

Universitas Ngudi Waluyo  
Fakultas Kesehatan  
Program Studi S1 Keperawatan  
Skripsi, 09 Februari 2021  
Lailina Wahdah  
010117A045

## Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Hipertensi Di Daerah Sekitar Pesisir Kecamatan Cepiring

### ABSTRAK

**Latar Belakang :** Hipertensi adalah suatu kondisi atau keadaan dimana tekanan darah mengalami peningkatan  $>140/90\text{mmHg}$ . Hipertensi dapat disebabkan oleh pola makan yang buruk dan tanda gejala yang tidak disadari

**Tujuan :** Untuk Mengetahui Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Hipertensi Didaerah Sekitar Pesisir Kecamatan Cepiring

**Metode :** Desain penelitian ini menggunakan *Survey Analitik* dengan pendekatan *Case Control*. Populasi berjumlah 235 responden. Teknik sampel menggunakan *Purposive Sampling*. Sampel 142 kasus dan kontrol dengan 1:1. Menggunakan alat ukur kuesioner *food frequency questionnarie* dan sudah baku. Analisis data menggunakan *Chi Square*.

**Hasil :** Hasil penelitian menunjukan pola makan responden kelompok kasus dari 71 terdapat 56 responden (78,9%) memiliki pola makan buruk dan pola makan baik sebanyak 15 responden (21,1%). Ada hubungan antara pola makan dengan kejadian hipertensi di daerah sekitar pesisir kecamatan cepiring dengan  $p\text{-value}=0,0001 <\alpha=0,05$ .

**Saran :** Hasil penelitian ini di harapkan masyarakat sekitar pesisir lebih menjaga pola makan yang sehat (sayuran, buah serta makanan yang rendah lemak dan garam) untuk mengontrol tekanan darah dan melakukan cek tekanan darah secara rutin dalam program posbindu yang ada di desa.

Kata kunci : Pola makan, Hipertensi, Pesisir

**Ngudi Waluyo University**  
**Health Faculty**  
**S1 Nursing Study Program**  
**Final Assignment, February 2021**  
**Lailina Wahdah**  
**010117A045**

***The Relationship between Diet and Hypertension in the Coastal Areas of Cepiring District***

***ABSTRACT***

***Background :*** Hypertension is a condition in which blood pressure increases >140/90mmHg. Hypertension can be caused by a poor diet. The research objective was to determine the relationship between diet and the incidence of hypertension in the coastal areas of Cepiring district.

***Objective :*** To Determine The Relationship Between Diet And The Incidence Of Hypertension In The Coastal Area Of Cepiring District

***Methods :*** The design of this study used an analytical survey with a case control approach. The population is 235 respondents. The sample technique uses purposive sampling. Sample of 142 cases and controls with 1:1. Using a food frequency questionnaire and standardized. Data analysis using Chi Square.

***Results :*** The results showed that there were 56 respondents (78,9%) who had a bad diet and a good diet as many as 15 respondents (21,1%). There is a relationship between diet and the incidence of hypertension in the area around the coast of Cepiring district with  $p\text{-value}=0,0001 < \alpha=0,05$ .

***Suggestion :*** The results of this study are expected that people around the coast will maintain a healthy diet (vegetables, fruit and foods that are low in fat and salt) to control blood pressure and carry out regular blood pressure checks in the Posbindu program in the village.

***Keywords :*** dietary habit, hypertension, the coast