

**HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN TEKANAN DARAH
TINGGI PADA MASYARAKAT DESA TUNTUNGAN I**

SKRIPSI



**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUMATERA UTARA MEDAN**

OLEH:

Febby Amelia

NIM: 0801202385

**PROGRAM STUDI ILMU KESEHATAN MASYARAKAT
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT**

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI

SUMATERA UTARA

MEDAN

2024

**HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN STATUS TEKANAN
DARAH TINGGI DI DESA TUNTUNGAN I**

SKRIPSI

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat
Untuk Memperoleh Gelar
Sarjana Kesehatan Masyarakat (SKM)**

**OLEH:
FEBBY AMELIA
NIM. 0801202385**

**PROGRAM STUDI ILMU KESEHATAN MASYARAKAT
SUMATERA UTARA MEDAN
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT**

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI

SUMATERA UTARA

MEDAN

2024

HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN TEKANAN DARAH TINGGI PADA MASYARAKAT DESA TUNTUNGAN I

FEBBY AMELIA

NIM. 0801202385

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan pola makan dengan tekanan darah tinggi pada masyarakat desa tuntungan I. Jenis penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional*. Penelitian ini dilakukan dengan melakukan wawancara kepada responden yang berusia 45-85. Penelitian ini dilakukan pada bulan Mei-Juli 2024 di Desa Tuntungan I. Di dapatkan sebanyak 40 responden dengan menggunakan Teknik *random sampling*. Berdasarkan dari hasil analisis *Chi-Square* usia dengan kejadian tekanan darah tinggi P-value 0.008, jenis kelamin dengan tekanan tekanan darah tinggi P-value 0.288, pola makan dengan dengan tekanan darah tinggi P-value 0.000, riwayat keturunan dengan tekanan darah tinggi P-value 0.002. Artinya dari penelitian ini terdapat hubungan antara pola makan dan Riwayat keluarga terhadap tekanan darah tinggi, dan tidak adanya hubungan antara jenis kelamin dengan tekanan darah tinggi.

Kata Kunci : Pola Makan, Tekanan Darah Tinggi

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUMATERA UTARA MEDAN

***THE RELATIONSHIP BETWEEN DIET AND HIGH BLOOD PRESSURE
IN THE COMMUNITY OF TUNTUNGAN I VILLAGE***

FEBBY AMELIA

NIM. 0801202385

ABSTRACT

This study aims to determine the relationship between diet and high blood pressure in the Tuntungan I village community. This type of research uses quantitative research with a cross sectional approach. This research was conducted by conducting interviews with respondents aged 45-85. This research was conducted in May-July 2024 in Tuntungan I Village. 40 respondents were obtained using random sampling technique. Based on the results of Chi-Square analysis age with high blood pressure incidence P-value 0.008, gender with high blood pressure pressure P-value 0.288, diet with high blood pressure P-value 0.000, hereditary history with high blood pressure P-value 0.002. This means that from this study there is a relationship between diet and family history of high blood pressure, and there is no relationship between gender and high blood pressure.

Keywords: Diet, High Blood Pressure

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUMATERA UTARA MEDAN

LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN

Nama : Febby Amelia
Nim : 0801202385
Program Studi : Ilmu Kesehatan Masyarakat
Peminatan : Gizi
Tempat/Tanggal Lahir : Medan, 07 Februari 2000
Judul Skripsi : Hubungan Pola Makan Dengan Tekanan Darah Tinggi Pada Masyarakat Desa Tuntungan I

Dengan ini menyatakan bahwa:

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

Medan, 26 Juli 2024



Febby Amelia
NIM. 0801202385

HALAMAN PERSETUJUAN

Telah Disetujui dan Disahkan Tugas Akhir Dengan Judul
**HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN TEKANAN DARAH TINGGI
PADA MASYARAKAT DESA TUNTUNGAN I**

FEBBY AMELIA

0801202385

Dinyatakan bahwa skripsi dari Mahasiswa ini Telah disetujui, diperiksa dan dipertahankan dihadapan Tim Penguji Skripsi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Negeri Sumatera Utara (UIN SU) Medan

Medan, 26 Juli 2024

Disetujui,

Dosen Pembimbing



Sianto, M.Psi

NIP. 198607152020121006

Pembimbing Integrasi Keislaman



Dr. Hj. Nurhanifah, MA

NIP. 197507222006042001

**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUMATERA UTARA MEDAN**

Ketua Program Studi

Ilmu Kesehatan Masyarakat



Rapotan Hasibuan, S.K.M., M.Kes

NIP. 199006062019031016

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi dengan Judul:

HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN TEKANAN DARAH TINGGI PADA MASYARAKAT DESA TUNTUNGAN I


Yang dipersiapkan dan dipertahankan oleh:

FEBBY AMELIA
NIM. 0801202385

Telah diuji dan dipertahankan dihadapan Tim Penguji Skripsi, Pada Tanggal 26 Juli 2024, Dinyatakan Telah Memenuhi Syarat Untuk Diterima.

TIM PENGUJI

Ketua Penguji


Dr. Tri Niswati Utami, M.Kes
NIP. 197211082023212007


Penguji I


Salianto, M.Psi
NIP. 198607152020121006

Penguji II


Nadva Ulfa Tanjung, S.K.M., M.KM
NIP. 198809132020122012

Penguji Integrasi


Dr. Hj. Nurhanifah, M.A
NIP. 197507122006042001

Medan, Juli 2024
Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat
Fakultas Kesehatan Masyarakat
Universitas Islam Negeri Sumatera Utara


Prof. Dr. Mesloto S.Ag., M.Pd
NIP. 19701127200701103

RIWAYAT HIDUP PENULIS

(CURRICULUM VITAE)

Nama : Febby Amelia
Jenis Kelamin : Perempuan
Tempat/Tanggal Lahir: Medan, 07 Februari 2000
Kewarganegaraan : Indonesia
Agama : Islam
Tinggi, Berat Badan : 160 cm, 60 kg
Golongan Darah : B+
Alamat : Jl. Tribrata, Hangtuah Duri Riau
Nomor Telepon : 081911327272
Email : febbyamelia072@gmail.com

LATAR BELAKANG PENDIDIKAN

1. 2009-2014: SD Negeri 50 Babussalam
2. 2014-2017: SMP Negeri 3 Mandau
3. 2017-2020: SMA Negeri 4 Mandau
4. 2020-2024: FKM UIN SU MEDAN

PENGALAMAN MAGANG

1. 2024: RSUD dr. PIRNGADI MEDAN

KATA PENGANTAR



Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Puji syukur penulis ucapkan kepada Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya kepada penulis hingga saat ini masih bertahan dan berjuang hingga kedepannya. Shalawat beserta salam untuk rasul kita Muhammad SAW yang telah menjadikan umat manusia kepada peradaban yang berakhlak mulia.

Alhamdulillah, atas izin Allah SWT penulis telah dapat menyelesaikan proposal skripsi yang berjudul **“Hubungan Pola Makan Dengan Tekanan Darah Tinggi Pada Masyarakat Desa Tuntungan I”**. Proposal skripsi ini disusun untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana Kesehatan Masyarakat di Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Negeri Sumatera Utara. Oleh sebab itu dalam kesempatan ini dengan segala kerendahan hati, penulis ingin mengucapkan terimakasih kepada:

1. Ibu Prof. Dr. Nurhayati, M.Ag, selaku Rektor Universitas Islam Negeri Sumatera Utara.
2. Bapak Prof. Dr. Mesiono, S.Ag., 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 Masyarakat 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.A, selaku Wakil Dekan III Bidang Kemahasiswaan dan Kerjasama Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Negeri Sumatera Utara.

6. Bapak Rapotan Hasibuan, S.K.M., M.Kes, selaku Ketua Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Negeri Sumatera Utara.
7. Ibu Fitriani Pramita Gurning, S.K.M., M.Kes, selaku Sekretaris Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Negeri Sumatera Utara.
8. Bapak Salianto, M.Psi, selaku Dosen Pembimbing Skripsi yang dengan ikhlas meluangkan waktu serta telah banyak memberi perhatian, bimbingan dan dukungan dalam menyelesaikan skripsi ini.
9. Ibu Dr. Tri Niswati Utami, M.Kes selaku ketua penguji skripsi yang sudah bersedia memberikan kritik dan saran untuk perbaikan dalam menyelesaikan skripsi ini.
10. Ibu Dr. Hj. Nurhanifah, M.A, selaku Dosen Pembimbing Integrasi yang telah banyak memberi arahan, bimbingan dan dukungan dalam penulisan dan perbaikan kajian integrasi keislaman pada skripsi ini.
11. Ibu Nadya Ulfa Tanjung, SKM, M.K.M selaku Dosen Penguji yang telah banyak memberi arahan dan bimbingan dalam penulisan skripsi ini.
12. Ibu Wasiyem, S.Pd., M.Si, selaku dosen Pembimbing Akademik (PA) yang telah memberikan bimbingan mulai dari awal semester hingga saat ini pada program studi Ilmu Kesehatan Masyarakat.
13. Para Dosen dan Staff di Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Negeri Sumatera Utara mulai dari awal masuk bangku perkuliahan yang sudah memberikan pelajaran, motivasi serta bimbingan.
14. Seluruh pihak bapak ibu kantor desa tuntungan I yang sudah mempermudah dan memberikan kontribusi serta izin dalam pengambilan data hipertensi.
15. Yang teristimewa mamaku tercinta Ibu Yenny Marlinda, ibu hebat yang selalu menjadi penyemangat saya sebagai sandaran terkuat dari kerasnya dunia. Yang tiada henti-hentinya memberikan kasih sayang yang penuh cinta dan selalu memberikan motivasi. Terimakasih selalu berjuang untuk kehidupan saya, terimakasih untuk semua do'a dan dukungan hingga saya bisa berada di titik ini. Sehat selalu dan hiduplah lebih lama lagi dan harus selalu ada disetiap

perjalanan dan pencapaian hidup saya. Semoga Allah SWT selalu menjaga mama dalam kebaikan dan kemudahan aamiin.

16. Saudara kandungku, adikku Egy Adrianto. Terimakasih telah berjuang serta pengorbanan yang tulus untuk hidup saya. Semoga selalu diberkahi dan diberikan Kesehatan.
17. Untuk orang yang ku sebut sahabat, Nailatul Fadillah terimakasih sudah selalu memberiku semangat, meskipun hidupmu juga terasa berat. Tolong tetap sehat sampai bahagia itu terlihat.
18. Kepada sahabat seperjuangan, Tasya Adriani, Sekar Kenzia Rheinanda yang telah memberikan motivasi dan semangat bagi penulis.
19. Terimakasih untuk sahabat seperjuangan, Aprisna Anggraini dan Yoan Tanara yang rela menemani serta mendukung segala proses hingga mencapai titik ini. Sehat selalu yaa.
20. Kepada sahabat penulis, Avivah dan Anas Tasya yang selalu memberikan semangat dan dukungan dalam penyelesaian skripsi ini.
21. Terakhir, terimakasih untuk diri saya sendiri karena mampu berusaha dan berjuang sejauh ini. Peluk erat untuk diri sendiri, kemu hebat, kedepannya mari berjuang dan menjadi lebih kuat lagi.

Wassalamu'alaikum warahmatullahi wabarakatuh

Medan, 27 April 2024

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUMATERA UTARA MEDAN

Febby Amelia

0801202385

DAFTAR ISI

ABSTRAK	i
LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN	iii
HALAMAN PERSETUJUAN	iv
HALAMAN PENGESAHAN	v
RIWAYAT HIDUP PENULIS	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1. Latar Belakang.....	1
1.2. Rumusan Masalah.....	6
1.3. Tujuan Penelitian	7
1.3.1. Tujuan Umum	7
1.3.2. Tujuan Khusus	7
1.4. Manfaat Penelitian	7
BAB II LANDASAN TEORI	8
2.1. Tekanan Darah Tinggi	8
2.1.1. Pengertian Tekanan Darah Tinggi	8
2.1.2. Faktor Yang Mempengaruhi Tekanan Darah Tinggi.....	9
2.1.3. Dampak Tekanan Darah Tinggi.....	16
2.1.4. Pencegahan Tekanan Darah Tinggi	17
2.2. Pola Makan	18
2.2.1. Pengertian Pola Makan	18
2.2.2. Faktor Yang Mempengaruhi Pola Makan.....	19
2.2.3. Hubungan Pola Makan Dengan Tekanan Darah Tinggi.....	21
2.2.4. Makanan Bagi Penderita Tekanan Darah Tinggi dan Harus Dihindari	22
2.4. Kerangka Teori	25
2.5. Kerangka Konsep Penelitian.....	26
2.6. Hipotesa Penelitian	26
BAB III METODE PENELITIAN	27

3.1. Jenis dan Desain Penelitian.....	27
3.2. Lokasi dan Waktu Penelitian	27
3.3. Populasi dan Sampel.....	27
3.3.1. Populasi.....	27
3.3.2. Sampel	27
3.3.3. Teknik Pengambilan Sampel.	29
3.4. Variabel Penelitian.....	29
3.4.1. Variabel Bebas (Independen).....	29
3.4.2. Variabel Terikat (Dependen)	29
3.5. Defenisi Operasional.....	30
3.6. Teknik Pengumpulan Data.....	31
3.6.1. Jenis Data.....	31
3.6.2. Alat atau Instrumen Penelitian.....	32
3.6.3. Prosedur Pengumpulan Data.....	33
3.7. Analisis Data.....	33
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	34
4.1 HASIL.....	34
4.1.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian.....	34
4.1.2 Hasil Analisis Univariat.....	34
4.1.3 Hasil Analisis Bivariat	36
4.2 PEMBAHASAN.....	38
4.2.1 Hubungan Usia dengan Kejadian Tekanan Darah Tinggi	38
4.2.2 Hubungan Jenis Kelamin dengan Kejadian Tekanan Darah Tinggi.....	41
4.2.3 Hubungan Pola Makan dengan Kejadian Tekanan Darah Tinggi	43
4.2.4 Hubungan Riwayat Keturunan dengan Kejadian Tekanan Darah Tinggi .	48
4.3 Keterbatasan Penelitian.....	50
BAB V PENUTUP	51
5.1. Kesimpulan	51
5.2. Saran	51
5.2.1. Pemerintah	51
5.2.2. Bagi Masyarakat	52
5.2.3. Peneliti Selanjutnya	52
DAFTAR PUSTAKA.....	53
LAMPIRAN	58

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Teori.....	25
Gambar 2.2 Kerangka Konsep.....	26



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUMATERA UTARA MEDAN

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Definisi Operasional	30
Tabel 4. 1 Karakteristik Responden	34
Tabel 4. 2 Hubungan Usia dengan Kejadian Tekanan Darah Tinggi	36
Tabel 4. 3 Hubungan Jenis Kelamin dengan Kejadian Tekanan Darah Tinggi	37
Tabel 4. 4 Hubungan Pola Makan dengan Kejadian Tekanan Darah Tinggi.....	37
Tabel 4. 5 Hubungan Riwayat Keturunan dengan Kejadian Tekanan Darah Tinggi	38



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUMATERA UTARA MEDAN

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Kuesioner SQ-FFQ	58
Lampiran 2 Hasil Analisis Nutri Survey	60
Lampiran 3 Hasil analisis Univariat.....	64
Lampiran 4 Hasil Analisis Bivariat.....	65
Lampiran 5 Surat Izin Penelitian.....	69
Lampiran 6 Surat Balasan Penelitian	71
Lampiran 7 Dokumentasi Wawancara	72



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUMATERA UTARA MEDAN