

HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI DI PUSKESMAS PANDAK 1

Nofitasari¹, Miftafu Darussalam²

Nofitas477@gmail.com

INTISARI

Latar Belakang: Tekanan darah sistolik sama dengan atau di atas 140 mmHg dan diastolik sama dengan atau di atas 90 mmHg ialah definisi dari hipertensi. Hipertensi disebut juga sebagai *the silent killer* karena terjadi tanpa keluhan, sehingga penderita hipertensi tidak tahu bila mereka menyandang hipertensi. Faktor risiko hipertensi dibagi menjadi dua yaitu faktor yang dapat diubah dan faktor yang tidak dapat diubah. Pola makan merupakan faktor risiko yang dapat diubah pada penyakit hipertensi.

Tujuan Penelitian: Penelitian ini untuk mengetahui hubungan pola makan dengan kejadian hipertensi di Puskesmas Pandak 1.

Metode Penelitian: Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional*. Jumlah sampel dalam penelitian ini adalah sebesar 32 responden dengan teknik sampling *Consecutive sampling*.

Hasil: Uji statistik dalam penelitian ini menggunakan uji statistik *Spearman rho* dan menunjukkan hasil bahwa terdapat hubungan antara pola makan dengan kejadian hipertensi dengan nilai (p Value=0,000) serta memiliki keeratan sangat kuat dengan rentang nilai 0,80-100.

Kesimpulan: Dengan demikian menjaga pola makan sangatlah penting agar terhindar dari berbagai macam penyakit terutama penyakit hipertensi.

Kata kunci: Pola makan, Kejadian hipertensi, Usia produktif

¹Mahasiswa Program Studi Keperawatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

²Dosen Program Studi Keperawatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

RELATIONSHIP OF DIET WITH HYPERTENSION INCIDENCE IN PUSKESMAS PANDAK 1

Nofitasari¹, Miftafu Darussalam²

Nofitas477@gmail.com

ABSTRACT

Background: Hypertension is a systolic blood pressure equal to or above 140 mmHg and a diastolic blood pressure equal to or above 90 mmHg. Hypertension is also called the silent killer because it occurs without complaints, so that people with hypertension do not know if they have hypertension. The risk factors for hypertension are divided into two, namely modifiable factors and non-modifiable factors. Diet is a modifiable risk factor for hypertension.

Objective: The purpose of this study was to determine the relationship between diet and the incidence of hypertension in Puskesmas pandak 1.

Method: This study was a quantitative study with a cross sectional approach. The number of samples in this study was 32 respondents with Consecutive sampling technique.

Result: The statistical test in this study used the Spearman Rho statistical test and showed the results that there was a relationship between diet and the incidence of hypertension with a value (p Value = 0.000) and had a very strong relationship with a value range of 0.80-100.

Conclusion: Maintaining a diet is very important to avoid various diseases, especially hypertension

Keywords: Diet, hypertension incidence, productive age

¹Nursing Student of Jenderal Achmad Yani University, Yogyakarta

²Nursing Lecturer of Jenderal Achmad Yani University, Yogyakarta