

SKRIPSI

**HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI
PADA LANSIA DI PUSKESMAS LUBUK BUAYA PADANG
TAHUN 2025**

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Menyelesaikan
Pendidikan Strata I Keperawatan



Oleh
Hamalatul Qur'ani
2114201125

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
FAKULTAS KESEHATAN DAN TEKNOLOGI INFORMASI
UNIVERSITAS ALIFAH PADANG
TAHUN 2025**

PERNYATAAN TIDAK PLAGIAT

Yang Bertanda Tangan di Bawah Ini, Saya :

Nama Lengkap	: Hamalatul Qur Ani
NIM	: 2114201125
Tempat/Tanggal Lahir	: Simanau, 30 November 2002
Bulan Masuk	: September 2021
Program Studi	: Sarjana Keperawatan
Nama Pembimbing Akademik	: Ns.Helmanis Suci, S.Kep., M.Kep
Nama Pembimbing 1	: Ns.Helmanis Suci, S.Kep., M.Kep
Nama Pembimbing 2	: Alkafi SE,MM

Menyatakan bahwa saya tidak melakukan plagiat dalam penulisan skripsi saya yang berjudul **“Hubungan Pola Makan dengan Kejadian Hipertensi pada Lansia di Puskesmas Lubuk Buaya Padang Tahun 2025”**

Apabila suatu saat nanti terbukti saya melakukan tindakan plagiat, dalam penulisan usulan skripsi, maka saya akan menerima sanksi yang telah ditetapkan. Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Padang, Agustus 2025



Hamalatul Qur'ani

PERNYATAAN PERSETUJUAN

Skripsi ini diajukan oleh :

Nama : Hamalatul Qur'ani
NIM : 2114201125
Program Studi : Sarjana Keperawatan
Judul : “Hubungan Pola Makan dengan Kejadian Hipertensi pada Lansia di Puskesmas Lubuk Buaya Padang Tahun 2025”

Telah disetujui untuk diseminarkan dan dipertahankan di hadapan Tim Penguji Seminar Hasil ini Program Studi Sarjana Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan dan Teknologi Informasi Universitas Alifah Padang.

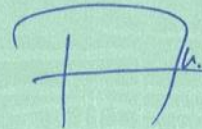
Padang, Agustus 2025

Pembimbing I



Ns. Helmanis Suci, S.Kep, M.Kep

Pembimbing II



Alkafi, SE, MM

Disahkan oleh
Dekan
Fakultas Ilmu Kesehatan dan Teknologi Informasi
Universitas Alifah Padang



Ns. Syalvia Oresti, S.Kep, M. Kep, Ph.D

PERNYATAAN PENGUJI

Skripsi ini diajukan oleh :

Nama : Hamalatul Qur'ani

Nim : 2114201125

Program Studi : S1 Keperawatan

Judul : "Hubungan Pola Makan dengan Kejadian Hipertensi pada Lansia di Puskesmas Lubuk Buaya Padang Tahun 2025"

Telah berhasil dipertahankan dihadapan Dewan Penguji Seminar Hasil Program Studi Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan dan Teknologi Informasi Universitas Alifah Padang.

Padang, September 2025

DEWAN PENGUJI

Pembimbing I
(Ns. Helmanis Suci, S.Kep, M.Kep)

()

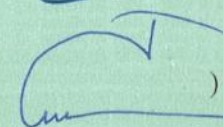
Pembimbing II
(Alkafi, SE, MM)

()

Penguji I
(Desi Sarli, M.Keb., Ph.D)

()

Penguji II
(Ns. Tomi Jepisa S.Kep., M.Kep)

()

Disahkan oleh
Dekan
Fakultas Ilmu Kesehatan dan Teknologi Informasi
Universitas Alifah Padang



Ns. Syalvia Oresti, S.Kep, M.Kep, Ph.D

UNIVERSITAS ALIFAH PADANG

Skripsi, Agustus 2025

Hamalatul Qur'ani

Hubungan Pola Makan dengan Kejadian Hipertensi pada Lansia di Puskesmas Lubuk Buaya Kota Padang Tahun 2025

xi + 69 halaman, 7 tabel, 2 gambar, 12 Lampiran

ABSTRAK

Lanjut usia merupakan orang yang sudah mencapai usia 60 tahun dimana mengalami banyak penurunan salah satunya penurunan secara fungsional. Prevalensi hipertensi setiap tahunnya meningkat disebabkan oleh berbagai faktor salah satunya dipengaruhi oleh pola makan yang tidak sehat. Menurut Survey Kesehatan Indonesia pada tahun 2023 prevalensi hipertensi sebesar 30,8%. Prevalensi hipertensi di Sumatera Barat tertinggi terdapat di Kota Padang, yaitu sebesar 35,6%. Puskesmas Lubuk Buaya ditetapkan sebagai salah satu puskesmas dengan angka hipertensi tertinggi di Kota Padang yaitu sebesar 12.171 orang. Tujuan penelitian ini untuk melihat hubungan pola makan dengan kejadian hipertensi pada lansia di Puskesmas Lubuk Buaya Kota Padang Tahun 2025.

Jenis penelitian ini adalah kuantitatif dengan pendekatan *observasional analitik* dan desain penelitian *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh lansia yang berkunjung ke Puskesmas Lubuk Buaya sebanyak 485 orang. Sampel diambil sebanyak 86 orang menggunakan teknik *purposive sampling*. Pengumpulan data dilaksanakan pada tanggal 20 Juni – 05 Juli 2025. Data dikumpulkan melalui kuesioner dan pengukuran tekanan darah, kemudian dianalisis menggunakan uji *Chi-square*.

Hasil penelitian menunjukkan lebih dari separuh responden 72 (83,7%) lansia di Puskesmas Lubuk Buaya Kota Padang mengalami hipertensi derajat 2, lebih dari separuh responden 51 (59,3%) lansia yang memiliki pola makan yang buruk. Terdapat hubungan yang signifikan antara pola makan dengan kejadian hipertensi pada lansia, dengan nilai *p-value* sebesar 0,000 ($p < 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa lansia dengan pola makan yang tidak sehat cenderung memiliki risiko lebih tinggi mengalami hipertensi dibandingkan dengan lansia yang memiliki pola makan sehat.

Dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara pola makan dengan kejadian hipertensi pada lansia. Oleh karena itu, perlu dilakukan edukasi dan promosi kesehatan mengenai pentingnya pola makan sehat dan seimbang kepada lansia, terutama dalam upaya pencegahan dan pengendalian hipertensi.

Daftar Pustaka : 74 (2018-2023)

Kata Kunci : Pola makan, Hipertensi, Lansia

UNIVERSITAS ALIFAH PADANG

Bachelor of Thesis, August 2025

Hamalatul Qur'ani

The relationship between dietary patterns and the incidence of hypertension among the elderly at lubuk buaya public health center, padang city In 2025

xi + 69 page, 7 tables, 2 pictures, 12 Appendices

ABSTRACT

Elderly people are those who have reached the age of 60 years and experience many declines, one of which is functional decline. The prevalence of hypertension increases annually due to various factors, one of which is influenced by unhealthy diets. According to the Indonesian Health Survey in 2023, the prevalence of hypertension was 30.8%. The highest prevalence of hypertension in West Sumatra was in Padang City, at 35.6%. Lubuk Buaya Community Health Center was determined as one of the health centers with the highest hypertension rate in Padang City, at 12,171 people. The purpose of this study was to examine the relationship between dietary patterns and the incidence of hypertension in the elderly at Lubuk Buaya Community Health Center, Padang City in 2025.

This research is a quantitative study using an analytical observational method with a cross-sectional design. The population consisted of 485 elderly individuals who visited the Lubuk Buaya Public Health Center. A total of 86 respondents were selected using purposive sampling. Data were collected through questionnaires and blood pressure measurements, and then analyzed using the Chi-square test.

The research results indicate that more than half of the respondents, 72 (83.7%), elderly individuals at the Lubuk Buaya Health Center in Padang City, experience grade 2 hypertension, and more than half of the respondents, 51 (59.3%), elderly individuals have poor eating habits. There is a significant relationship between eating habits and the incidence of hypertension in the elderly, with a p-value of 0.000 ($p < 0.05$). This suggests that elderly individuals with unhealthy eating patterns tend to have a higher risk of experiencing hypertension compared to those with healthy eating patterns.

It can be concluded that there is a significant relationship between dietary patterns and the incidence of hypertension among the elderly. Therefore, health education and promotion regarding the importance of a healthy and balanced diet are necessary to prevent and control hypertension in older adults.

References : 74 (2018-2023)

Keywords : Dietary patterns, Hypertension, Elderly