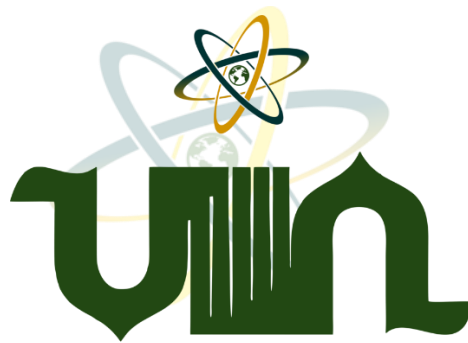


**HUBUNGAN ANTARA KONSUMSI MAKANAN DENGAN
KEJADIAN HIPERTENSI PADA USIA 40 – 60 TAHUN DI PUSKESMAS
PULO BRAYAN KOTA MEDAN**

SKRIPSI



**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUMATERA UTARA MEDAN**

Oleh :

YUNDA SARTIKA

0801202314

**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUMATERA UTARA MEDAN**

**PROGRAM STUDI ILMU KESEHATAN MASYARAKAT
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUMATERA UTARA
MEDAN
2024**

**HUBUNGAN ANTARA KONSUMSI MAKANAN DENGAN
KEJADIAN HIPERTENSI PADA USIA 40 – 60 TAHUN DI PUSKESMAS
PULO BRAYAN KOTA MEDAN**

SKRIPSI



Diajukan Sebagai Salah Satu

Untuk Memperoleh Gelar

Sarjana Kesehatan Masyarakat (SKM)

Oleh :

YUNDA SARTIKA

0801202314

**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUMATERA UTARA MEDAN**

**PROGRAM STUDI ILMU KESEHATAN MASYARAKAT
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUMATERA UTARA
MEDAN
2024**

**HUBUNGAN ANTARA KONSUMSI MAKANAN DENGAN
KEJADIAN HIPERTENSI PADA USIA 40 – 60 TAHUN DI PUSKESMAS
PULO BRAYAN KOTA MEDAN**

**Yunda Sartika
0801202314**

ABSTRAK

Hipertensi (Tekanan Darah Tinggi) ialah salah satu penyakit yang sering ditemui pada masyarakat. Melihat dari prevalensi yang tinggi dan mengarah naik dari tahun ke tahun, hipertensi ini merupakan penyakit tidak menular tertinggi, namun bisa mengakibatkan kefatalan. Peristiwa tekanan darah tinggi ini terjadi tanpa memandang umur, salah satunya menyerang pada usia dewasa pertengahan. Tujuan Penelitian ini untuk mengetahui hubungan antara konsumsi makanan dengan kejadian hipertensi pada usia 40-60 tahun di Puskesmas Pulo Brayan Kota Medan. Jenis penelitian yang digunakan merupakan observatif analitik kuantitatif dengan pendekatan *cross-sectional* untuk mengetahui variabel independen (konsumsi makan) berdasarkan jumlah, jenis, dan frekuensi terhadap variabel dependen kejadian hipertensi. Hasil dari penelitian ini menunjukkan adanya hubungan jenis makanan dengan kejadian hipertensi dengan nilai $p = 0,000$, adanya hubungan jumlah makan dengan kejadian hipertensi dengan nilai $p = 0,018$, dan adanya hubungan frekuensi makan dengan kejadian hipertensi dengan nilai $p = 0,000$. Kesimpulan dari penelitian ini adalah terdapat hubungan antara konsumsi makan masyarakat wilayah kerja Puskesmas Pulo Brayan baik dari jenis, jumlah dan frekuensi makan terhadap kejadian hipertensi.

Kata Kunci: Hipertensi, Konsumsi Makan, Pra Lansia

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUMATERA UTARA MEDAN

The Relationship Between Food Consumption and the Incident of Hypertension at the Age of 40 - 60 Years at the Pulo Brayan Community Health Center, Medan City

**Yunda Sartika
0801202314**

ABSTRACT

Hypertension (High Blood Pressure) is a disease that is often encountered in society. Judging from its high prevalence and increasing from year to year, hypertension is the highest non-communicable disease, but can result in death. This high blood pressure event occurs regardless of age, one of which attacks in middle adulthood. The aim of this study was to determine the relationship between food consumption and the incidence of hypertension at the age of 40-60 years at the Pulo Brayan Health Center, Medan City. The type of research used is quantitative analytical observation with a cross-sectional approach to determine the independent variable (food consumption) based on the number, type and frequency of the dependent variable of hypertension. The results of this study show that there is a relationship between the type of food and the incidence of hypertension with a value of $p = 0.000$, there is a relationship between the amount of food and the incidence of hypertension with a value of $p = 0.018$, and there is a relationship between the frequency of eating and the incidence of hypertension with a value of $p = 0.000$. The conclusion of this research is that there is a relationship between food consumption in the working area of the Pulo Brayan Community Health Center, both in terms of type, amount and frequency of food, and the incidence of hypertension.

Keywords: *Food Consumption, Hypertension, Food Consumption, Pre-Elderly*

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUMATERA UTARA MEDAN

LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Nama Mahasiswa : Yunda Sartika
NIM : 0801202314
Program Studi : Ilmu Kesehatan Masyarakat
Peminatan : Gizi
Tempat/Tgl Lahir : Medan, 26 Agustus 2002
Judul Skripsi : Hubungan Antara Konsumsi Makanan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Usia 40 – 60 Tahun Di Puskesmas Pulo Brayan Kota Medan

Dengan ini menyatakan bahwa:

1. Skripsi ini merupakan hasil karya saya yang diajukan untuk memenuhi salah satu persyaratan memperoleh gelar Strata 1 di Program Studi Kesehatan Masyarakat FKM UIN Sumatera Utara Medan.
2. Semua sumber yang saya gunakan dalam penulisan 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 ini bukan karya asli saya atau merupakan hasil jiplakan dari karya orang lain, maka saya bersedia menerima sanksi yang berlaku di Program Ilmu Kesehatan Masyarakat FKM UIN Sumatera Utara Medan.

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUMATERA UTARA MEDAN

Medan, 23 Juli 2024



Yunda Sartika
NIM. 0801202314

HALAMAN PERSETUJUAN

Telah Disetujui dan Disahkan Tugas Akhir Dengan Judul

HUBUNGAN ANTARA KONSUMSI MAKANAN DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI PADA USIA 40 – 60 TAHUN DI PUSKESMAS PULO BRAYAN KOTA MEDAN

Yunda Sartika

0801202314

Untuk memenuhi salah satu persyaratan sidang Munaqasyah

Medan, 23 Juli 2024

Disetujui:

Dosen Pembimbing Umum



Nadya Ulfa Tanjung, S.K.M, MKM
NIP. 198809132020122012

Dosen Pembimbing Integrasi



Dr. Hj. Nurhanifah, MA
NIP. 197507222006042001

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUMATERA UTARA MEDAN
Ketua Program Studi
Ilmu Kesehatan Masyarakat FKM-UINSU



Rapotan Hasibuan, S.KM, M.Kes
NIP. 199006062019031016

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi dengan Judul:

**HUBUNGAN ANTARA KONSUMSI MAKANAN DENGAN KEJADIAN
HIPERTENSI PADA USIA 40 – 60 TAHUN DI PUSKESMAS PULO
BRAYAN KOTA MEDAN**

Yang dipersiapkan dan dipertahankan oleh:

YUNDA SARTIKA

0801202314

Telah Diuji dan Dipertahankan Dihadapan Tim Penguji Skripsi pada Tanggal 23
Juli 2024 dan Dinyatakan Telah Memenuhi Syarat Untuk Diterima

TIM PENGUJI

Ketua Penguji



Reni Agustina Harahap, SST., M.Kes

NIP. 1100000124

Penguji I



Nadva Ulfa Tanjung, S.K.M, M.K.M

NIP. 198809132020122012

Penguji II



Eliska, SKM., M.Kes.

NIP. 198312042023212023

Penguji Integrasi



Dr. Hj. Nurhanifah, MA

NIP. 197507222006042001

Medan, 23 Juli 2024

Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat
Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Negeri Sumatera Utara

Dekan



Prof. Dr. Mesiono, S.Ag, M.Pd

NIP. 197107272007011031

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

DATA PRIBADI

Nama : Yunda Sartika
Jenis Kelamin : Perempuan
Tempat/Tgl Lahir : Medan/26 Agustus 2002
Agama : Islam
Kewarganegaraan : Indonesia
Golongan Darah : O
Suku Bangsa : Jawa
Alamat : Asr TNI-AD Jl. Sejati Kodam I/BB
E-mail : yundasartika0@gmail.com
Nomor HP : 081262640161

DATA PENDIDIKAN FORMAL

2008-2014 : SD MUHAMMADIYAH 18
2014-2017 : SMP NEGERI 37 MEDAN
2017-2020 : SMA GAJAH MADA MEDAN
2020-2024 : UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUMATERA UTARA

DATA ORANG TUA

Nama Ayah : Rudy Haryono
Pekerjaan : Purn. TNI-AD
Nama Ibu : Linda Riyanti
Pekerjaan : Ibu rumah tangga
Alamat : Asr TNI-AD Jl. Sejati Kodam I/BB

KATA PENGANTAR

Puji syukur terhadap Allah SWT yang mana berkat rahmat, karunia, dan hidayah-Nya sehingga penulis mampu menyelesaikan skripsi dengan judul **“Hubungan Antara Konsumsi Makanan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Usia 40 – 60 Tahun Di Puskesmas Pulo Brayan Kota Medan”**. Penyusunan skripsi ini adalah sebagai salah satu syarat menyelesaikan studi lebih lanjut dan memperoleh gelar sarjana kesehatan masyarakat di Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Negeri Sumatera Utara.

Penyusunan skripsi ini tidak akan selesai tanpa bantuan dan dukungan dari banyak pihak. Untuk itu, pada kesempatan ini dengan segala kerendahan hati, penulis ingin mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Ibu Prof. Dr. Nurhayati, M.Ag., selaku Rektor Universitas Islam Negeri Sumatera Utara
2. Bapak Prof. Dr. Mesiono, M.Pd., selaku Dekan Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Negeri Sumatera Utara
3. Bapak Dr. Hasrat Efendi Samosir, M.A., selaku Wakil Dekan I Bidang Akademik dan Kelembagaan Fakultas Kesehatan Universitas Islam Negeri Sumatera Utara
4. Ibu Dr. Asnil Aidah Ritonga, M.A., selaku Wakil Dekan II Bidang Administrasi Umum, Perencanaan dan Keuangan Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Negeri Sumatera Utara
5. Bapak Dr. Irwansyah, M.H., selaku Wakil Dekan III Bidang Kemahasiswaan Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Negeri Sumatera Utara

6. Bapak Rapotan Hasibuan, M.Kes., selaku Ketua Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Negeri Sumatera Utara
7. Ibu Nadya Ulfa Tanjung, SKM., M.K.M., selaku Dosen Pembimbing Skripsi yang telah meluangkan waktunya dalam memberikan bimbingan, arahan, nasihat, serta saran kepada penulis dalam penyelesaian skripsi ini.
8. Ibu Dr. Hj. Nurhanifah, MA., selaku Dosen Pembimbing Integrasi Keislaman yang telah memberikan bimbingan serta arahan kepada penulis.
9. Ibu Eliska, SKM., M.Kes., selaku dosen Penguji Umum saya yang telah memberikan arahan serta bimbingannya kepada penulis.
10. Ibu Reni Agustina Harahap, SST., M.Kes, selaku dosen ketua penguji sidang munaqasyah yang telah memberikan saran kepada penulis dalam menyelesaikan skripsi.
11. Para Dosen dan Staff di fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Negeria Sumatera Utara yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu yang telah memberikan pelajaran, bimbingan, dukungan, dan ilmu selama perkuliahan.
12. Kepala Dinas Kesehatan Kota Medan dan Seluruh Pegawai Dinas Kesehatan Kota Medan yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu yang telah memberikan bantuan, dukungan serta izin penelitian.
13. Kepala Puskesmas dan seluruh Pegawai UPTD Puskesmas Pulo Brayan Kota Medan yang telah memberikan arahan dan bimbingan dan bersedia mendampingi proses pengumpulan data sejak survei awal hingga penelitian.

14. Kedua orang tua tersayang, Papa Rudy Haryono dan Mama Linda Riyanti yang telah menjadi orang tua terhebat, yang selalu menjadi penyemangat saya dan sebagai sandaran terkuat dari kerasnya dunia, yang tidak henti-hentinya memberikan kasih sayang dengan penuh cinta, memberikan motivasi, yang selalu berjuang untuk kehidupan saya, berkat doa dan dukungan mama dan papa saya bisa berada dititik ini. Semoga papa dan mama sehat, panjang umur serta bahagia selalu.
15. Saudara Kandung penulis, Kakak Yolanda Novianti dan Mas Doni Dimas Damara yang selalu memberi dukungan serta semangat kepada penulis dan selalu ada di saat suka maupun duka.
16. Best Partner Bharada Muhammad Ryan, yang senantiasa mendengarkan keluh kesah penulis, memberi dukungan, serta telah berkontribusi banyak terhadap penulisan skripsi ini, memberi semangat untuk pantang menyerah. Semoga Allah selalu memberi keberkahan serta kemudahan dalam segala hal yang kita lalui.
17. My Cousin Sersan Mayor Dua Taruna (M) Yodan Tegar Wibowo, yang telah mendukung dan memberikan semangat dalam proses penyusunan skripsi ini hingga selesai.
18. Sahabat penulis Novita Hartati Harefa, Hartania Artanti Yosephin Butar Butar, Melisa Wijaya, Nirwana Selvina, Agnes Veronika dan Sondang Perdana Sembiring yang telah memberikan dukungan dan semangat kepada penulis.

19. Sahabat Seperjuangan Zhafira Kurnia Anwar, yang telah membantu, memberi motivasi serta menemani penulis dari awal bimbingan sampai selesai nya skripsi ini.

20. Sahabat penulis Pratiwi Iswara dan Salsabila Sitompul yang telah menemani serta memberikan motivasi dan semangat kepada penulis dari semester 4 hingga saat ini.

21. Untuk diri sendiri, yang sudah berjuang, berusaha keras, dan sudah bertahan sejauh ini, sehingga penyusunan skripsi dapat terselesaikan dengan baik.

Penulis menyadari masih banyaknya kekurangan dalam penulisan proposal skripsi ini. Oleh karena itu penulis mengharapkan saran dan kritik yang membangun guna kesempurnaan dan perbaikannya.

Medan, 18 Juni 2024

Penulis

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUMATERA UTARA MEDAN

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR.....	i
DAFTAR ISI.....	iii

DAFTAR TABEL.....	v
DAFTAR GAMBAR.....	vi
DAFTAR LAMPIRAN.....	vii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	5
1.3 Tujuan penelitian.....	5
1.3.1 Tujuan Umum.....	5
1.3.2 Tujuan Khusus.....	5
1.4 Manfaat Penelitian.....	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	7
2.1 Hipertensi.....	7
2.1.1 Defenisi Hipertensi.....	7
2.1.2 Patofisiologi Hipertensi.....	7
2.1.3 Penyebab Hipertensi.....	8
2.1.4 Klasifikasi Hipertensi.....	9
2.1.5 Faktor-Faktor Risiko Hipertensi.....	10
2.1.6 Program Pencegahan dan Penanggulangan Hipertensi.....	21
2.2 Konsep Konsumsi Makan.....	22
2.2.1 Defenisi Konsumsi Makan.....	22
2.2.2 Tingkat Konsumsi Makan.....	22
2.2.3 Faktor yang Mempengaruhi Konsumsi.....	24
2.2.4 Metode Pengukuran Konsumsi Menggunakan FFQ.....	26
2.2.5 Hubungan Konsumsi Makan dengan Hipertensi.....	27
2.3 Kajian Integrasi Keislaman.....	28
2.3.1 Konsep Hipertensi Menurut Islam.....	28
2.4 Kerangka Teori.....	31
2.5 Kerangka Konsep.....	32
2.6 Hipotesa Penelitian.....	32
BAB III METODE PENELITIAN.....	33
3.1 Jenis Penelitian.....	33
3.2 Lokasi dan Waktu Penelitian.....	33
3.2.1 Waktu Penelitian.....	33
3.2.2 Tempat Penelitian.....	33
3.3 Populasi dan Sampel.....	33
3.3.1 Populasi.....	33
3.3.2 Sampel.....	34
3.4 Besar Sampel.....	34
3.5 Teknik Pengambilan Sampel.....	35
3.6 Variabel Penelitian.....	35
3.7 Defenisi Operasional.....	36
3.8 Intrumen Penelitian.....	37
3.9 Pengumpulan Data.....	37
3.10 Pengolahan dan Analisa Data.....	38
3.11 Analisis Data.....	39
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	41
4.1 Hasil Penelitian.....	41
4.1.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian.....	41

4.1.2	Karakteristik Responden.....	41
4.1.3	Kejadian Hipertensi Pada Pra Lansia.....	42
4.1.4	Jenis Makanan.....	42
4.1.5	Jumlah Makan.....	43
4.1.6	Frekuensi Makan.....	43
4.1.7	Hubungan Jenis Makanan dengan Hipertensi.....	44
4.1.8	Hubungan Jumlah Makan dengan Hipertensi.....	45
4.1.9	Hubungan Frekuensi Makan dengan Hipertensi.....	45
4.2	Pembahasan.....	45
4.2.1	Hubungan Jenis Makanan dengan Hipertensi.....	46
4.2.2	Hubungan Jumlah Makanan dengan Hipertensi.....	48
4.2.3	Hubungan Frekuensi Makan dengan Hipertensi.....	50
BAB V PENUTUP		52
5.1	Kesimpulan.....	52
5.2	Saran.....	52
DAFTAR PUSTAKA		53



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUMATERA UTARA MEDAN

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1	Klasifikasi Hipertensi berdasarkan JNC-8, Subjek Umur 18 tahun atau lebih.....	8
-----------	--	---

Tabel 4.1 Karakteristik Responden Berdasarkan Umur dan Jenis Kelamin	41
Tabel 4.2 Karakteristik Responden Berdasarkan Tekanan Darah	42
Tabel 4.3 Distribusi Jenis Makanan yang Biasa Dikonsumsi Responden	43
Tabel 4.4 Distribusi Jumlah Makan Responden	43
Tabel 4.5 Distribusi Frekuensi Makan Responden	44
Tabel 4.6 Hubungan Jenis Makanan dengan Hipertensi	44
Tabel 4.7 Hubungan Jumlah Makan dengan Hipertensi	45
Tabel 4.8 Hubungan Frekuensi makan dengan hipertensi	45



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUMATERA UTARA MEDAN

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Teori.....	31
Gambar 2.3 Kerangka Konsep	32



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUMATERA UTARA MEDAN

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Kuesioner Food Frekuensi (FFQ).....	55
Lampiran 2 Data Responden.....	59
Lampiran 3 Hasil dan Pengolahan Data.....	64
Lampiran 4 Surat Izin Penelitian.....	69
Lampiran 5 Dokumentasi Lapangan	71



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUMATERA UTARA MEDAN