

HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN PENINGKATAN TEKANAN DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI DI PUSKESMAS JATIMULYA TAMBUN SELATAN KABUPATEN BEKASI

Oleh :
Meghan Shiffa
NIM.201905057

ABSTRAK

Pendahuluan: Hipertensi disebut sebagai silent killer, dimana menjadi masalah Kesehatan global yang ada di Indonesia. Seseorang dikatakan hipertensi jika tekanan darah sistolik 140 mmHg dan tekanan darah diastolik 90 mmHg. Mengonsumsi makanan yang kurang sehat merupakan salah satu faktor penyebab terjadinya hipertensi, yaitu faktor penyebab naiknya tekanan darah ialah pola makan yang tidak baik. Oleh sebab itu, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pola makan dengan peningkatan tekanan darah pada penderita hipertensi di Puskesmas Jatimulya Tambun Selatan Kabupaten Bekasi.

Metode: Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain *cross sectional* yang dilakukan di Puskesmas Jatimulya Kabupaten Bekasi. Sampel yang digunakan sebanyak 93 responden yang dipilih menggunakan *purposive sampling*. Pengumpulan data menggunakan kuisioner. Analisis yang digunakan dalam penelitian yaitu *uji chi-square*.

Hasil: Pada penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan hubungan pola makan dengan peningkatan tekanan darah ($p\text{-value} = 0,030$) $p < 0,05$ pada penderita hipertensi di Puskesmas Jatimulya Tambun Selatan Kabupaten Bekasi. Penelitian ini menggunakan nilai OR sebesar 0,376.

Kesimpulan: Terdapat hubungan yang signifikan hubungan pola makan dengan peningkatan tekanan darah pada penderita hipertensi. Diharapkan kepada pasien yang menderita hipertensi agar bisa menjaga pola makan dengan baik.

Kata Kunci: Hipertensi, Pola Makan, Peningkatan Tekanan Darah, Dewasa, lansia

ABSTRACT

Introduction: Hypertension is called a silent killer, which is a global health problem in Indonesia. A person is said to be hypertensive if the systolic blood pressure is 140 mmHg and the diastolic blood pressure is 90 mmHg. Consuming unhealthy food is one of the factors that causes hypertension, namely a factor that causes increased blood pressure is a bad diet. Therefore, this study aims to determine eating patterns with increased blood pressure in hypertensive patients at the Jatimulya Health Center, South Tambun, Bekasi Regency. Method: This study used a quantitative approach with a cross-sectional design conducted at the Jatimulya Health Center, Bekasi Regency. The sample used was 93 respondents who were selected using purposive sampling. Data collection using a questionnaire. The analysis used in this research is the chi-square test. Results: The results of this study indicate that there is a significant relationship between diet and increased blood pressure ($p\text{-value} = 0.030$) $p < 0.05$ in hypertension sufferers at the Jatimulya Health Center, South Tambun, Bekasi Regency. This study uses an OR value of 0.376. Conclusion: There is a significant relationship between diet and blood pressure in hypertension sufferers. It is expected that patients who suffer from hypertension can maintain a good diet.

Keywords: Hypertension, Diet, Increased Blood Pressure, Adults, elderly