

HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN PASIEN HIPERTENSI PADA DEWASA DI PUSKESMAS KOTA BEKASI

Oleh :

Wildatus Sholeha

NIM. 201905094

ABSTRAK

Hipertensi merupakan suatu keadaan terjadinya kenaikan tekanan darah di atas 140/90 mmHg, faktor risiko terjadinya hipertensi terbagi dua yaitu faktor risiko dapat dirubah dan tidak dapat dirubah salah satunya pola makan. Pola makan adalah suatu kegiatan yang berhubungan dengan kebiasaan makan setiap harinya, Pola makan yang tidak baik dapat berpengaruh terhadap pasien hipertensi karena terjadinya penyumbatan atau kekakuan pada pembuluh darah yang mengakibatkan hipertensi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan pola makan dengan pasien hipertensi pada dewasa di Puskesmas Kota Bekasi. Dengan sampel 82 pasien hipertensi. Metode penelitian ini adalah penelitian deskriptif dengan pendekatan kuantitatif dan design penelitian *cross sectional*. Pengumpulan data, didapatkan dengan pengambilan secara langsung dengan mengisi kuesioner *Food Frequency Questionnaire*, *sphygmomanometer* dan *stethoscope*. Pengolahan data dengan menggunakan sistem komputer dan analisis data menggunakan SPSS dengan uji *chi-square*. Hasil analisis data menunjukkan terdapat hubungan antara pola makan dengan derajat hipertensi pada pasien dewasa di Puskesmas Kota Bekasi yang ditunjukkan P- value sebesar 0,002, < $\alpha=0,05$. Hal tersebut menunjukkan bahwa pola makan berhubungan dengan pasien hipertensi pada dewasa di Puskesmas Kota Bekasi.

Kata kunci: Pola makan, Hipertensi, Dewasa

ABSTRACT

Hypertension is a condition where there is an increase in blood pressure above 140/90 mmHg. The risk factors for hypertension are divided into two categories: those that can be changed and those that cannot be changed, one of which is diet. Diet is an activity related to eating habits every day. Improper eating patterns can affect hypertensive patients due to blockage or stiffness in blood vessels, which results in hypertension. This study aims to determine the relationship between diet and hypertensive patients in adults at the Bekasi City Health Center. With a sample of 82 hypertensive patients. This research method is descriptive research with a quantitative approach and a cross-sectional research design. Data collection is obtained directly by filling out the Food Frequency Questionnaire, sphygmomanometer, and stethoscope. Data processing using a computer system and data analysis using SPSS with a chi-square test. The results of the data analysis showed that there was a relationship between diet and the degree of hypertension in adult patients at the Bekasi City Health Center, which indicated a P-value of 0.002, $p < 0.05$. This shows that eating patterns are related to hypertensive patients among adults at the Bekasi City Health Center.

Keywords: Diet, Hypertension, Adults