

**HUBUNGAN KONSUMSI MAKANAN OLAHAN DAN KOPI
DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI PADA PRA LANSIA
DI DESA TAMAN KECAMATAN ABIANSEMAL
KABUPATEN BADUNG**



Oleh :

ANAK AGUNG PUTRI AGUNG MAHADEWI

NIM. P07131219076

**KEMENTERIAN KESEHATAN R I
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR
PROGRAM STUDI GIZI DAN DIETETIKA
PROGRAM SARJANA TERAPAN
DENPASAR
2020**

**HUBUNGAN KONSUMSI MAKANAN OLAHAN DAN KOPI
DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI PADA PRA LANSIA
DI DESA TAMAN KECAMATAN ABIANSEMAL
KABUPATEN BADUNG**

**Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Menyelesaikan Pendidikan Program Studi Gizi dan Dietetika
Program Sarjana Terapan Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar**

Oleh :

ANAK AGUNG PUTRI AGUNG MAHADEWI

NIM. P07131219076

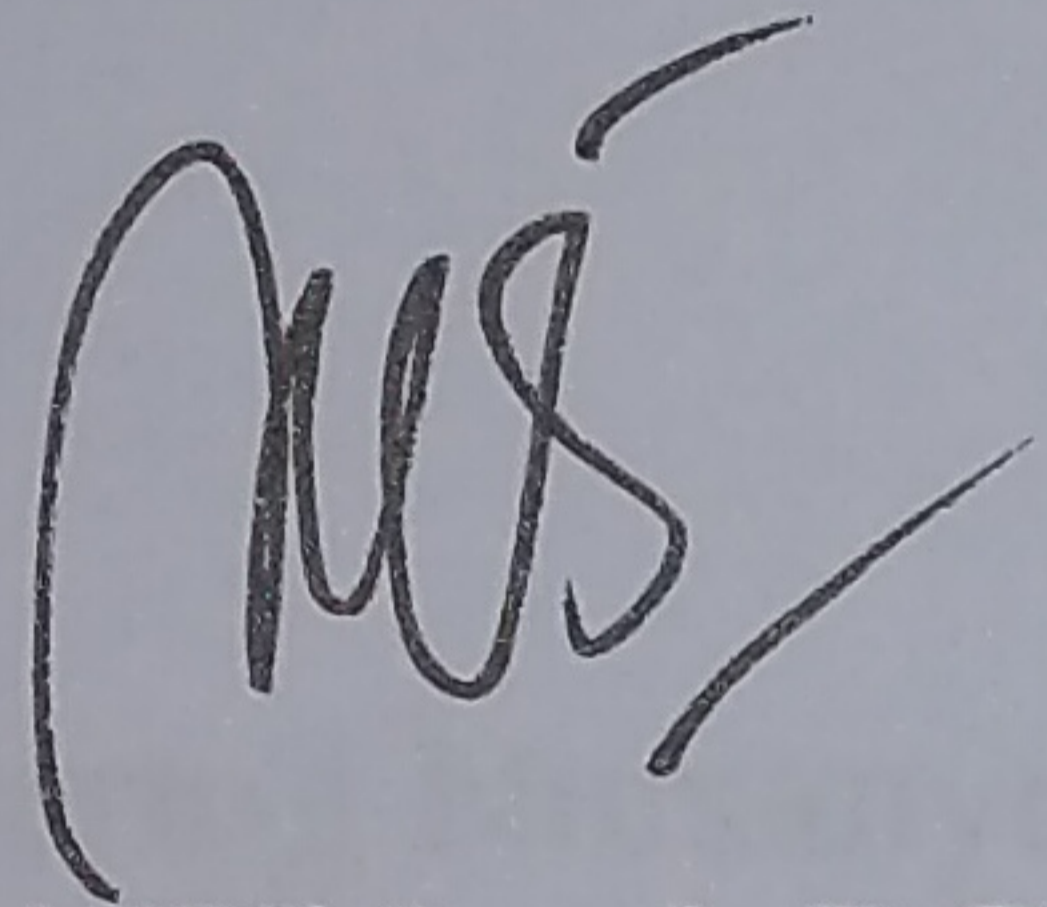
**KEMENTERIAN KESEHATAN RI
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR
PROGRAM STUDI GIZI DAN DIETETIKA
PROGRAM SARJANA TERAPAN
DENPASAR
2020**

LEMBAR PERSETUJUAN

HUBUNGAN KONSUMSI MAKANAN OLAHAN DAN KOPI DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI PADA PRA LANSIA DI DESA TAMAN KECAMATAN ABIANSEMAL KABUPATEN BADUNG

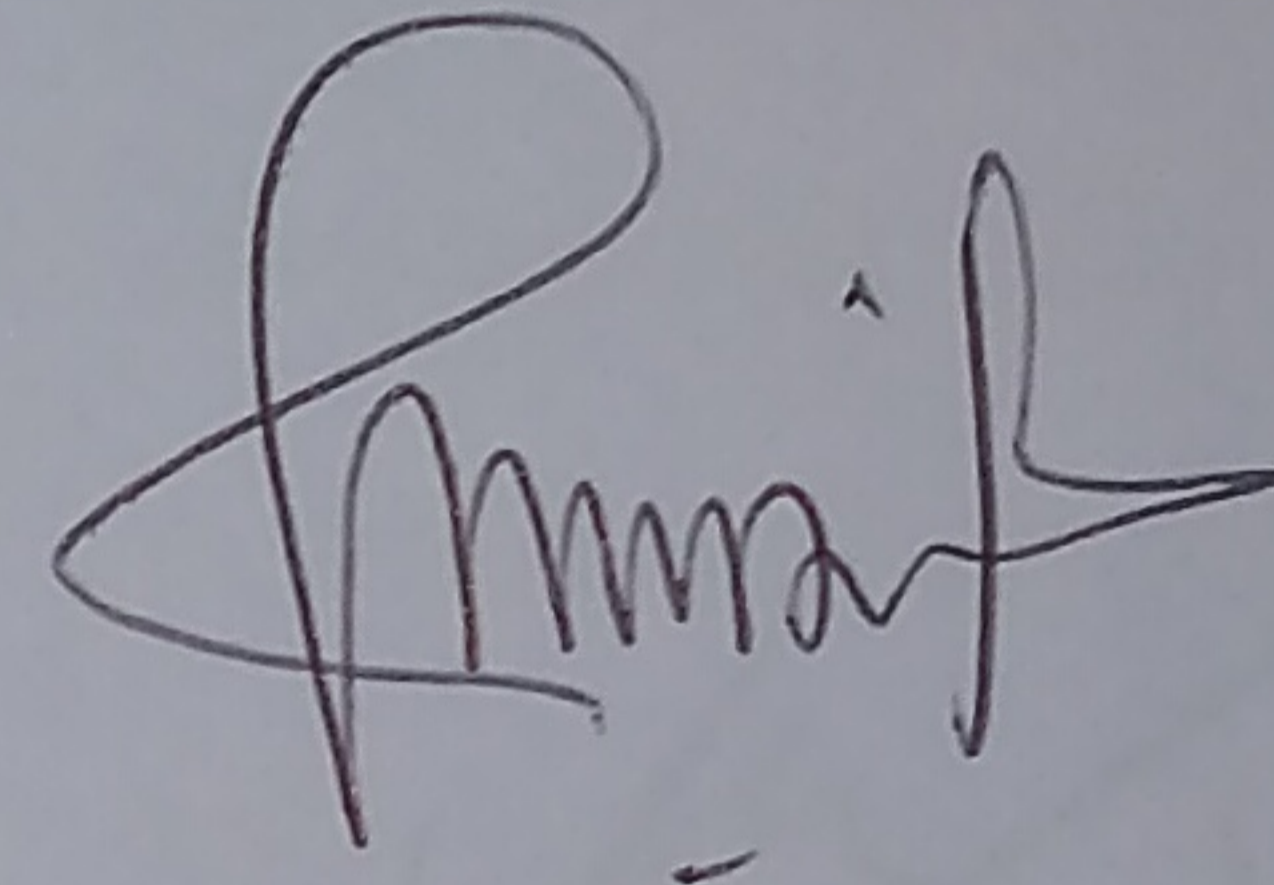
TELAH MENDAPATKAN PERSETUJUAN

Pembimbing Utama,



I G A. Ari Widarti, DCN., M.Kes
NIP. 196309211986032002

Pembimbing Pendamping,

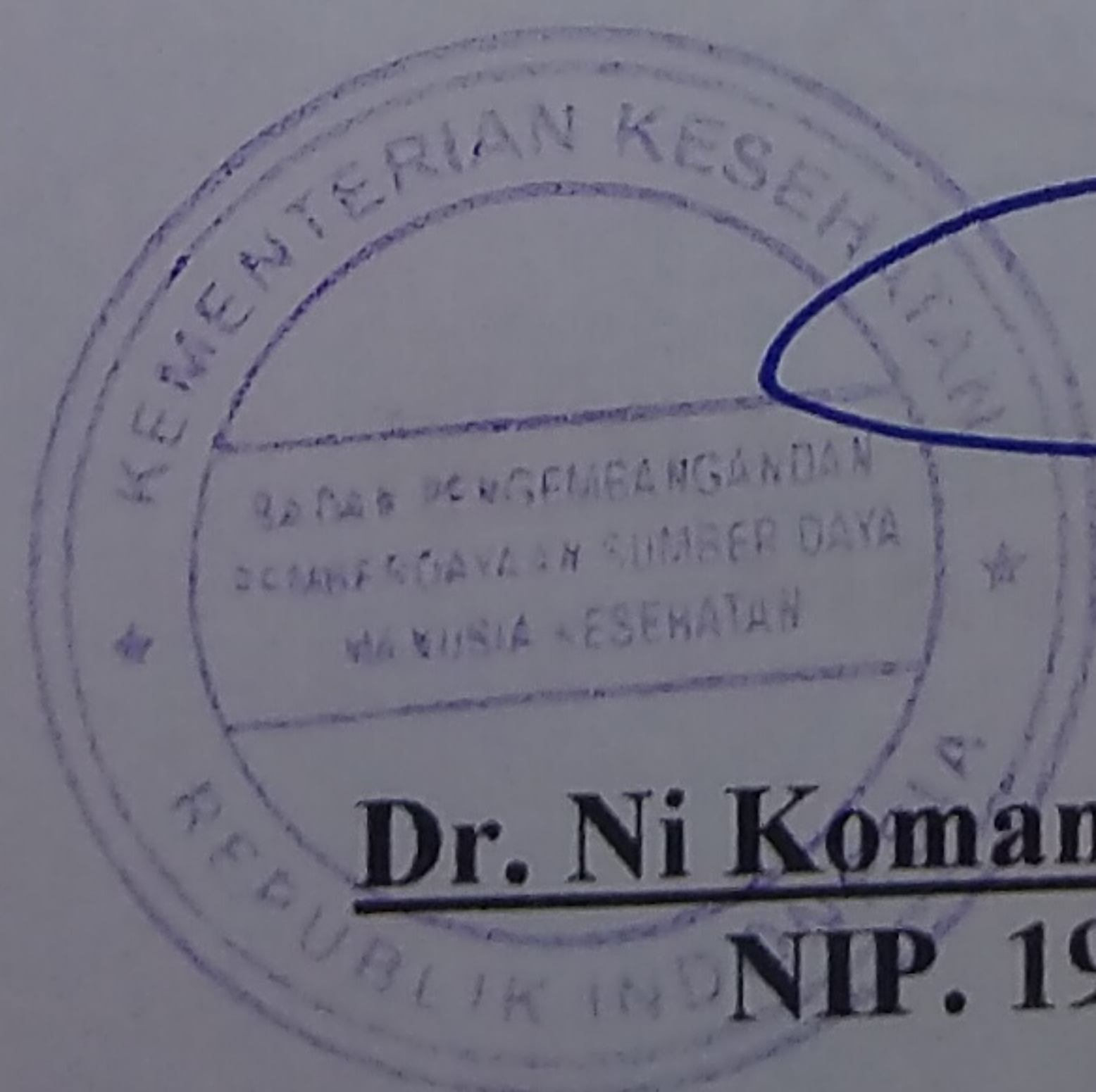


Dr. Ni Nengah Ariati, SST., M.Erg
NIP. 197311182001122001

Mengetahui

Ketua Jurusan Gizi

Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar



Dr. Ni Komang Wiardani, SST., M.Kes.
NIP. 196703161990032002

PENELITIAN DENGAN JUDUL :

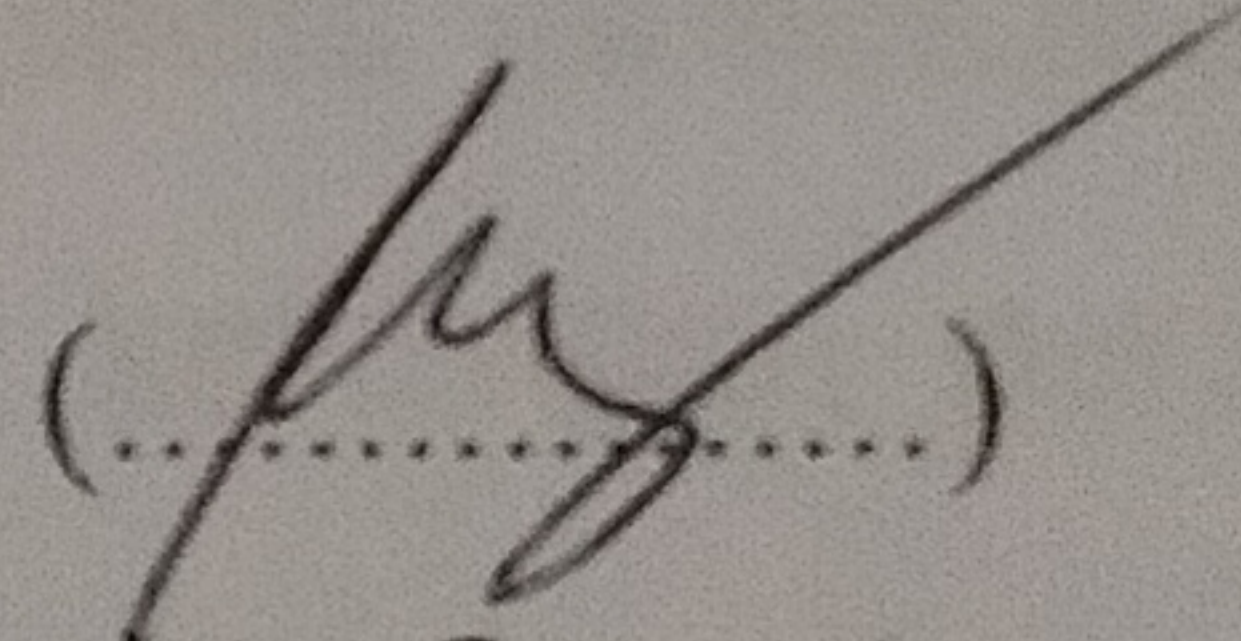
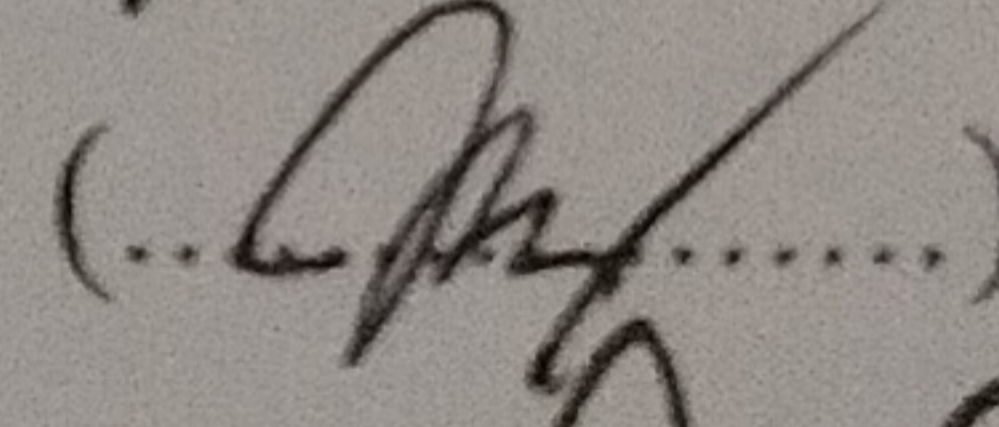
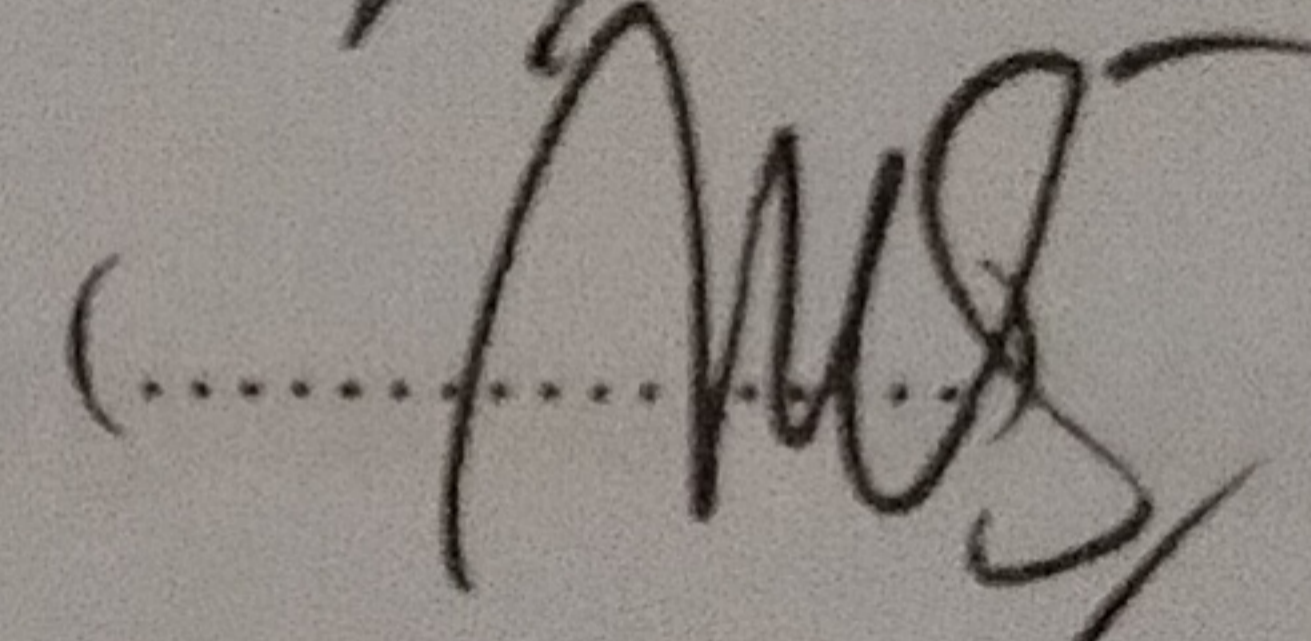
**HUBUNGAN KONSUMSI MAKANAN OLAHAN DAN KOPI
DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI PADA PRA LANSIA
DI DESA TAMAN KECAMATAN ABIANSEMAL
KABUPATEN BADUNG**

TELAH DIUJI DI HADAPAN TIM PENGUJI

PADAHARI : RABU

TANGGAL : 17 JUNI 2020

TIM PENGUJI :

1. Ir. Hertog Nursanyoto, M.Kes (Ketua) (.....)
2. I Wayan Ambartana, SKM, M.Fis (Anggota I) (.....)
3. I G.A. Ari Widarti, DCN, M.Kes (Anggota II) (.....)

Mengetahui

Ketua Jurusan Gizi

Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar

Dr. Ni Komang Wiardani, SST., M.Kes.

NIP. 196703161990032002

SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Anak Agung Putri Agung Mahadewi
NIM : P07131219076
Program Studi : DIV
Jurusan : Gizi
Tahun Akademik : 2019/2020
Alamat : Br. Tegallalang Desa Tegallalang Kecamatan Tegallalang
Kabupaten Badung

Dengan ini menyatakan bahwa:

1. Skripsi dengan judul Hubungan Konsumsi Makanan Olahan Dan Kopi dengan Kejadian Hipertensi pada Pra Lansia di Desa Taman Kecamatan Abiansemal Kabupaten Badung adalah benar **karya sendiri** atau **bukan plagiat** hasil karya orang lain
2. Apabila dikemudian hari terbukti bahwa skripsi ini **bukan** karya saya sendiri atau plagiat hasil karya orang lain, maka saya sendiri bersedia menerima sanksi sesuai Peraturan Mendiknas RI No 17 Tahun 2010 dan ketentuan perundang-undangan yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini saya buat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Denpasar, 20 Juni 2020

Yang membuat surat pernyataan

Anak Agung Putri Agung Mahadewi

NIM. P07131219076

**HUBUNGAN KONSUMSI MAKANAN OLAHAN DAN KOPI
DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI PADA PRA LANSIA
DI DESA TAMAN KECAMATAN ABIANSEMAL
KABUPATEN BADUNG**

ABSTRAK

Pra Lansia merupakan masa mempersiapkan diri mencapai usia lanjut yang cenderung mengalami masalah kesehatan yang disebabkan oleh penurunan fungsi tubuh. Salah satu gangguan kesehatan yang dialami adalah hipertensi. Faktor-faktor yang mempengaruhi tekanan darah yaitu mengonsumsi makanan tinggi natrium, rendah kalium dan konsumsi kopi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan konsumsi makanan olahan dan kopi dengan kejadian hipertensi pada pra lansia di Desa Taman, Abianemal, Badung. Jenis penelitian yang digunakan adalah *observasional* dengan rancangan *cross sectional*. Sampel adalah pra lansia dengan umur 45-59 tahun sebanyak 63 orang yang diambil secara *purposive sampling*. Data yang dikumpulkan meliputi data konsumsi makanan olahan, konsumsi kopi dan tekanan darah. Data diolah dan dianalisis secara univariat dan bivariat. Rata-rata tekanan darah yaitu 125/79mmHg. Rata-rata konsumsi makanan olahan dari natrium yaitu 1296.8mg per hari dan kalium 3870.4 mg per hari sedangkan rata-rata konsumsi kopi sampel yaitu 2kali/hari. Analisis statistik menunjukkan ada hubungan konsumsi makanan olahan dengan kejadian hipertensi ($p < 0.05$) dan tidak ada hubungan konsumsi kopi dengan kejadian hipertensi ($p > 0.05$).

Kata kunci : hipertensi, makanan olahan, konsumsi kopi.

*THE CORRELATION OF PROCESSED FOOD AND COFFEE CONSUMPTION
WITH THE INCIDENCE OF HYPERTENSION IN THE PRE ELDERLY
IN TAMAN VILLAGE, ABIANSEMAL DISTRICT,
BADUNG REGENCY*

ABSTRACT

Pre Elderly is a period of preparing to reach elderly which tends to experience health problems like hypertension. Factors hypertension are eating foods high sodium, low potassium and coffee consumption. This study aims to determine the correlation of processed food and coffee consumption with the incidence of hypertension in the pre elderly in Taman Village, Abianemal, Badung. Type of research is observational with cross sectional design. Samples were 63 pre elderly with 45-59 years old taken by purposive sampling. Data collected includes data on processed food, coffee consumption, blood pressure. Data is processed and analyzed univariately and bivariately. The average blood pressure is 125 / 79mmHg. The average consumption of processed foods from sodium is 1296.8mg/day, 3870.4mg/day of potassium consumption and coffee consumption 2times/day. Statistical analysis showed that there was a correlation between consumption of processed food with the incidence of hypertension ($p < 0.05$) and there is no correlation between coffee consumption and the incidence of hypertension ($p > 0.05$)

Keywords: hypertension, processed food, coffee consumption.

RINGKASAN PENELITIAN

HUBUNGAN KONSUMSI MAKANAN OLAHAN DAN KOPI DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI PADA PRA LANSIA DI DESA TAMAN KECAMATAN ABIANSEMAL KABUPATEN BADUNG

Oleh :

Anak Agung Putri Agung Mahadewi (P07131219076)

Hasil Riskesdas 2018 menyatakan prevalensi hipertensi pada usia >18 tahun di Indonesia adalah sebesar 34.11% dan untuk Provinsi Bali sebesar 29.97%. Hipertensi paling banyak diderita pada usia lanjut. Menurut Kurniawaty (2016) kafein memiliki efek meningkatkan tekanan darah karena dapat berkaitan dengan *reseptor adenosin* akan mengaktifkan sistem saraf simpatik yang pada akhirnya mengakibatkan vasokonstriksi pembuluh darah. Menurut Aliffian (2013), ada hubungan antara asupan natrium terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi dan menurut Lestari (2010) subyek yang memiliki asupan kalium kurang mempunyai risiko 2 kali menderita hipertensi dibandingkan dengan subyek yang memiliki asupan kalium cukup pada usia 30-40 tahun.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan konsumsi makanan olahan dan kopi dengan kejadian hipertensi pada pra lansia di Desa Taman, Kecamatan Abianemal, Kabupaten Badung. Jenis penelitian yang digunakan adalah *observasional* dengan desain *cross sectional*. Sampel pada penelitian ini adalah pra lansia dengan kriteria umur 45-59 tahun yang berjumlah 63 orang. Jenis data yang dikumpulkan meliputi data identitas sampel, tekanan darah, konsumsi makanan olahan, konsumsi kopi dan gambaran umum lokasi Desa Taman, Kecamatan Abianemal, Kabupaten Badung.. Teknik pengambilan sampel dilakukan secara *purposive sampling*. Data yang dikumpulkan diolah secara univariat dan bivariat yang di analisis menggunakan uji *Chi-Square*.

Dari 63 sampel yang diteliti, terdapat 20 sampel dengan hipertensi, yang mengonsumsi natrium lebih sebanyak 16 sampel (25.4%) dan yang mengonsumsi natrium cukup sebanyak 4 sampel (6.3%). Pada 43 sampel tidak hipertensi,

terdapat 1 sampel (1.6%) yang mengonsumsi natrium lebih dan 42 sampel (66.7%) yang mengonsumsi natrium cukup. pada 20 sampel dengan hipertensi, yang mengonsumsi kalium kurang sebanyak 19 sampel (30.2%) dan yang mengonsumsi kalium cukup sebanyak 1 sampel (1.6%). Pada 43 sampel tidak hipertensi, terdapat 23 sampel (36.5%) yang mengonsumsi kalium kurang dan 20 sampel (31.7%) yang mengonsumsi kalium cukup. Dari uji *Chi-Square* yang dilakukan diperoleh hasil ada hubungan konsumsi makanan olahan dengan kejadian hipertensi pada pra lansia di Desa Taman, Kecamatan Abiansemal, Kabupaten Badung dengan nilai $p=0.000$ untuk konsumsi natrium dan $p=0.001$ untuk konsumsi kalium. Pada 20 sampel dengan hipertensi sebanyak 3 sampel (4.8%) dengan konsumsi kopi kategori lebih dan 17 sampel (27.0%) dengan konsumsi kopi kategori cukup pada 43 sampel tidak hipertensi sebanyak 4 sampel (6.3%) dengan konsumsi kopi kategori lebih dan 39 sampel (61.9%) dengan konsumsi kopi kategori cukup. Dari uji *Chi-Square* yang dilakukan diperoleh nilai $p=0.669$ yang artinya pada taraf signifikan 5% tidak ada hubungan konsumsi kopi dengan kejadian hipertensi pada pra lansia di Desa Taman, Kecamatan Abiansemal, Kabupaten Badung.

Berdasarkan hal tersebut dapat disimpulkan bahwa ada hubungan konsumsi makanan olahan dengan kejadian hipertensi pada pra lansia di Desa Taman, Kecamatan Abiansemal, Kabupaten Badung dan tidak ada hubungan konsumsi kopi dengan kejadian hipertensi pada pra lansia di Desa Taman, Kecamatan Abiansemal, Kabupaten Badung sehingga disarankan bagi masyarakat Desa Taman, diperlukan adanya peningkatan pemahaman tentang bahaya Hipertensi melalui edukasi yang berkala berupa penyuluhan kepada masyarakat Desa Taman tentang perlunya menerapkan pola hidup yang sehat dengan gizi seimbang seperti mengurangi konsumsi natrium yang berlebih dari makanan olahan serta meningkatkan atau mengimbangi konsumsi natrium dengan konsumsi kalium dari sayur dan buah.

Daftar bacaan : 32 (2001-2018)

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadapan Tuhan Yang Maha Esa karena berkat rahmat-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Hubungan Konsumsi Makanan Olahan dan Kopi dengan Kejadian Hipertensi pada Pra Lansia di Desa Taman, Kecamatan Abiansemal, Kabupaten Badung”.

Penulis menyadari dalam penyusunan skripsi ini tidak akan selesai tanpa bantuan dari berbagai pihak karena itu pada kesempatan ini penulis mengucapkan terimakasih kepada :

1. Direktur Poltekkes Kemenkes Denpasar yang telah memberikan kesempatan, dorongan dan membantu kelancaran penyelesaian penelitian skripsi ini.
2. Ketua Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Denpasar, yang telah memberikan kesempatan, dorongan dan membantu kelancaran penyelesaian skripsi ini.
3. Ibu I G.A. Ari Widarti, DCN, M.Kes sebagai pembimbing utama yang telah memberikan banyak koreksi, saran dan penuntun penulisan dalam penelitian skripsi.
4. Ibu Dr. Ni Nengah Ariati, SST. M.Erg sebagai pembimbing pendamping yang juga memberikan banyak koreksi, saran dan penuntun penulisan dalam penelitian skripsi ini.
5. Bapak Ir. Hertog Nursanyoto, M.Kes sebagai Ketua penguji yang banyak memberikan koreksi,saran,arahan dan masukan yang berguna bagi kesempurnaan skripsi ini.
6. Bapak I Wayan Ambartana, SKM, M.Fis sebagai Penguji I yang banyak memberikan koreksi,saran,arahan dan masukan yang berguna bagi kesempurnaan skripsi ini.
7. Bapak/Ibu dosen dan staf pegawai Jurusan Gizi Poltekkes Denpasar yang turut memberikan arahan dan masukan yang berguna bagi penulis.
8. Teman-teman di Jurusan Gizi dan Keluarga tercinta yang telah memberi banyak dukungan dalam penyelesaian skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna. Walau demikian, penulis berharap bahwa skripsi ini dapat bermanfaat bagi semua pihak yang memerlukan. Akhir kata penulis mengucapkan terimakasih.

Denpasar, Januari 2020
Penulis

DAFTAR ISI

Nomor	Halaman
HALAMAN SAMPUL	i
HALAMAN JUDUL.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT.....	v
ABSTRAK	vi
<i>ABSTRACT</i>	vii
RINGKASAN PENELITIAN	viii
KATA PENGANTAR	x
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	6
C. Tujuan Penelitian	6
D. Manfaat Penelitian.....	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	9
A. Pra Lansia	9
B. Hipertensi.....	12
C. Konsumsi Makanan Olahan.....	23
D. Konsumsi Kopi	26

E. Keterkaitan Antar Variabel yang Diteliti.....	28
BAB III KERANGKA KONSEP	32
A. Kerangka Konsep Penelitian	32
B. Variabel dan Devinisi Operasional Variabel	33
C. Hipotesis	35
BAB IV METODE PENELITIAN	36
A. Jenis dan Rancangan Penelitian.....	36
B. Tempat dan Waktu Penelitian.....	36
C. Populasi dan Sampel Penelitian.....	37
D. Jenis Data dan Cara Pengumpulan Data.....	39
E. Alat dan Instrumen Pengumpulan Data	40
F. Pengolahan dan Analisis Data.....	41
BAB V HASIL DAN PEMBAHASAN.....	44
A. Hasil.....	44
B. Pembahasan	51
BAB VI SIMPULAN DAN SARAN.....	57
A. Simpulan.....	57
B. Saran	58
DAFTAR PUSTAKA	59
LAMPIRAN.....	62

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Klasifikasi Hipertensi.....	13
2. Definisi Operasional Variabel.....	34
3. Sebaran Karakteristik Sampel.....	46
4. Sebaran Status Hipertensi Sampel	46
5. Jenis Makanan Olahan yang Dikonsumsi Sampel	47
6. Sebaran Konsumsi Natrium Sampel	48
7. Sebaran Konsumsi Kalium Sampel.....	48
8. Sebaran Konsumsi Kopi Sampel.....	49
9. Sebaran Kejadian Hipertensi Berdasarkan Konsumsi Natrium Sampel .	50
10. Sebaran Kejadian Hipertensi Berdasarkan Konsumsi KaliumSampel..	50
11. Sebaran Kejadian Hipertensi Berdasarkan Konsumsi Kopi Sampel.....	51

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Surat Pernyataan Bersedia Menjadi Sampel Penelitian	62
2. Data Identitas, Hipertensi, Aktivitas Fisik, dan Riwayat Merokok Sampel Penelitian.....	63
3. Formulir FFQ	64
4. Sebaran Sampel Di Desa Taman.....	65