



**HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN KEJADIAN  
HIPERTENSI DI DAERAH SEKITAR PESISIR  
KECAMATAN CEPIRING**

**SKRIPSI**

Diajukan sebagai salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana

Oleh  
Lailina Wahdah  
NIM. 01011A045

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN  
FAKULTAS KESEHATAN  
UNIVERSITAS NGUDI WALUYO  
2021**

## **PERNYATAAN ORISINILITAS**

Saya yang bertanda tangan dibawah ini ,

Nama : Lailina Wahdah

NIM : 010117A045

Prodi : S1 Keperawatan

Dengan ini Menyatakan Bawa :

1. Skripsi/Karya Ilmiah berjudul "HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI DI DAERAH SEKITAR PESISIR KECAMATAN CEPIRING" Adalah karya ilmiah asli dan belum pernah dijadikan untuk mendapatkan gelar akademik apapun diperguruan tinggi
2. Skripsi/Karya tulis ilmiah ini merupakan ide dan hasil karya murni saya yang dibimbing dan dibantu oleh pembimbing dan narasumber
3. Skripsi/karya tulus ilmiah ini tidak memuat karya ataupun pendapat orang lain yang telah dipublikasikan kecuali secara tertulis dicantumkan dalam daftar pustaka
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesuguhnya dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidak benaran dalam penelitian ini, saya menerima bersedia menerima sanksi akademik yang telah ditetapkan dari universitas ngudi waluyo serta norma yang berlaku diuniversitas ngudi waluyo.

Ungaran, 3 Februari 2021



Lailina Wahdah  
010117A045

## KESEDIAN PUBLIKASI

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Lailina Wahdah  
NIM : 010117A045  
Mahasiswa : Program S1 Keperawatan Fakultas Keperawatan  
Unuversitas Ngudi Waluyo

Menyatakan memberi kewenangan kepada Universitas Ngudi Waluyo untuk menyimpan, mengalih media/formatkan, merawat, mempublikasikan Skripsi saya yang berjudul **“Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Hipertensi Di Daerah Sekitar Pesisir Kecamatan Cepiring”**

Ungaran, Februari 2021

Yang membuat pernyataan



Lailina Wahdah

## **DAFTAR RIWAYAT HIDUP**

Nama : Lailina Wahdah  
Tempat, Tanggal Lahir : Kendal, 3 Januari 1999  
Jenis Kelamin : Perempuan  
Agama : Islam  
Status : Belum menikah  
Alamat : Dusun Tompak 02/07, Desa Kliris, Kecamatan Boja, Kabupaten Kendal  
Email : lailinawahdah452@gmail.com

### **Pendidikan Formal**

Tahun 2017- sekarang : Mahasiswi S1 Keperawatan Universitas Ngudi Waluyo  
Tahun 2015-2017 : SMK Bhakti Kencana Kendal  
Tahun 2011-2014 : SMP N 4 Cepiring  
Tahun 2005-2010 : SD N Kaliayu  
Tahun 2004 : TK

## **HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING**

Skripsi berjudul :

### **HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI DI DAERAH SEKITAR PESISIR KECAMATAN CEPIRING**

Oleh :

Lailina Wahdah

010117A045

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN**

**FAKULTAS KEPERAWATAN**

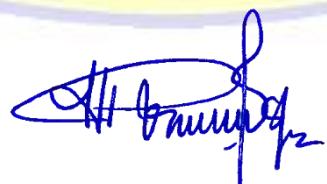
**UNIVERSITAS NGUDI WALUYO**

Telah diperiksa dan disetujui oleh pembimbing dan telah

diperkenakan untuk diujikan

Ungaran, 3 februari 2021

Pembimbing Pendamping



Rosalina, S.Kp., M.Kes

NIDN. 0621127102

**LEMBAR PENGESAHAN**

Skripsi berjudul :

**HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI  
DI DAERAH SEKITAR PESISIR  
KECAMATAN CEPIRING**

Disusun oleh :

LAILINA WAHDAH

010117A045

Telah dipertahankan di depan Tim Pengaji Skripsi Program Studi S1 Keperawatan,  
Fakultas Kesehatan, Universitas Ngudi Waluyo, pada :

Hari : Selasa  
Tanggal : 09 Februari 2021

Tim Pengaji :  
**Pembimbing Utama**

Rosalina, S.Kp., M.Kes  
NIDN. 0621127102

**Pengaji**

**Pengaji**

Ns. Faridah Aini, S.Kep., M.Kep., Sp.KMB.  
NIND. 0629037605      Ns. Umi Setyoningrum, S.Kep., M.Kep.  
NIND. 0612118002

**Ketua Program Studi S1 Keperawatan**

Ns. Umi Aniroh, S.Kep., M.Kes.  
NIND. 061407402



## KATA PENGANTAR



**Assalamualikum warahmatullahi wabarakatuh**

Alhamdulillahirabbilalamin, banyak nikmat yang Allah berikan kepada kita semua. Segala puji hanya layak untuk Allah SWT atas segala berkat, rahmat, taufik serta hidayah-Nya yang tiada terkira, sehingga penulis dapat meyelesaikan tugas akhir ini dengan judul “Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Hipertensi di Daerah Sekitar Pesisir Kecamatan Cepiring”. Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan skripsi ini banyak pihak yang membantu, melaui kesempatan ini izinkan penulis menyampaikan ucapan rasa terima kasih kepada :

1. Prof. Dr. Subyantoro, M.Hum, selaku Rektor Universitas Ngudi Waluyo.
2. Rosalina, S.Kp., M.Kes., selaku Dekan Fakultas Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo.
3. Ns. Umi Aniroh, S.Kep., M.kes, selaku Ketua Program Studi S1 Keperawatan Universitas Ngudi Waluyo.
4. Rosalina, S.kp., M.Kes., selaku pembimbing yang telah sabar membimbing dan banyak meluangkan waktu, serta memberikan motivasi kepada penulis dalam penyusunan skripsi ini.
5. Dosen pembimbing akademik saya ibu Ns. Liyanovitasari, S.Kep., M.Kep., dan seluruh staf Universitas Ngudi Waluyo yang telah memberikan banyak ilmu yang bermanfaat kepada penulis.

6. Kepada kedua orang tua saya Bapak Suratin dan Ibu Wachidah serta adik dan keluarga besar saya, terimakasih untuk kasih sayang, motivasi, serta doa dan dukungan yang selalu diberikan baik secara moril dan materiil.
7. Kepada teman dan kakak-kakak saya Mbk Vania Desiani, Mbk Mawar, teman saya Kartika B.P, Anis F.N.A, Larassati yang selalu memberikan doa, dukungan, dan bersedia menjadi tempat keluh kesah saat pembuatan skripsi ini.
8. Kepada seluruh teman seperjuangan PSIK Angkatan 2017 yang telah memberikan semangat, doa dan motivasi.
9. Dan kepada seluruh pihak yang telah banyak membantu penulis dalam penyusunan skripsi ini yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu.

Penulis menyadari dalam penyusunan skripsi ini masih jauh dari sempurna sehingga penulis kritik dan saran sangat penulis harapkan. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi pembaca. Aamiin.

**Wassalamualikum warahmatullahi wabrakatuh**

## DAFTAR ISI

|  |      |
|--|------|
| HALAMAN JUDUL.....                       | i    |
| ABSTRAK .....                            | ii   |
| ABSTRACT .....                           | iii  |
| LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI ..... | iv   |
| HALAMAN KESEDIAAN PUBLIKASI.....         | v    |
| DAFTAR RIWAYAT HIDUP.....                | vi   |
| HALAMAN PERSETUJUAN.....                 | vii  |
| LEMBAR PENGESAHAN .....                  | viii |
| KATA PENGANTAR .....                     | ix   |
| DAFTAR ISI.....                          | x    |
| DAFTAR GAMBAR .....                      | xii  |
| DAFTAR TABEL.....                        | xiv  |
| DAFTAR LAMPIRAN .....                    | xv   |
| <b>BAB I PENDAHULUAN</b>                 |      |
| A. Latar Belakang .....                  | 1    |
| B. Rumusan Masalah .....                 | 7    |
| C. Tujuan Penelitian .....               | 7    |
| D. Manfaat Penelitian .....              | 8    |
| <b>BAB II METODE PENELITIAN</b>          |      |
| A. Tinjauan Teori.....                   | 9    |
| 1. Hipertensi .....                      | 9    |
| 2. Pola Makan.....                       | 16   |

|   |       |
|---|-------|
| B. Kerangka Teori.....                  | 24    |
| C. Kerangka Konsep .....                | 25    |
| D. Hipotesis.....                       | 25    |
| <b>BAB III METODOLOGI PENELITIAN</b>    |       |
| A. Desain Penelitian.....               | 26    |
| B. Lokasi dan Waktu Penelitian .....    | 27    |
| C. Populasi Penelitian.....             | 27    |
| D. Desain Operasional .....             | 39    |
| E. Pengumpulan Data .....               | 30    |
| F. Pengolahan Data.....                 | 36    |
| G. Analisis Data .....                  | 39    |
| <b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN</b>      |       |
| A. Gambaran Umum Objek Penelitian ..... | 40    |
| B. Hasil dan Pembahasan.....            | 41    |
| C. Keterbatasan Penelitian.....         | 48    |
| <b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN</b>       |       |
| A. Kesimpulan .....                     | 49    |
| B. Saran .....                          | 49    |
| DAFTAR PUSTAKA .....                    | xvi   |
| LAMPIRAN .....                          | xviii |

## **DAFTAR GAMBAR**

|  |    |
|--|----|
| Gambar 2.1 Kerangka teori.....                 | 24 |
| Gambar 2.2 Kerangka konsep .....               | 25 |
| Gambar 2.3 Desain penelitian case control..... | 26 |

## **DAFTAR TABEL**

|  |    |
|--|----|
| Tabel 2.1 Klasifikasi tekanan darah .....        | 11 |
| Tabel 3.1 Desain operasional .....               | 29 |
| Tabel 3.2 Kisi-kisi kuesioner pola makna.....    | 32 |
| Tabel 3.3 Scoring makan pencegah hipertensi..... | 36 |
| Tabel 3.4 Scoring makan pmicu hipertensi.....    | 37 |
| Tabel 3.5 Scoring pola makan.....                | 37 |
| Tabel 3.6 Coding.....                            | 37 |
| Tabel 4.1 Pola makan responden .....             | 41 |
| Tabel 4.2 Kejadian hipertensi responden .....    | 41 |
| Tabel 4.3 Analisis bivariat .....                | 42 |

## **DAFTAR LAMPIRAN**

Lampiran 1. Surat balasan izin penelitian dan mencari data

Lampiran 2. Surat persetujuan menjadi responden

Lampiran 3. Kuesioner penelitian

Lampiran 4. Hasil penelitian

Lampiran 5. Dokumentasi penelitian

Lampiran 6. Lembar konsultasi

Lampiran 7. Turnitin