

**HUBUNGAN POLA MAKAN, JENIS KELAMIN DAN RIWAYAT  
KELUARGA DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI PADA LANSIA  
DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS PASAR IKAN  
KOTA BENGKULU**



**SKRIPSI**

**OLEH :**

**YISA MASTRIANA  
NPM : 2214201042**

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH BENGKULU  
2026**

**HUBUNGAN POLA MAKAN, JENIS KELAMIN DAN RIWAYAT  
KELUARGA DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI PADA LANSIA  
DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS PASAR IKAN  
KOTA BENGKULU**

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar Sarjana  
Keperawatan Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan  
Universitas Muhammadiyah Bengkulu**

**OLEH**

**YISA MASTRIANA  
NPM : 2214201042**

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH BENGKULU  
2026**

**PERSETUJUAN SKRIPSI**

**HUBUNGAN POLA MAKAN, JENIS KELAMIN DAN RIWAYAT  
KELUARGA DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI PADA LANSIA  
DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS PASAR IKAN**

**KOTA BENGKULU**

**OLEH**

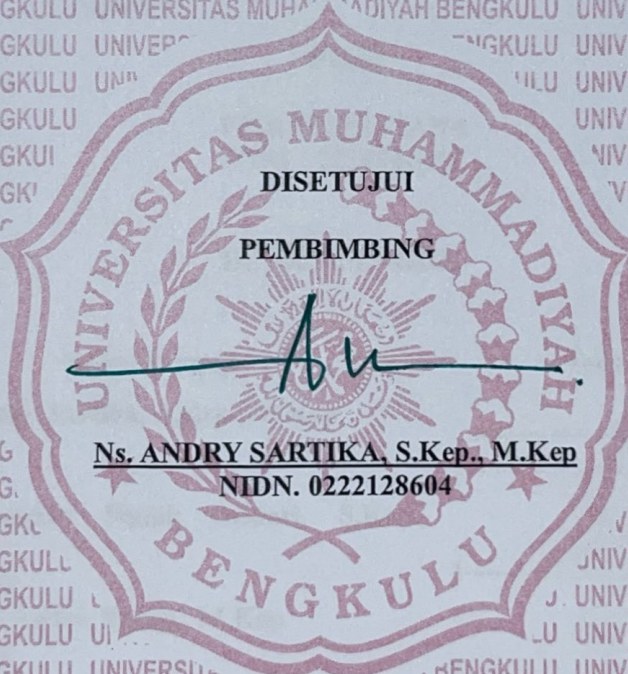
**YISA MASTRIANA  
NPM : 2214201042**

**DISETUJUI**

**PEMBIMBING**



**Ns. ANDRY SARTIKA, S.Kep., M.Kep**  
**NIDN. 0222128604**



**PENGESAHAN SKRIPSI**

**HUBUNGAN POLA MAKAN, JENIS KELAMIN DAN RIWAYAT  
KELUARGA DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI PADA LANSIA  
DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS PASAR IKAN  
KOTA BENGKULU**

**Dipertahankan di Depan Dewan Penguji Skripsi**

**Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan**

**Universitas Muhammadiyah Bengkulu**

Hari : Jum'at

Tanggal : 06 Maret 2026

Tempat : Tutorial I

OLEH

**YISA MASTRIANA**

**NPM : 2214201042**

**DEWAN PENGUJI**

**Nama Penguji**

**Tanda Tangan**

1. **Ns. Andry Sartika, S.Kep., M.Kep**

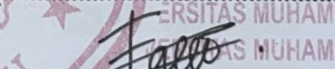
**Ketua**

  
.....

2. **Ns. Fatsiwi Nunik Andari, S.Kep.,**

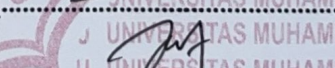
**M.Kep**

**Anggota**

  
.....

3. **Ns. Juli Andri, S.Kep., M.Kep**

**Anggota**

  
.....

**Mengetahui,**

**Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan UMB**

  
**Dr. Eva Oktavidiati, M.Si**  
**NIP. 196810051994022002**

## SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Yisa Mastriana

NPM : 2214201042

Program Studi : Ilmu Keperawatan

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi dengan judul :

**HUBUNGAN POLA MAKAN, JENIS KELAMIN DAN RIWAYAT  
KELUARGA DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI PADA LANSIA DI  
WILAYAH KERJA PUSKESMAS PASAR IKAN KOTA BENGKULU**

Adalah benar karya saya sendiri, bebas dari plagiat atau penyontekan. Apabila dikemudian hari terdapat kesalahan berkaitan dengan penyusunan skripsi ini, maka semua akibat dari hal ini merupakan tanggung jawab saya sendiri.

Surat pernyataan ini saya buat dengan sungguh-sungguh. Atas perhatian Bapak saya ucapkan terima kasih.

Bengkulu, 06 Maret 2026



Hormat saya,

YISA MASTRIANA

NPM : 2214201042

## **MOTTO DAN PERSEMBAHAN**

### **MOTTO :**

“Sesungguhnya Allah tidak akan mengubah keadaan suatu kaum sampai mereka mengubah keadaan yang ada pada diri mereka sendiri”

(QS. Surat Ar-Ra'd : 11)

“Dan barang siapa bertawakal kepada Allah niscaya Allah akan mencukupkan (keperluannya)”

(QS. Surat At-Talaq : 3)

“Penelitian bukan tentang sudah tahu segalanya, tetapi berani melangkah dalam ketidaktahuan untuk menemukan jawaban”

(Wernher von Braun)

### **PERSEMBAHAN :**

Bismillahirrahmanirrahim,

Dengan segala kerendahan hati dan penuh rasa syukur, karya sederhana ini kupersembahkan kepada:

1. Allah SWT, yang Maha Baik dalam setiap skenario hidup. Terima kasih atas kekuatan di saat merasa lemah, atas jalan di saat merasa buntu, dan atas pertolongan yang selalu datang di waktu yang paling tepat. Tanpa izin-Mu, langkah ini tidak akan pernah sampai di titik ini.
2. Kepada cinta pertama dan panutanku, Ayahnda Ermin. Beliau memang tidak sempat merasakan pendidikan sampai bangku perkuliahan, namun beliau mampu mendidik penulis, memotivasi, memberi dukungan dan mendo'akan yang terbaik dalam memperjuangkan masa depan dan kebahagiaan putrinya. Terimakasih untuk selalu berada disisi penulis dan menjadi alasan bagi penulis dalam menyelesaikan penulisan skripsi ini hingga memperoleh gelar sarjana.

3. Kepada pintu surgaku, Ibunda Tunama Riana. Beliau sangat berperan penting dalam menyelesaikan program studi penulis, beliau juga memang tidak sempat merasakan pendidikan sampai di bangku perkuliahan. Tapi selalu memberikan kasih sayang yang tulus, semangat motivasi serta doa, yang selalu beliau berikan dalam memperjuangkan masa depan dan kebahagiaan putrinya sehingga penulis mampu menyelesaikan skripsi dan studinya sampai sarjana.
4. Kepada kaka pertama penulis, Efrin, Amd. Kes dan istrinya Nina Suryani, S.Pd terimakasih banyak atas dukungannya dan segala motivasi yang diberikan kepada penulis sehingga penulis mampu menyelesaikan studinya sampai sarjana.
5. Kepada kaka kedua penulis, iis Nopita Sari, S.Pd, terima kasih telah kebersamai penulis selama ini dan terimakasih untuk dukungan, candaan, dan semangat sehingga penulis mampu menyelesaikan studinya sampai sarjana.
6. Kepada keponakan penulis, Abrizam Azzaky terimakasih kelucuan-kelucuan yang membuat penulis semangat dan selalu membuat penulis senang sehingga penulis semangat untuk mengerjakan skripsi ini sampai selesai.
7. Kepada seseorang yang tak kalah penting kehadirannya, Aldo Fikrianto, A.Md.Kep terimakasih banyak yang telah menjadi bagian penting dalam perjalanan pembuatan skripsi dan terimakasih telah menjadi rumah untuk melepas keluh kesah, segala usaha yang diberikan mulai dari waktu, tenaga, dukungan, doa dan support dalam proses penyusunan skripsi ini sampai selesai.
8. Bapak Ns. Andry Sartika, S.Kep., M.Kep selaku dosen Pembimbing, terima kasih atas ilmu, arahan, ketelitian, dan kesabaran dalam membimbing hingga penelitian ini selesai. Setiap revisi adalah pelajaran, setiap koreksi adalah bentuk perhatian agar saya menjadi lebih baik.
9. Ibu Ns. Fatsiwi Nunik Andari, S.Kep., M.Kep selaku penguji 1 dan Bapak Ns. Juli Andri, S.Kep., M.Kep selaku penguji 2, terima kasih atas masukan, kritik, dan saran yang membangun. Semua itu menjadi bekal berharga untuk

memperbaiki karya ini dan memperluas cara pandang sebagai calon perawat profesional.

10. Seluruh dosen dan civitas akademik Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Bengkulu, terima kasih atas ilmu, pengalaman, dan pembelajaran selama masa perkuliahan. Setiap materi, setiap praktik, dan setiap nilai kehidupan yang diberikan akan selalu dibawa dalam perjalanan karier dan pengabdian.
11. Pihak Puskesmas Pasar Ikan Kota Bengkulu, terima kasih atas kesempatan, bantuan, serta kerja sama yang diberikan selama proses penelitian. Tanpa dukungan dan keterbukaan dari Bapak/Ibu sekalian, penelitian ini tidak akan berjalan dengan baik.
12. Teman-teman seperjuangan, khususnya Rinda Mayanti yang selalu kebersamai dalam proses skripsi ini, saling menguatkan dan berbagai tawa serta air mata, terimakasih untuk cerita, pelukan hangat dan semangat yang tak pernah padam.
13. Diriku sendiri, terima kasih sudah kuat, sudah sabar, sudah bertanggung jawab. Terima kasih sudah memilih untuk tetap bangkit meski sering ragu. Kamu sudah membuktikan bahwa kamu mampu. Ternyata kamu bisa melewati semuanya. Pelan-pelan, satu halaman demi satu halaman terselesaikan.
14. Almamater Tercinta, Universitas Muhammadiyah Bengkulu, terima kasih telah menjadi tempat bertumbuh, belajar, dan menempa diri. Semoga karya sederhana ini dapat menjadi bagian kecil dari kontribusi untuk nama baik almamater.

## RIWAYAT HIDUP PENULIS



Nama : YISA MASTRIANA  
NPM : 2214201042  
Fakultas : Ilmu Kesehatan  
Jurusan : Ilmu Keperawatan  
Jenis Kelamin : Perempuan  
Tempat/Tanggal lahir : Tanjung Kurung, 11 November 2004  
Alamat : Desa Tanjung Kurung, Kaur, Provinsi Bengkulu  
Orang Tua :  
Ayah : Ermin  
Ibu : Tunama Riana  
Alamat : Desa Tanjung Kurung, Kaur, Provinsi Bengkulu  
Riwayat Pendidikan :  
SDN 66 Kaur : 2010-2016  
SMPN 14 Kaur : 2016-2019  
SMAN 9 Kaur : 2019-2022  
Prodi Ilmu Keperawatan  
Fakultas Ilmu Kesehatan  
Universitas Muhammadiyah Bengkulu : 2022-2026

**UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH BENGKULU  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN**

**YISA MASTRIANA**

**Ns. ANDRY SARTIKA, S.Kep., M.Kep**

**HUBUNGAN POLA MAKAN, JENIS KELAMIN DAN RIWAYAT  
KELUARGA DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI PADA LANSIA DI  
WILAYAH KERJA PUSKESMAS PASAR IKAN KOTA BENGKULU**

xvii + 96 hlm, 12 tabel, 3 gambar, 12 lampiran

**ABSTRAK**

Hipertensi adalah kondisi medis yang ditandai dengan meningkatnya tekanan darah secara persisten di dalam arteri melebihi batas normal yaitu  $\geq 140$  mmHg untuk tekanan sistolik dan/atau  $\geq 90$  mmHg untuk tekanan darah diastolik, dimana kategori grade I berada pada  $< 130-139/80-89$  mmHg dan grade II pada  $\geq 140/90$  mmHg. Kondisi ini dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, antara lain Umur, riwayat keluarga, pola makan tinggi garam, obesitas, kurang aktivitas fisik, stres, serta kebiasaan merokok.

Tujuan penelitian untuk mengetahui hubungan pola makan, jenis kelamin dan riwayat keluarga dengan kejadian hipertensi pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Pasar Ikan Kota Bengkulu.

Metode penelitian yang digunakan adalah kuantitatif dengan rancangan penelitian menggunakan pendekatan *cross-sectional*. Pengumpulan data menggunakan kuisioner FFQ. Data penelitian dianalisis secara univariat berupa distribusi frekuensi dan bivariat menggunakan uji *Chi-square* ( $p\text{-value} < 0,05$ ).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tekanan darah pada lansia paling banyak pada kategori hipertensi grade II sejumlah 50 orang (92,6%), pola makan paling banyak pada kategori tidak baik sejumlah 33 orang (61,1%), lansia paling banyak pada jenis kelamin terbanyak perempuan yaitu 30 orang (55,6%), dan riwayat keluarga dengan hipertensi paling banyak pada kategori tidak ada yaitu 40 orang (74,1%).

Simpulan, secara statistic terdapat hubungan antara pola makan dengan kejadian hipertensi pada lansia, serta tidak terdapat hubungan antara jenis kelamin dan riwayat keluarga dengan kejadian hipertensi pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Pasar Ikan Kota Bengkulu. Saran, menambahkan variabel lain yang berhubungan dengan hipertensi pada lansia, seperti aktivitas fisik, tingkat stres, obesitas, dan kepatuhan pengobatan.

**Kata kunci :** Jenis Kelamin, Kejadian Hipertensi, Lansia, Pola Makan, Riwayat Keluarga.

Daftar Bacaan : 59 (2018 – 2025)

**MUHAMMADIYAH UNIVERSITY OF BENGKULU  
FACULTY OF HEALTH SCIENCES  
NURSING STUDY PROGRAM**

**YISA MASTRIANA  
Ns. ANDRY SARTIKA, S.Kep., M.Kep**

***THE RELATIONSHIP BETWEEN DIETARY PATTERNS, GENDER AND  
FAMILY HISTORY WITH THE INCIDENCE OF HYPERTENSION IN THE  
ELDERLY IN THE WORKING AREA OF THE PASAR IKAN PUBLIC  
HEALTH CENTER IN BENGKULU CITY***

*xvii + 96 pp., 12 tables, 3 pictures, 12 appendices*

**ABSTRACT**

*Hypertension is a medical condition characterized by persistently elevated blood pressure in the arteries exceeding the normal limit of  $\geq 140$  mmHg for systolic pressure and/or  $\geq 90$  mmHg for diastolic pressure, with grade I being  $< 130-139/80-89$  mmHg and grade II being  $\geq 140/90$  mmHg. This condition can be influenced by various factors, including age, family history, a high-salt diet, obesity, lack of physical activity, stress, and smoking habits.*

*The purpose of this study was to determine the relationship between diet, gender, and family history with the incidence of hypertension in the elderly in the Pasar Ikan Community Health Center (Puskesmas) area of Bengkulu City.*

*The research method used was quantitative with a cross-sectional design. Data collection used a FFQ questionnaire. Data were analyzed univariately using frequency distributions and bivariate using the Chi-square test ( $p$ -value  $< 0.05$ ).*

*The results showed that blood pressure in the elderly was most often in the grade II hypertension category (50 individuals (92.6%), diet was most often in the unhealthy category (33 individuals (61.1%), gender was most prevalent in the elderly (30 individuals (55.6%), and family history of hypertension was most prevalent in the no history category (40 individuals (74.1%).*

*Conclusion: There is a statistically significant relationship between diet and the incidence of hypertension in the elderly, while gender and family history were not associated with the incidence of hypertension in the elderly in the Pasar Ikan Community Health Center in Bengkulu City. Suggestions include the addition of other variables related to hypertension in the elderly, such as physical activity, stress levels, obesity, and medication adherence.*

**Keywords:** *Gender, Hypertension, Elderly, Diet, Family History.*

*Reading List : 59 (2018 – 2025)*

## KATA PENGANTAR

Puji syukur atas kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat, kekuatan serta karunia-Nya sehingga dapat menyelesaikan penyusunan Skripsi ini yang berjudul “HUBUNGAN POLA MAKAN, JENIS KELAMIN DAN RIWAYAT KELUARGA DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI PADA LANSIA DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS PASAR IKAN KOTA BENGKULU”.

Skripsi ini ditulis dalam rangka memenuhi sebagian persyaratan guna mendapatkan gelar Sarjana Keperawatan di Universitas Muhammadiyah Bengkulu. Pada kesempatan ini penulis menyampaikan rasa terima kasih kepada berbagai pihak atas bantuan, bimbingan, petunjuk dan saran-saran, serta nasehat yang tidak ternilai harganya. Ucapan terima kasih penulis haturkan kepada:

1. Ibu Dr. Eva Oktavidiati, M.Si selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Bengkulu.
2. Ibu Ns. Lussyefrida Yanti, S.Kep., M.Kep selaku Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Bengkulu.
3. Ibu Ns. Andry Sartika, S.Kep., M.Kep selaku pembimbing yang telah memberikan bimbingan, pengajaran, motivasi, kritik dan saran atas penyusunan proposal penelitian ini.
4. Ibu Ns. Fatsiwi Nunik Andari, S.Kep., M.Kep selaku penguji 1 dan Bapak Ns. Juli Andri, S.Kep., M.Kep selaku penguji 2 yang telah memberikan kritik dan saran atas penyusunan skripsi.

Akhirnya dengan segala kerendahan hati penulis berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi kita semua, kritik dan saran sangat diharapkan demi perbaikan Skripsi ini di masa yang akan datang.

Bengkulu, 06 Maret 2026

Penulis

Yisa Mastriana

## DAFTAR ISI

<b>COVER</b> .....	i
<b>HALAMAN JUDUL</b> .....	ii
<b>PERSETUJUAN SKRIPSI</b> .....	iii
<b>PENGESAHAN SKRIPSI</b> .....	iv
<b>SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT</b> .....	v
<b>PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI</b> .....	vi
<b>MOTO DAN PERSEMBAHAN</b> .....	vii
<b>RIWAYAT HIDUP PENULIS</b> .....	ix
<b>ABSTRAK</b> .....	x
<b><i>ABSTRACT</i></b> .....	xi
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	xii
<b>DAFTAR ISI</b> .....	xiii
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	xv
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	xvi
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	xvii
<b>BAB I. PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Identifikasi Masalah .....	7
C. Pembatasan Masalah .....	7
D. Rumusan Masalah .....	7
E. Tujuan Penelitian .....	8
F. Manfaat Penelitian .....	8
G. Keaslian Penelitian .....	9
<b>BAB II. TINJAUAN PUSTAKA</b>	
A. Dasar Teori .....	13
B. Kerangka Teori .....	22
C. Kerangka Konsep Penelitian .....	35
D. Hipotesis .....	35
<b>BAB III. METODOLOGI PENELITIAN</b>	

A. Jenis dan Rancangan Penelitian .....	37
B. Lokasi dan Waktu Penelitian .....	37
C. Populasi dan Sampel .....	37
D. Definisi Operasional Variabel .....	39
E. Instrumen Penelitian .....	40
F. Teknik Pengumpulan Data .....	40
G. Teknik Analisis Data .....	41
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN</b>	
A. Gambaran Tempat Penelitian .....	43
B. Jalannya Penelitian .....	44
C. Analisis Univariat .....	46
D. Analisis Bivariat .....	48
<b>BAB V PEMBAHASAN</b>	
A. Karakteristik Responden .....	50
B. Hubungan Pola Makan dengan Kejadian Hipertensi pada Lansia .....	57
C. Hubungan Jenis Kelamin dengan Kejadian Hipertensi pada Lansia .....	60
D. Hubungan Riwayat Keluarga dengan Kejadian Hipertensi pada Lansia .....	62
<b>BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN</b>	
A. Kesimpulan .....	65
B. Saran .....	65
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>68</b>
<b>LAMPIRAN .....</b>	<b>74</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Keaslian penelitian .....	9
Tabel 2.1 Klasifikasi Hipertensi Menurut AHA .....	23
Tabel 2.2 Klasifikasi Hipertensi Menurut Kemenkes .....	24
Tabel 2.3 Klasifikasi Hipertensi Menurut WHO .....	24
Tabel 3.1 Definisi Operasional .....	39
Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden .....	46
Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Tekanan Darah .....	47
Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Pola Makan .....	47
Tabel 4.4 Hasil Uji Normalitas Menggunakan Shapiro-Wilk .....	47
Tabel 4.5 Hubungan Pola Makan dengan Kejadian Hipertensi pada Lansia	48
Tabel 4.6 Hubungan Jenis Kelamin dengan Kejadian Hipertensi pada Lansia .....	48
Tabel 4.7 Hubungan Riwayat Keluarga dengan Kejadian Hipertensi pada Lansia .....	49

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Anatomi Organ Jantung .....	15
Gambar 2.2 Kerangka Teori .....	34
Gambar 2.3 Kerangka Konsep Penelitian .....	35

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Permohonan Menjadi Responden .....	75
Lampiran 2. Surat Persetujuan Menjadi Responden .....	76
Lampiran 3. Kuesioner Penelitian .....	77
Lampiran 4. Matriks Data Hasil Penelitian .....	80
Lampiran 5. Hasil Penelitian .....	83
Lampiran 6. Output SPSS .....	85
Lampiran 7. Surat Izin Pra Penelitian .....	90
Lampiran 8. Surat Izin Penelitian .....	91
Lampiran 9. Surat Rekomendasi .....	92
Lampiran 10. Surat Keterangan Selesai Penelitian .....	93
Lampiran 11. Lembar Bimbingan .....	94
Lampiran 12. Dokumentasi Penelitian .....	97

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Hipertensi merupakan penyakit yang sering kita jumpai di masyarakat dan penyakit yang sangat berisiko karena bisa menyebabkan komplikasi bagi penderitanya. Tekanan darah yang tidak terkontrol dapat menimbulkan komplikasi, jika organ yang terkena jantung dapat menimbulkan penyakit gagal jantung kongestif, infark miokard, dan jantung koroner. Jika organ yang terkena otak maka penyakit yang bisa ditimbulkan seperti stroke, dan jika organ yang terkena adalah ginjal maka dapat terjadi gagal ginjal. Penyebab rusaknya organ tersebut diakibatkan oleh naiknya tekanan darah pada organ tersebut atau disebabkan karena adanya autoantibodi reseptor angiotensin II (Aprillia, 2020).

*World Health Organization* (WHO) 2025, mengatakan bahwa diperkirakan setidaknya 1 dari 60 orang di dunia akan berumur 60 tahun atau lebih pada tahun 2030. Saat ini, populasi penduduk berumur 60 tahun keatas di dunia akan berlipat ganda menjadi 2,1 milyar pada tahun 2050.. Perserikatan Bangsa - Bangsa (PBB) melaporkan bahwa Indonesia adalah negara dengan jumlah penduduk lansia terbanyak ke-8. Berdasarkan data dari Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2022 yang dikutip dari website Kementerian Kesehatan Indonesia, sekitar 34,1% dari populasi orang dewasa di atas 18 tahun mengidap hipertensi, menjadikannya masalah kesehatan yang signifikan. Di Indonesia, diperkirakan terdapat 63.309.620

kasus hipertensi, dengan 427.218 kematian yang disebabkan oleh penyakit ini (Kemenkes RI, 2022).

Menurut data dari Dinas Kesehatan Provinsi Bengkulu, (2024), jumlah estimasi penderita hipertensi di Provinsi Bengkulu pada tahun 2022 mencapai sebanyak 261.621 orang, pada tahun 2023 sebanyak 438,116 orang dan pada tahun 2024 sebanyak 415,006 orang. Pada tahun 2024 Kota Bengkulu merupakan peringkat ketiga tertinggi kejadian hipertensi di Provinsi Bengkulu dengan jumlah 50,898 orang, peringkat tertinggi pertama kejadian hipertensi terdapat di Kabupaten Bengkulu Utara dengan jumlah 73,542 orang dan peringkat tertinggi kedua kejadian hipertensi yaitu Kabupaten Rejang Lebong dengan jumlah 65,540 orang, sedangkan peringkat terendah kejadian hipertensi terjadi di Kabupaten Bengkulu Tengah dengan jumlah 24,130 orang.

Kota Bengkulu terdapat 20 wilayah kerja puskesmas dan berdasarkan pengambilan data di (Dinas Kesehatan Kota Bengkulu,2024), bahwa peringkat tertinggi kejadian hipertensi terjadi di wilayah kerja Puskesmas Sukamerindu dengan jumlah 744 orang dan peringkat terendah kejadian hipertensi Puskesmas Sidomulyo dengan jumlah 320 orang. sedangkan Puskesmas Pasar Ikan masuk 10 besar tertinggi berada di urutan ke 9 dengan jumlah 492 orang. Berdasarkan survei awal didapatkan prevalensi penderita hipertensi pada lansia di Puskesmas Pasar Ikan dalam tiga bulan terakhir dari bulan September, Oktober dan November sebanyak

115 orang yang menderita hipertensi dan berobat rutin ke Puskesmas Pasar Ikan.

Tingginya prevalensi hipertensi tersebut menyebabkan kondisi ini sering disebut sebagai penyakit tidak menular paling mematikan atau “*The Silent Killer*”, karena sering kali tidak menunjukkan gejala. Penyakit degeneratif ini memiliki angka kematian yang tinggi, yang berdampak buruk pada kualitas hidup dan produktivitas seseorang (Riyada, Amanah Fauziah, et al., 2024). Beberapa faktor yang menyebabkan hipertensi antara lain Umur, jenis kelamin, riwayat keluarga, dan faktor genetik, serta kebiasaan merokok, stress, obesitas, kurangnya aktivitas fisik, dan pola makan serta asupan natrium (Budianto et al., 2020).

Hal ini senada dengan penelitian (Abdullah et al., 2021), yang menyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara jenis kelamin dengan kejadian hipertensi pada lansia, dengan prevalensi paling tinggi pada perempuan sebesar 56% sedangkan pada laki-laki sebesar 42%. Ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Wahyuni (2019), menyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara jenis kelamin dengan kejadian hipertensi pada lansia, dengan prevalensi paling banyak pada wanita. Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh (Tambunan, & Baringbing, 2022), menyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara jenis kelamin dengan kejadian hipertensi pada lansia.

Namun, penelitian Yunus et al., (2021) menyatakan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara jenis kelamin dengan kejadian hipertensi pada lansia. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Hasanah et al., (2023), menyatakan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara jenis kelamin dengan kejadian hipertensi pada lansia.

Riwayat keluarga juga merupakan faktor yang tidak bisa diabaikan. Mereka yang mempunyai hubungan sedarah secara langsung dengan penderita hipertensi memiliki risiko yang jauh lebih tinggi untuk mengalami resiko hipertensi terutama jika tidak diimbangi dengan gaya hidup sehat. Semakin erat hubungan kekerabatan, semakin besar kemungkinan seseorang mengalami hipertensi. Individu yang memiliki orang tua yang menderita hipertensi mempunyai risiko 3,5 kali menderita sedangkan mereka yang memiliki saudara kandung penderita hipertensi (Firdaniansyah et al., 2025)

Lansia adalah individu yang berumur 60 tahun ke atas. Di Indonesia, UU No. 13 Tahun 1998 menyatakan bahwa lansia adalah seseorang yang telah mencapai umur 60 tahun ke atas. Lansia diklasifikasikan menjadi: lansia awal (60–74 tahun), lansia madya (75–90 tahun), lansia tua (>90 tahun), dan lansia risiko tinggi (dengan kondisi penyakit kronis atau disabilitas). Lanjut Umur (lansia) merupakan tahap akhir dalam rentang kehidupan manusia yang ditandai oleh penurunan kemampuan fisik, psikologis, sosial, dan spiritual. Seiring bertambahnya umur, lansia mengalami berbagai perubahan yang kompleks dan saling

berkaitan, yang berpengaruh terhadap kualitas hidup dan status kesehatannya. Oleh karena itu, perawat perlu memahami karakteristik lansia agar dapat memberikan asuhan keperawatan yang sesuai, bermakna, dan berfokus pada peningkatan kemandirian serta kualitas hidup lansia (Wulansari et al., 2025)

Pasien hipertensi yang tidak menjaga pola makan risiko mengembangkan penyakit hipertensi menjadi lebih tinggi (Fitrianiingsih et al., 2022). Oleh karena itu, salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk mencegah hipertensi antara lain dengan melakukan pengaturan pola makan seperti diet rendah garam (Safitri, 2023).

Pola makan dapat mempengaruhi status gizi seseorang. Hal ini dapat mempengaruhi keadaan hipertensi pada lansia, pola makan seperti sering makan makanan asin (makanan tinggi natrium), sering makan makanan berlemak terutama lemak jenuh dan kolesterol serta jarang makan sayuran serta buah-buahan beresiko meningkatkan tekanan darah pada lansia (Gerungan, N., 2023). Sejalan dengan penelitian yang dilakukan (Akbar et al., 2025) yang menyatakan adanya hubungan pola makan dengan kejadian hipertensi pada lansia. Pola makan menjadi salah satu masalah serius yang dapat mengganggu kesehatan dan aktivitas sehari-hari. Pola makan yang tidak sehat dapat memicu terjadinya penyakit hipertensi (Hasiando et al., 2018).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Pratiwi, (2018) yang menyebutkan bahwa terdapat hubungan signifikan antara kebiasaan makan

lansia dan kejadian hipertensi, yang disebabkan oleh pola makan yang tidak sehat pada kelompok Umur tersebut.

Berdasarkan survey awal pada tanggal 16 Oktober 2025 yang dilakukan peneliti dengan bertanya kepada lansia berjumlah 3 orang lansia penderita hipertensi yang berobat di Puskesmas Pasar Ikan Kota Bengkulu, lansia kurang mengerti tentang pola makan yang sehat. Banyak lansia tidak menghindari makanan yang berisiko menyebabkan hipertensi seperti makanan tinggi natrium, tinggi lemak, kurangnya konsumsi sayuran dan buah-buahan.

Sama halnya dengan penelitian yang dilakukan Mustofa, H, et al., (2022) menyebutkan apabila seseorang memiliki pola makan yang buruk maka orang tersebut berisiko mengalami hipertensi 14,250 kali lebih tinggi dibandingkan dengan mereka yang memiliki pola makan yang baik. Meskipun telah banyak penelitian terkait hipertensi yang dilakukan sebelumnya, penelitian ini penting untuk dilakukan di Puskesmas Pasar Ikan mengingat bahwa sampai saat ini hipertensi masih menempati posisi pertama penyakit hipertensi terbanyak di wilayah Kota Bengkulu pada tahun 2024.

Berdasarkan hasil survei tersebut, penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Hubungan Pola Makan, Jenis Kelamin dan Riwayat Keluarga Dengan Kejadian Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Pasar Ikan”.

## **B. Identifikasi Masalah**

Hipertensi merupakan penyakit tidak menular yang banyak dialami lansia dan dapat menyebabkan komplikasi serius seperti penyakit jantung dan stroke. Peningkatan tekanan darah pada lansia dipengaruhi oleh berbagai faktor, antara lain pola makan yang tidak sehat, jenis kelamin, dan riwayat keluarga hipertensi. Di wilayah kerja Puskesmas Pasar Ikan Kota Bengkulu, masih ditemukan lansia dengan hipertensi sehingga perlu diteliti hubungan antara pola makan, jenis kelamin, dan riwayat keluarga dengan kejadian hipertensi pada lansia di wilayah tersebut.

## **C. Pembatasan Masalah**

Penelitian ini dibatasi pada lansia yang berada di wilayah kerja Puskesmas Pasar Ikan Kota Bengkulu dengan fokus pada hubungan antara pola makan, jenis kelamin, dan riwayat keluarga pada lansia dengan kejadian hipertensi.

## **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah terdapat hubungan antara pola makan, jenis kelamin, dan riwayat keluarga secara simultan dengan kejadian hipertensi pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Pasar Ikan Kota Bengkulu?”.

## **E. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan umum**

Hubungan antara pola makan, jenis kelamin, dan riwayat keluarga dengan kejadian hipertensi pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Pasar Ikan Kota Bengkulu.

### **2. Tujuan khusus**

- a. Diketahui gambaran karakteristik responden meliputi Umur, jenis kelamin, tingkat pendidikan, pekerjaan, riwayat keluarga, tekanan darah pasien hipertensi dan pola makan pada lansia.
- b. Diketahui hubungan pola makan dengan kejadian hipertensi pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Pasar Ikan Kota Bengkulu.
- c. Diketahui hubungan jenis kelamin dengan kejadian hipertensi pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Pasar Ikan Kota Bengkulu.
- d. Diketahui hubungan riwayat keluarga dengan kejadian hipertensi pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Pasar Ikan Kota Bengkulu.

## **F. Manfaat Penelitian**

### **1. Manfaat teoritis**

Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dan memperkaya pengembangan ilmu pengetahuan di bidang kesehatan masyarakat, khususnya terkait faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian hipertensi pada lansia. Selain itu, hasil penelitian ini dapat menjadi referensi atau bahan rujukan bagi penelitian selanjutnya yang berkaitan dengan penyakit tidak menular, terutama hipertensi.

## 2. Manfaat praktis

### a. Bagi Puskesmas

Sebagai bahan masukan bagi Puskesmas Pasar Ikan Kota Bengkulu dalam menyusun program pencegahan dan pengendalian hipertensi pada lansia.

### b. Bagi Masyarakat/Lansia

Memberikan informasi dan meningkatkan kesadaran lansia mengenai pentingnya pola makan sehat serta pemantauan tekanan darah, terutama bagi yang memiliki riwayat keluarga hipertensi.

### c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Sebagai bahan referensi dan perbandingan dalam melakukan penelitian lanjutan terkait faktor risiko hipertensi pada lansia.

## G. Keaslian Penelitian

Tabel 1.1  
Keaslian Penelitian

No	Peneliti Tahun	Judul Penelitian	Metode dan Hasil Penelitian	Perbedaan
1	(Hutapea et al., 2022)	Hubungan Pola Makan dengan kejadian hipertensi pada lansia Di Puskesmas Sukawali Kecamatan Pakuhaji Tahun 2024	Penelitian ini menggunakan Jenis penelitian kuantitatif dengan metode cross sectional. Hasil Rank Spearman Correlation hubungan pola makan dengan kejadian hipertensi nilai signifikansi/p value sebesar 0,000 dengan nilai 0,58 kategori baik sebanyak (14.7%), kategori Buruk (85.3%).	Penelitian sebelumnya di Lakukan di Puskesmas Sukawali Kecamatan Pakuhaji, Sedangkan penelitian ini dilakukan di Puskesmas Pasar Ikan Kota Bengkulu. Penelitian sebelumnya menggunakan teknik pengumpulan data dengan Probability sampling, sedangkan Penelitian ini menggunakan teknik pengumpulan data dengan Purposive Sampling.

2	(Imansari, 2023)	Pola makan dengan kejadian hipertensi pada lansia awal di Kecamatan Dampal Selatan	Penelitian menggunakan metode studi cross sectional dengan pendekatan observasi dan studi kuantitatif. Analisis data menggunakan uji chi square. Populasi Penelitian lansia awal berjumlah 107 orang dan sampel berjumlah 93 orang. FFQ. Hasil uji chi square pola makan natrium (p value 0,018 <0,05), pola makan lemak jenuh (pvalue 0,338 >0,05) dan pola makan serat (pvalue 0,576 >0,05)	Penelitian sebelumnya menggunakan metode pengumpulan data pola makan menggunakan SQ FFQ, sedangkan penelitian ini dilakukan dengan menggunakan metode cross sectional dengan pendekatan observasi deskriptif dan kuisioner
3	(Nuraeni, 2019)	Hubungan Umur dan jenis kelamin beresiko dengan kejadian hipertensi di Klinik X Kota Tangerang	Rancangan penelitian ini adalah cross sectional dengan pendekatan kuantitatif. Pengumpulan data dilakukan dengan data primer melalui wawancara dengan menggunakan kuisioner dan pengukuran tekanan darah, Hasil dari analisis bivariante, terdapat 4 variabel yang berhubungan signifikan dengan hipertensi, yaitu variabel umur (p value=0.001), riwayat keturunan (p value= 0.031) pendidikan (p value= 0.036), pekerjaan (pvalue= 0.001) dan pendapatan (p value = 0.016)	Perbedaan penelitian ini pada jumlah responden yaitu sampel kasus 13 orang dan sampel kontrol 66 orang. Sedangkan peneliti respondennya adalah 54 orang. Penelitian sebelumnya menggunakan metode pengumpulan data pola makan menggunakan SQ -FFQ,
4	(Vidiningsih et al., 2022)	Analisis Faktor Risiko Kejadian hipertensi Pada Masyarakat di RW 008 Kampung Areman, Kota Depok	Responden dalam penelitian ini berjumlah 79 orang, sampel kasus 13 orang dan sampel kontrol 66 orang Uji statistik yang digunakan adalah Uji Chi Square Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara riwayat keluarga (P Value=0,002,OR=7,650) dan tingkat pendidikan (P Value=0,035,OR=0,22)	Perbedaan penelitian ini pada jumlah responden yaitu sampel kasus 13 orang dan sampel kontrol 66 orang. Sedangkan peneliti respondennya adalah 54 orang.
5	(Akmal et al., 2023)	Hubungan Riwayat Keluarga Dan Merokok Dengan Kejadian Hipertensi wilayah kerja Puskesmas Cibiru	Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif dengan desain cross sectiona Hasil penelitian ini membuktikan bahwa riwayat hipertensi berhubungan dengan kejadian hipertensi. Orang yang memiliki riwayat hipertensi berpeluang 2,9 kali mengalami hipertensi dibandingkan dengan orang yang tidak memiliki riwayat hipertensi.	Penelitian sebelumnya Populasinya adalah masyarakat Umur produktif yaitu antara 15-60 tahun yang berada di wilayah kerja Puskesmas Cibiru, sedangkan peneliti respondennya berumur >60 tahun.