

**HUBUNGAN POLA MAKAN TERHADAP KEJADIAN HIPERTENSI PADA
MASYARAKAT PESISIR DI DESA NEGERI LAMA KABUPATEN LABUHANBATU**

SKRIPSI



Oleh :

Zaime Fitri

NIM : 0801181156

PROGRAM STUDI ILMU KESEHATAN MASYARAKAT

FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI

SUMATERA UTARA

MEDAN

2022

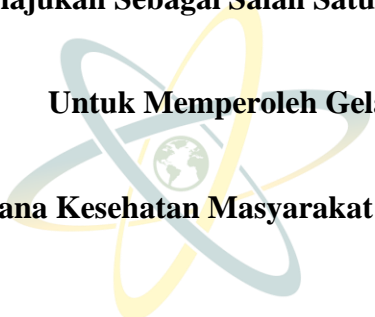
**HUBUNGAN POLA MAKAN TERHADAP KEJADIAN HIPERTENSI PADA
MASYARAKAT PESISIR DI DESA NEGERI LAMA KABUPATEN LABUHANBATU**

SKRIPSI

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat

Untuk Memperoleh Gelar

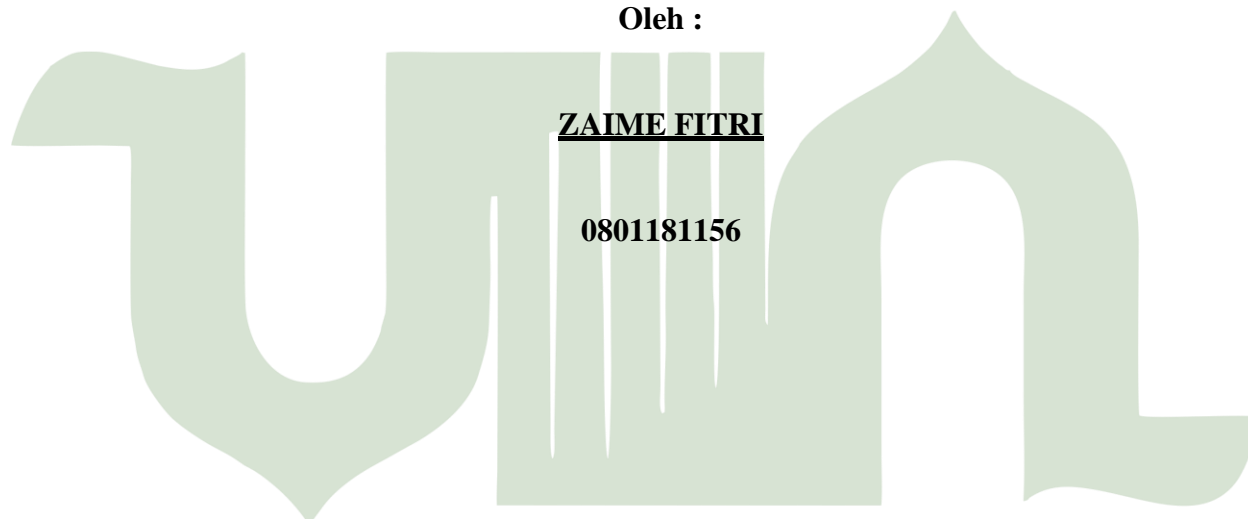
Sarjana Kesehatan Masyarakat (S.K.M)



Oleh :

ZAIME FITRI

0801181156



**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUMATERA UTARA MEDAN**

PROGRAM STUDI ILMU KESEHATAN MASYARAKAT

FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT

UNIVERSIATAS ISLAM NEGERI

SUMATERA UTARA

MEDAN

HUBUNGAN POLA MAKAN TERHADAP KEJADIAN HIPERTENSI PADA MASYARAKAT PESISIR DI DESA NEGERI LAMA KABUPATEN LABUHANBATU**Zaime fitri****NIM : 0801181156****ABSTRAK**

Data pasien dengan kejadian hipertensi di Puskesmas Negeri lama pada tahun 2021 sebanyak 2.764 jiwa, rata-rata yang berkunjung tersebut adalah kebanyakan dari perempuan. setelah melakukan wawancara, pasien mengakui sering mengonsumsi makanan yang tinggi natrium, sering menggunakan garam, penyedap rasa dan santan pada saat memasak, mengonsumsi makanan laut seperti udang, kerang, cumi-cumi dan ikan asin. Tujuan penelitian ini menganalisis hubungan pola makan (natrium, lemak, dan karbohidrat) dengan kejadian hipertensi di wilayah kerja puskesmas negerilama tahun 2021. metode penelitian ini bersifat kuantitatif dengan Desain *Cross Sectional*, di laksanakan di wilayah kerja Puskesmas Negeri lama dari bulan Desember 2021 sampai Oktober 2022. Populasi penelitian ini adalah wilayah penduduk dengan kejadian hipertensi usia 30-67 tahun. Sampelnya sebanyak 98 orang. Teknik Pengambilan sampel menggunakan *Probability Sampling* dengan *Purposive Sampling*. analisis univariat ditampilkan dalam bentuk table distribusi frekuensi dan analisis bivariat menggunakan *uji chi square* jika berhubungan didapatkan nilai ($p < 0,05$). Hasil penelitian diketahui mengalami hipertensi (70,4) memiliki konsumsi natrium lebih (66,3) memiliki konsumsi karbohidrat (60,2) memiliki konsumsi lemak lebih (67,3). Ada hubungan konsumsi natrium, konsumsi karbohidrat, dan konsumsi lemak dengan kejadian hipertensi di wilayah kerja puskesmas negeri lama pada tahun 2022. diharapkan petugas Kesehatan puskesmas dapat tetap memberikan upaya penyuluhan kepada semua masyarakat baik yang menderita maupun yang tidak menderita hipertensi dengan memberikan informasi dalam rangka pengendalian dan pencegahan hipertensi yang meliputi faktor resiko dan bahaya dari penyakit hipertensi

Kata Kunci : Hipertensi, Pola Makan Natrium, Pola Makan Karbohidrat, Pola Makan Lemak

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUMATERA UTARA MEDAN

RELATIONSHIP OF DIET PATTERN TO HYPERTENSION EVENT IN COASTAL COMMUNITIES IN VILLAGE NEGERI LAMA, LABUHANBATU REGENCY

Zaime fitri

NIM : 0801181156

ABSTRACT

Data on patients with hypertension at the Negerilama Health Center in 2021 totaled 2,764 people, the average number of visits being mostly women. after conducting interviews, the patient admitted that he often consumed foods high in sodium, often used salt, flavoring and coconut milk when cooking, consumed seafood such as shrimp, clams, squid and salted fish. The purpose of this study was to analyze the relationship between diet (sodium, fat and carbohydrates) and the incidence of hypertension in the working area of the Negerilama Health Center in 2021. This research method is quantitative with a Cross Sectional Design, carried out in the work area of the Old Public Health Center from December 2021 until completion. The population of this study is the population with the incidence of hypertension aged 30-67 years. The sample is 98 people. Sampling technique using Probability Sampling with Stratified Random Sampling. Univariate analysis is displayed in the form of a frequency distribution table and bivariate analysis using the chi square test if it is related, the value is ($p < 0.05$). The results of the study found that those with hypertension (71.4) had more sodium consumption (66.3) had carbohydrate consumption (60.2) had more fat consumption (67.3). There is a relationship between sodium consumption, carbohydrate consumption, and fat consumption with the incidence of hypertension in the working area of the Negeri lama Health Center in 2022. It is hoped that health workers at the puskesmas can continue to provide counseling efforts to all people, both those who suffer and those who do not suffer from hypertension, by providing information in the context of controlling and preventing hypertension which includes risk factors and dangers of hypertension.

Keywords : Hypertension, Sodium Diet, Carbohydrate Diet, Fat Diet

LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Nama : ZAIME FITRI
NIM : 0801181156
Program Studi : Ilmu Kesehatan Masyarakat
Peminatan : Gizi
Tempat/Tanggal Lahir : Ajamu II / 18 Januari 2000
Judul Skripsi : Hubungan Pola Makan Terhadap Kejadian Hipertensi Pada Masyarakat Pesisir Di Desa Negeri Lama Kabupaten Labuhanbatu

Dengan ini menyatakan bahwa :

1. Skripsi ini merupakan hasil karya saya yang diajukan untuk memenuhi salah satu persyaratan memperoleh gelar Stara 1 Di Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat FKM UIN Sumatera Utara Medan.
2. Semua sumber yang saya gunakan dalam penelitian ini telah saya cantumkan sesuai dengan ketentuan yang berlaku di Program Ilmu Kesehatan Masyarakat FKM UIN Sumatera Utara Medan.
3. Jika dikemudian hari terbukti bahwa karya ini bukan hasilkarya saya atau merupakan jiplakan dari karya orang lain, maka saya bersedia menerima sanksi yang berlaku di Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat FKM UIN Sumatera Utara Medan

Medan, januari 2023

Zaime Fitri
Nim : 0801181156

HALAMAN PERSETUJUAN

Nama : Zaime Fitri

NIM : 0801181156

Judul Skripsi : Hubungan Pola Makan Terhadap Kejadian Hipertensi Di wilayah
Puskesmas Negeri Lama Kabupaten Labuhanbatu

Dinyatakan bahwa skripsi dari mahasiswa ini telah disetujui, diperiksa dan
dipertahankan dihadapan Tim Penguji Skripsi Fakultas Kesehatan Masyarakat

Universitas Islam Negeri Sumatera Utara Medan

Medan, 21 Desember 2022

Menyetujui :

Pembimbing 1
Dosen Pembimbing Umum

Pembimbing II
Dosen pembimbing Kajian
Integrasi Keislaman

Eliska, SKM, M.Kes

NIP. 1100000125

Dr.Jufri Naldo, MA

NIP. 197405172003122003

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUMATERA UTARA MEDAN

HALAMAN PENGESAHAN
Skripsi Dengan Judul :

**HUBUNGAN POLA MAKAN TERHADAP KEJADIAN HIPERTENSI DI WILAYAH
PUSKESMAS NEGERI LAMA KABUPATEN LABUHANBATU**

Yang dipersiapkan dan dipertahankan oleh :

ZAIME FITRI
NIM : 0801181108

Telah diuji dan Dipertahankan Dihadapan Tim Penguji Skripsi
Pada Tanggal 21 Desember 2022 dan Dinyatakan Telah
Memenuhi Syarat Untuk Diterima

TIM PENGUJI

Ketua Penguji

dr. Nofi Susanti.M.Kes
NIP . 198311292019032001

Penguji I

Eliska. SKM. M.Kes
NIP.1100000125

Penguji II

Fitriani Pramita Gurning SKM.M.kes
NIP. 1100000110

Penguji Integrasi Keislaman

Dr.Jufri Naldo, MA
NIP. 197405172003122003

Medan, 21 Desember 2022
Program Ilmu Kesehatan Masyarakat
Fakultas Kesehatan Masyarakat
Universitas Islam Negeri Sumatera Utara

Plt. Dekan

Dr. Mhd. Furqan.S.Si.M.Comp.Sc
NIP. 198008062006041003

**DAFTAR RIWAYAT
HIDUP**

DATA PRIBADI

Nama : Zaime Fitri
Jenis Kelamin : Perempuan
Tempat, Tgl/lahir : Ajamu II
Kewarganegaraan : Warga Negara Indonesia
Agama : Islam
Alamat : Perkebunan Ajamu II Afd VII MEP
Email : zaimefitri23@gmail.com

DATA ORANG TUA

Nama Ayah : Sugiono
Pekerjaan : Wiraswasta
Nama Ibu : Siti Nur Fatimah Sitorus
Pekerjaan : Karyawan Bumh
Alamat : Perkebunan Ajamu II Afd VII MEP

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
PENDIDIKAN FORMAL
SUMATERA UTARA MEDAN

Tahun (2006–2012) : SDN 112208 Ajamu II Perkebunan Afd 1
2013–2015) : Sanawiyah Gaya Baru Negeri Lama
Tahun (2015 -2018) : SMAN 1 Bilah Hilir

KATA PENGANTAR

Assalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh, Puji syukur atas kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayahnya kepada kita semua, sholawat beriringkan salam semoga tercurah kepada baginda Rasulullah SAW yang telah memberikan ilmu dan nasihat kepada ummatnya sehingga bisa menjadi acuan dalam menjalani kehidupan. Berkat karunia dari Allah SWT, akhirnya penulis mampu menyelesaikan penyusunan proposal skripsi dengan judul ***“Hubungan Pola Makan Terhadap Kejadian Hipertensi Pada Masyarakat Pesisir Di Desa Negeri Lama Kabupaten Labuhanbatu”***

Penyusunan proposal skripsi ini menjadi salah satu syarat ketentuan bagi mahasiswa akhir untuk dapat menyelesaikan perkuliahan pada program Strata-1 (S1) agar dapat memperoleh gelar Sarjana Kesehatan Masyarakat (SKM) pada program studi Ilmu Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Islam Negeri Sumatra Utara (UIN-SU).

Selama proses penyusunan proposal skripsi ini penulis banyak mendapatkan bimbingan, arahan, dorongan dan bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, dalam kesempatan ini penulis mengucapkan banyak terimakasih kepada pihak, yaitu:

1. Bapak Prof. Dr.H.Abu Rokhman,M.AG. selaku PLT Rektor Universitas Islam Negeri Sumatera Utara
2. Bapak Dr. Mhd. Furqan, S.Si., M. Comp. Sc., Selaku PLT Dekan Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Negeri Sumatera Utara.
3. bapak dr. watni marpaung, M.A., selalu wakil II Fakultas Kesehatan masyarakat universitas islam negeri sumatera utara

4. bapak dr. salamuddun, M.A., selaku wakil dekan III Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Negeri Sumatera Utara.
5. Ibu Susilawati, SKM, M.Kes, selaku Ketua Jurusan Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Negeri Sumatera Utara.
6. Ibu Eliska, SKM, M.Kes., selaku dosen pembimbing skripsi saya yang telah memberikan waktu, bimbingan dan arahan yang sangat membantu saya dalam penyusunan proposal skripsi ini sehingga dapat diselesaikan.
7. Bapak Jufri Naldo M.A., selaku dosen pembimbing kajian integrasi keIslaman yang telah memberikan bimbingan dan arahnya kepada penulis dalam menyusun proposal skripsi ini.
8. Ibu Fitriani Pramita Gurning S.K.M.M.Kes selaku dosen dosen penguji umum saya yang telah membantu saya dalam pelaksanaan proposal skripsi.
9. Kepada Kedua Orang Tua. Kepada Bapak Saya Sugiono dan Ibu Nursiti Fatimah Sitorus tercinta yang senantiasa memberikan rasa sayang, didikan, materi serta doa yang selalu di panjatkan kepada Allah untuk penulis.
10. Kepada Keluarga Saya Terutama Kakak Saya Dewi Mayanti Dan Juga Abang-Abang Saya Bakti Saputra & Triabdianto yang senantiasa selalu memberikan rasa sayang, didikan terhadap penulis hingga sampai saat ini
11. Kepada Teman-Teman Saya yang telah memberikan segala motivasi serta masukkannya dalam membantu penyelesaian proposal skripsi saya.

Penulis menyadari bahwa penulisan proposal skripsi ini masih banyak kesalahan dan kekurangan di dalam penulisannya. Maka dari itu, penulis mengharapkan saran dan kritik untuk bisa menyempurnakan hasil proposal skripsi ini agar bisa menjadi manfaat dan masukan bagi pembaca dan juga penulis.



Medan, Juni 2022
Penulis

Zaime Fitri



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUMATERA UTARA MEDAN

DAFTAR ISI

DAFTAR ISI.....	1
BAB I.....	1
PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	8
1.3 Tujuan Penelitian.....	8
1.3.1 Tujuan Umum	8
1.3.2 Tujuan Khusus	8
1.4 Manfaat Peneliti.....	9
1.4.1 Bagi Peneliti	9
1.4.2 Bagi Program Studi Kesehatan Masyarakat	9
1.4.3 Bagi Masyarakat	9
BAB II.....	10
LANDASAN TEORITIS	10
2.1 Tinjauan Tentang Kawasan Pesisir	10
2.2 Tinjauan Tentang Hipertensi	11
2.2.1 Pengertian Hipertensi.....	11
2.2.2 Klarifikasi Hipertensi.....	13
2.2.3 Diagnosis Hipertensi.....	17
2.2.4 Patofisiologi Hipertensi	17
2.2.5 Gejala Hipertensi	18
2.2.6 Faktor Risiko Hipertensi.....	20
2.2.7 Komplikasi hipertensi	28
2.2.8 Pengobatan dan Pencegahan Hipertensi	29
2.2.9 Kebiasaan Pola Makan sebagai Faktor Resiko Hipertensi	31
2.3 Kajian Integrasi.....	38
2.4 Kerangka Teori	48
2.5 Kerangka Konsep	49

2.6	Hipotesis	50
BAB III	51
METODE PENELITIAN	51
3.1	Jenis dan Desain Penelitian	51
3.2	Lokasi dan Waktu Penelitian	51
3.3	Populasi dan Sampel	51
3.3.2	Sampel	51
3.3.3	Teknik Pengambilan Sampel	52
3.4	Variabel Penelitian	53
3.4.1	Variabel Bebas (independent variabel)	53
3.4.2	Variabel Terikat (dependent variabel)	53
3.5	Definisi Operasional	53
3.6	Metode Pengumpulan Data	56
3.6.1	Jenis Data	56
3.6.2	Instrument Penelitian	56
3.6.3	Pengumpulan Data	57
3.6.4	Teknik Pengolahan Data	58
3.7	Analisis Data	59
BAB IV	61
HASIL DAN PEMBAHASAN	61
4.1	Hasil Penelitian	61
4.1.1	Deskripsi Lokasi Penelitian	61
4.2	Hasil Penelitian	62
4.2.1	Karakteristik Responden	62
4.2.2	Analisis Univariat	63
4.2.3	Analisis Bivariat	67
4.3	Pembahasan	70
4.3.1	Keterbatasan Penelitian	70
4.3.2	Analisis Univariat	70
4.3.3	Analisis Bivariat	75
4.3.4	Hubungan Konsumsi Dengan Kejadian Hipertensi Dalam Perspektif Islam	

BAB V 81
KESIMPULAN DAN SARAN 81
5.1 Kesimpulan 81
5.2 Saran..... 82
DAFTAR PUSTAKA 83



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUMATERA UTARA MEDAN

DAFTAR SKEMA

Skema 2.1 Kerangka Teori	50
Skema 2.2 Kerangka Konsep	51



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUMATERA UTARA MEDAN

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Klarifikasi Tekanan Darah Pada Usia Dewasa	16
Tabel 2.2 Klarifikasi Tekanan Darah Berdasarkan Kerusakan Organ	17
Tabel 2.3 Klarifikasi Tekanan Darah Kemenkes RI	19
Tabel 3.1 Definisi Operasional Variabel Penelitian	57
Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Karakteristik Di Wilayah Kerja Puskesmas Negeri Lama	65
Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kejadian Hipertensi Pada Pasien Di Wilayah Puskesmas Negeri Lama	66
Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Konsumsi Natrium Pada Pasien Di Wilayah Kerja Puskesmas Negeri Lama	67
Tabel 4.4 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Konsumsi Karbohidrat Pada Pasien Di Wilayah Kerja Puskesmas Negeri Lama	67
Tabel 4.5 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Konsumsi Lemak Pada Pasien Di Wilayah Kerja Puskesmas Negeri Lama	68
Tabel 4.6 Hubungan Konsumsi Natrium Dengan Kejadian Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Negeri Lama	69
Tabel 4.7 Hubungan Konsumsi Karbohidrat Dengan Kejadian Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Negeri Lama	70
Tabel 4.8 Hubungan Konsumsi Lemak Dengan Kejadian Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Negeri Lama	71