNITY HEALTH CENTER,
BREBES REGENCY**

XiV+54 pages+12 attachments+5 table+2

ABSTRACT

Hypertension is a degenerative disease known as a silent killer due to its often asymptomatic nature, yet it can lead to serious complications. Dietary habits, particularly the types of food consumed, are modifiable risk factors that influence blood pressure control, especially among the elderly. This study aims to determine the relationship between types of food and hypertension in elderly individuals at the Kersana Health Center, Brebes Regency. This research used a cross-sectional design involving 82 elderly respondents selected through purposive sampling. Data were collected using a and blood pressure measurements. Data analysis included univariate and bivariate analysis using the Chi-Square test.

The majority of respondents (73.2%) had poor dietary habits. The most common level of hypertension was moderate (43.9%). The Chi-Square test showed a significant relationship between types of food and hypertension (p -value = 0.000). There is a significant relationship between types of food and hypertension in the elderly. Elderly individuals who frequently consume salty, fatty, and processed foods are at higher risk of developing hypertension. Health education on healthy eating habits is essential to reduce the incidence of hypertension among the elderly recommendations based on the results.

*Keywords: Type of Food, Hypertension, Elderly
Bibliography : 25 (2019-2024)*