ABSTRAK

HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN TINGKAT KEJADIAN HIPERTENSI PADA LANSIA DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS JEULINGKE

Latar Belakang: Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular yang banyak terjadi pada kelompok lansia dan menjadi permasalahan kesehatan yang cukup serius. Salah satu faktor yang berperan dalam terjadinya hipertensi adalah pola makan.

Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara pola makan dengan tingkat kejadian hipertensi pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Jeulingke, Kota Banda Aceh.

Metode: Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain cross-sectional serta metode deskriptif korelasional. Populasi penelitian berjumlah 993 lansia, dengan sampel sebanyak 100 responden yang ditentukan menggunakan rumus Slovin. Pengumpulan data dilakukan melalui kuesioner Food Frequency Questionnaire (FFQ) untuk mengukur pola makan, serta pemeriksaan tekanan darah. Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat menggunakan uji Chi-Square.

Hasil : Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki pola makan yang kurang baik (63%) dan mayoritas responden mengalami hipertensi (69%). Hasil analisis bivariat menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara pola makan dengan kejadian hipertensi pada lansia dengan nilai $p = 0,004$ ($p < 0,05$).

Kesimpulan: Dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara pola makan dengan kejadian hipertensi pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Jeulingke. Oleh karena itu, diperlukan upaya perbaikan pola makan sebagai langkah pencegahan dan pengendalian hipertensi pada lansia.

Kata kunci: pola makan, hipertensi, lansia