

Nama : Endi Sudirman
NIM : 1033241104
Judul Skripsi : Hubungan Pola Makan dan Tingkat Stres dengan Kejadian Hipertensi pada Lansia di wilayah Kerja UPT. Puskesmas Picung Kabupaten Pandeglang Tahun 2025

ABSTRAK

Latar belakang : Hipertensi merupakan kondisi di mana seseorang mengalami peningkatan tekanan darah melebihi batas normal yang dapat mengakibatkan rasa sakit bahkan kematian. Salah satu faktor yang banyak dibahas dan sering menjadi penyebab serta fokus tatalaksana hipertensi adalah pola makan. Tujuan Penelitian : Mengetahui hubungan pola makan dan tingkat stres dengan kejadian hipertensi pada lansia di wilayah kerja UPT. Puskesmas Picung Kabupaten Pandeglang tahun 2025. Metode Penelitian : Desain penelitian yang digunakan dalam studi ini adalah analisis kuantitatif dengan rancangan cross sectional. Untuk menentukan berapa banyak sampel yang akan digunakan dalam penelitian ini, digunakan rumus Lemeshow 196 individu dengan cara pengambilan sampel menggunakan metode Purposive sampling. Hasil penelitian yang dilakukan terhadap 196 responden menunjukkan sebagian besar responden mengalami hipertensi derajat 1 sebanyak 97 (49,5%) responden, memiliki pola makan buruk sebanyak 193 (98,5%) responden dan mengalami stres tingkat sedang sebanyak 97 (49,5%) responden. Hasil analisis chi Square menunjukkan nilai P value sebesar 0,01 untuk hubungan antara pola makan dan tingkat stres terhadap kejadian hipertensi. Kesimpulan : Berdasarkan analisis diperoleh hasil bahwa ada hubungan pola makan dan tingkat stres dengan kejadian hipertensi pada lansia di Wilayah kerja UPT. Puskesmas Picung Kabupaten Pandeglang tahun 2025. Dengan adanya hasil penelitian ini dapat dikembangkan inovasi, metode serta variabel lain yang diteliti berkaitan dengan perawatan hipertensi dan edukasi kesehatan.

Kata Kunci : Lansia, Pola Makan, Tingkat Stres, Hipertensi
Referensi : 75 (2020-2024)

Name : Endi Sudirman
NIM : 1033241104
Thesis Title : *The Relationship between Diet and Stress Levels with the Incident of Hypertension in the Elderly in the UPT Work Area. Picung Health Center, Pandeglang Regency in 2025*

ABSTRACT

Background: Hypertension is a condition where a person experiences an increase in blood pressure beyond normal limits which can result in pain and even death. One factor that is widely discussed and is often the cause and focus of hypertension management is diet. Research Objective: To determine the relationship between diet and stress levels with the incidence of hypertension in the elderly in the UPT work area. Picung Health Center, Pandeglang Regency in 2025. Research Method: The research design used in this study is quantitative analysis with a cross sectional design. To determine how many samples will be used in this research, the Lemeshow formula of 196 individuals was used by taking samples using the purposive sampling method. The results of research conducted on 196 respondents showed that the majority of respondents experienced grade 1 hypertension, 97 (49.5%) respondents, 193 (98.5%) respondents had poor eating patterns and 97 (49.5%) respondents experienced moderate levels of stress. The results of the chi square analysis show a P value of 0.01 for the relationship between diet and stress levels on the incidence of hypertension. Conclusion: Based on the analysis, the results show that there is a relationship between diet and stress levels with the incidence of hypertension in the elderly in the UPT work area. Picung Health Center, Pandeglang Regency in 2025. With the results of this research, innovations, methods and other variables that can be studied related to hypertension treatment and health education can be developed.

Keywords: *Elderly, Diet, Stress Level, Hypertension*
Reference : 75 (2020-2024)