

**HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN DERAJAT HIPERTENSI PADA
LANSIA DI PADUKUHAN PAPRINGAN KALURAHAN CATUR
TUNGAL DEPOK SLEMAN YOGYAKARTA**

NASKAH PUBLIKASI

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar Sarjana
Kesehatan Masyarakat



Oleh

Didimus Pangga Dede

KM.21.006.76

**PEMINATAN PROMOSI KESEHATAN DAN ILMU PERILAKU
PROGRAM STUDI KESEHATAN MASYARAKAT PROGRAM SARJANA
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN WIRA HUSADA YOGYAKARTA**

2025



NASKAH PUBLIKASI

HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN DERAJAT HIPERTENSI PADA LANSIA DI PADUKUHAN PAPRINGAN KALURAHAN CATURTUNGAL DEPOK SLEMAN

YOGYAKARTA

Diajukan Oleh:

Didimus Pangga Dede

KM.21.006.76

Telah di pertahakan didepan Dewan Penguji

Pada tanggal 19 Agustus 2025

Susunan Dewan Penguji

Ketua Dewan Penguji

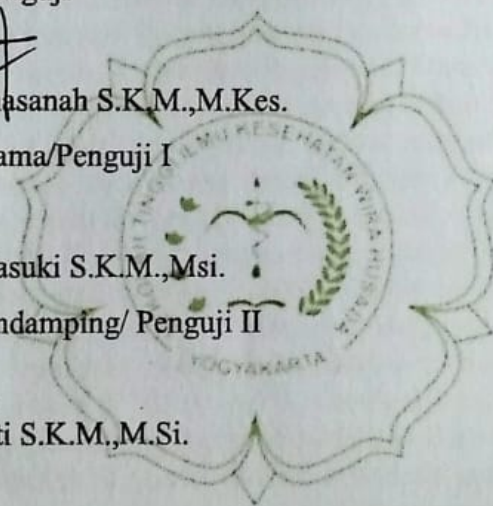
Siti Uswatun Chasanah S.K.M.,M.Kes.

Pembimbing Utama/Penguji I

Prastiwi Putri Basuki S.K.M.,Msi.

Pembimbing Pendamping/ Penguji II

Novita Sekarwati S.K.M.,M.Si.



Naskah ini diterima sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar
Sarjana Kesehatan Masyarakat

Yogyakarta.....

Mengetahui

Ketua Program Studi Kesehatan Masyarakat Program Sarjana



Susi Darmayanti S.Si.,M.Sc.



HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN DERAJAT HIPERTENSI PADA LANSIA DI PADUKUHAN PAPRINGAN KALURAHAN CATUR TUNGGA DEPOK SLEMAN YOGYAKARTA

Didimus Dede¹, Prastiwi Putri Basuki², Novita Sekarwati³

didimus596@gmail.com

INTISARI

Latar Belakang: Hipertensi merupakan salah satu masalah kesehatan utama pada lansia yang dapat menyebabkan komplikasi serius apabila tidak dikendalikan. Salah satu faktor yang berperan dalam pengendalian hipertensi adalah pola makan, khususnya tingkat pengetahuan lansia mengenai pola makan sehat. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara pengetahuan pola makan dengan derajat hipertensi pada lansia di Padukuhan Papringan Kalurahan Caturtunggal Depok Sleman Yogyakarta.

Tujuan: Untuk mengetahui hubungan antara pola makan dengan derajat hipertensi pada lansia di Padukuhan Papringan, Kalurahan Caturtunggal, Depok, Sleman, Yogyakarta.

Metode: Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain *cross-sectional*. Teknik pengambilan sampel menggunakan purposive sampling dengan jumlah sampel sebanyak 45 orang lansia penderita hipertensi yang berdomisili di RW 1 Ngentak Sapen, Padukuhan Papringan. Data dikumpulkan melalui survei menggunakan kuesioner dan dianalisis menggunakan uji statistik *Spearman Rank*.

Hasil: Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas lansia memiliki tingkat pengetahuan tentang pola makan dalam kategori cukup (43 orang), sedangkan 1 orang tergolong memiliki pengetahuan baik dan 1 orang lainnya kurang. Untuk derajat hipertensi, 27 orang berada pada kategori hipertensi tinggi, 16 orang hipertensi sedang, dan 2 orang memiliki tekanan darah normal. Hasil analisis statistik menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara pola makan dengan derajat hipertensi, dengan nilai koefisien korelasi sebesar 0,372 dan nilai signifikansi (*p-value*) 0,012 ($< 0,05$). Korelasi bersifat positif dengan kekuatan hubungan kategori sedang, yang mengindikasikan bahwa semakin baik pola makan, maka semakin rendah tingkat keparahan hipertensi pada lansia.

Kesimpulan: Terdapat hubungan yang signifikan antara pola makan dengan derajat hipertensi pada lansia. Diperlukan peningkatan edukasi dan pendampingan kepada lansia agar mampu menerapkan pola makan sehat secara konsisten dalam kehidupan sehari-hari.

Kata Kunci: Pola makan, hipertensi, lansia, pengetahuan, Padukuhan Papringan

¹Mahasiswa Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat Stikes Wira Husada Yogyakarta

²Dosen Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat Stikes Wira Husada Yogyakarta

³Dosen Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat Stikes Wira Husada Yogyakarta

**THE RELATIONSHIP BETWEEN DIETARY PATTERNS AND THE
DEGREE OF HYPERTENSION IN THE ELDERLY IN PADUKUHAN
PAPRINGAN, CATUR TUNGGA VILLAGE, DEPOK, SLEMAN
YOGYAKARTA**

Didimus Dede¹, Prastiwi Putri Basuki², Novita Sekarwati³

didimus596@gmail.com

ABSTRACT

Background: Hypertension is one of the major health problems among the elderly and may lead to serious complications if left uncontrolled. One of the key factors in managing hypertension is dietary patterns, particularly the level of knowledge the elderly have regarding healthy eating habits. This study aims to analyze the relationship between dietary knowledge and the severity of hypertension among elderly individuals in Padukuhan Papringan, Caturtunggal Village, Depok, Sleman, Yogyakarta.

Objective: To determine the relationship between dietary patterns and the severity of hypertension among the elderly in Padukuhan Papringan, Caturtunggal Village, Depok, Sleman, Yogyakarta.

Methods: This study employed a quantitative approach using a cross-sectional design. The sampling technique used was purposive sampling, with a total of 45 elderly individuals suffering from hypertension who reside in RW 1 Ngentak Sapien, Padukuhan Papringan. Data were collected through a survey using a structured questionnaire and analyzed using the Spearman Rank correlation test.

Results: The results showed that most elderly respondents had a moderate level of knowledge regarding dietary patterns (43 individuals), with only 1 respondent having good knowledge and 1 having poor knowledge. Regarding the severity of hypertension, 27 respondents were categorized as having severe hypertension, 16 had moderate hypertension, and 2 had normal blood pressure. Statistical analysis revealed a significant relationship between dietary patterns and hypertension severity, with a correlation coefficient of 0.372 and a significance value (p-value) of 0.012 (< 0.05). The correlation was positive with a moderate strength, indicating that better dietary patterns are associated with lower levels of hypertension severity among the elderly.

Conclusion: There is a significant relationship between dietary patterns and the severity of hypertension among the elderly. There is a need for increased education and continuous assistance for the elderly to help them adopt and maintain healthy dietary habits in their daily lives.

Keywords: Dietary patterns, hypertension, elderly, knowledge, Padukuhan Papringan

¹Undergraduate Student, Public Health Science Study Program, Stikes Wira Husada Yogyakarta

²Lecturer, Public Health Science Study Program, Stikes Wira Husada Yogyakarta

³Lecturer, Public Health Science Study Program, Stikes Wira Husada Yogyakarta

I. PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan penyakit yang sering kita jumpai dimasyarakat sekitar dan penyakit ini sangat beresiko karena bisa menyebabkan komplikasi bagi penderitanya. Hipertensi atau tekanan darah tinggi adalah suatu keadaan dimana tekanan darah melewati batas normal sistolik 140 mmHg atau lebih dan diastolik 90 mmHg atau lebih pada 2 kali pengukuran dalam waktu selang 2 menit [1].

Menurut WHO di Asia Tenggara sendiri memiliki angka kejadian hipertensi mencapai 36% Tahun 2018 dan diprediksi akan meningkat 2025 mendatang. diprediksi orang dewasa di seluruh dunia akan mengalami hipertensi sebanyak 29% .

Secara global, tekanan darah tinggi menjadi penyebab utama kematian prematur. Target internasional upaya pengendalian penyakit tidak menular diarahkan untuk mengurangi hipertensi sebesar 33% dalam rentang tahun 2010 sampai 2030. Penyakit ini dapat menyerang siapa pun, baik usia muda maupun lanjut usia. Tekanan darah tinggi merupakan kondisi medis serius karena berhubungan erat dengan peningkatan risiko penyakit kardiovaskular, gangguan fungsi otak, kerusakan ginjal, dan penyakit lainnya [2].

Berdasarkan data hasil Kementerian Kesehatan tahun 2019 angka kejadian hipertensi pada lansia di Indonesia untuk umur 55- 64 tahun sebesar 45,9%, umur 65-74 tahun sebesar 57,6% dan 63,8% untuk umur di atas 75 tahun (Fitrianingsih et al, 2022). Selain itu prevalensi hipertensi lansia di DIY berdasarkan usia lansia 55-64 tahun sebanyak 24,80%, usia 65- 74 tahun sebanyak 34,71% dan usia >75 tahun sebanyak 30,07%. Sedangkan dikota Yogyakarta prevalensi hipertensi yaitu sebanyak 29,28%. Prevalensi hipertensi di DIY 32,86% atau lebih tinggi jika dibandingkan dengan angka nasional 31,7%. Dari data prevalensi diatas menunjukkan

bahwa penderita hipertensi di DIY mengalami peningkatan dari data sebelumnya [3]

Berdasarkan kabupaten/kota, prevalensi hipertensi di Kabupaten Sleman hampir sama dengan rata-rata nasional. Sementara itu, angka prevalensi di Kabupaten Bantul dan Kota Yogyakarta tercatat lebih rendah dibandingkan dengan nilai nasional. Dengan kondisi tersebut, Kabupaten Gunungkidul, Kulon Progo, serta Sleman ditetapkan sebagai wilayah yang memerlukan prioritas lebih tinggi dalam penanganan hipertensi. Walaupun sudah terdapat penelitian di ketiga kabupaten tersebut, kajian yang ada masih terbatas dan belum sepenuhnya memberikan gambaran komprehensif mengenai kondisi hipertensi di tingkat kabupaten (Somantri, 2022). Secara umum, nilai rata-rata sistolik penderita hipertensi di DIY ≥ 140 mmHg dan/atau diastolik ≥ 90 mmHg[4],

Prevalensi hipertensi di Kabupaten Sleman mendekati nilai nasional. Sementara Kabupaten Bantul dan Kota Yogyakarta nilainya berada di bawah nilai nasional. Berdasarkan data tersebut maka untuk prioritas penanganan masalah mengenai lokasi, maka Kabupaten Gunungkidul DIY.

Berdasarkan instrumen penelitian yang terdiri dari 16 item terkait pola makan lansia, yang terbagi ke dalam tiga aspek utama yaitu waktu makan, jenis makanan, dan jumlah makanan, diperoleh hasil bahwa pada aspek waktu makan, sebagian besar lansia (22 orang) menyatakan hanya kadang-kadang mengonsumsi makanan tiga kali sehari. Meskipun demikian, sebanyak 21 responden mengaku memiliki kebiasaan makan yang cukup teratur pada waktu pagi, siang, dan malam. Hal ini menunjukkan bahwa meskipun frekuensi makan masih belum konsisten, sebagian besar lansia telah memiliki pola waktu makan yang relatif teratur dalam keseharian mereka [5].

II. METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah kuantitatif sedangkan desain penelitian dan pendekatan penelitian *Cross-Sectional* dengan menggunakan Uji Spearman rank. Menurut Sugiyono (2021), penelitian *cross sectional* merupakan penelitian observasional dimana data dikumpulkan pada satu waktu tertentu dari suatu populasi atau sampel

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. HASIL

Tabel 1. Karakteristik Responden Lansia di Padukuhan Papringan Kelurahan Caturtunggal Depok Sleman Yogyakarta

No	Variabel	Frekuensi	Presentase
Usia(Tahun)			
	55-59	8	17,8
	60-64	19	42,2
	65-69	2	4,4
	70-74	6	13,3
	75- 79	5	11,1
	80-84	5	11,1
Total		45	100
Jenis Kelamin			
	Laki- laki	18	40
	Perempuan	27	60
Total		45	100
Tidak Sekolah			
	SD	5	11,1
	SMP	25	55,6
	Perguruan Tinggi	7	15,6
		4	8,9
Total		45	100
Pekerjaan			
	Pedagang	11	24,4
	Wiraswasta	2	4,4
	Petani	8	17,8
	Ibu Rumah Tangga	17	37,8
	Tidak Bekerja	7	15,6
Total		45	100

(Sumber : Data Primer diolah Tahun 2025)

Berdasarkan tabel 5, diketahui bahwa mayoritas lansia di wilayah RT 01 Ngentaksapen berada pada rentang usia 60–64 tahun, yaitu sebanyak 19 orang (42,2%). Selain itu, kelompok lansia didominasi oleh perempuan sebanyak 27 orang (60%). Dalam hal tingkat pendidikan, sebagian besar lansia menempuh pendidikan terakhir Sekolah Dasar (SD), yaitu sebanyak 25 orang (55,6%). Sementara itu, pekerjaan yang paling banyak di kalangan lansia adalah sebagai ibu rumah tangga, dengan jumlah 17 orang (37,8%).

a. Analisis Univariat

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Pola Makan dan Derajat Hipertensi Pada Lansia di Padukuhan Papringan Kelurahan Caturtunggal Depok Sleman

No	Variabel	Frekuensi	Persentase (%)
1.	Pola makan		
	Baik	1	2,2
	Cukup	43	95,6
	Kurang	1	2,2
Total		45	100
2.	Derajat Hipertensi		
	Tinggi	27	60
	Sedang	16	35,6
	Normal	2	4,4
Total		45	100

(Sumber: Data Primer di Olah Tahun 2025)

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa sebagian besar responden memiliki tingkat pengetahuan dalam kategori cukup, yaitu sebanyak 43 orang (95,6%). Sementara itu, responden dengan pengetahuan baik dan kurang masing-masing berjumlah 1 orang (2,2%). Untuk variabel derajat hipertensi, mayoritas responden atau lansia berada pada kategori hipertensi tinggi sebanyak 27 orang (60%). Sebagian lainnya berada pada derajat hipertensi sedang sebanyak 16 orang (35,6%), dan hanya 2 orang (4,4%) yang memiliki tekanan darah dalam kategori normal.

b. Analisis Bivariat

Tabel 3. Hubungan pola dan Derajat Hipertensi Pada Lansia
di Padukuhan Papringan Kelurahan Caturtunggal
Depok Sleman Yogyakarta.

Pola Makan	Derajat Hipertensi						Total	P Value
	Tinggi		Sedang		Normal		n %	
	n	%	n	%	n	%		
Baik	1	2,22	0	0	0	0	1	0,012
Cukup	26	57,7	15	33,3	2	4,44	43	
Kurang	0	0	1	2,2	0	2,22	1	
Total	27	60,00	16	35,5	2	6,66	45	

(Sumber: Data Primer di olah Tahun 2025)

Berdasarkan tabel 7 hasil uji korelasi Spearman Rank menunjukkan bahwa nilai (p-value) sebesar 0,012, < 0,05 yang berarti ada hubungan signifikan antara pola makan dan derajat hipertensi.

2. Pembahasan

a. Pola Makan

Karakteristik responden berdasarkan tingkat pendidikan menunjukkan bahwa sebagian besar lansia di RW 01 Ngentaksapen memiliki pendidikan terakhir Sekolah Dasar (SD), yakni sebanyak 25 orang atau 55,6%. Berdasarkan teori yang dikemukakan oleh (Notoatmodjo) semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang, maka semakin tinggi pula tingkat pengetahuannya. Namun, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa meskipun sebagian besar lansia hanya berpendidikan SD, mereka tetap mampu memahami informasi kesehatan dengan cukup baik. Berdasarkan hasil penelitian ini mengindikasikan bahwa pada kelompok lansia, pendidikan formal bukanlah satu-satunya faktor yang menentukan pemahaman mereka tentang kesehatan, melainkan juga pengalaman hidup, keterlibatan dalam kegiatan posyandu lansia, penyuluhan kesehatan, atau paparan informasi dari media dan lingkungan sekitar.

Asumsi peneliti menyatakan bahwa meskipun lansia telah menunjukkan kebiasaan makan yang relatif sehat, masih terdapat aspek yang belum optimal, terutama dalam konsumsi karbohidrat yang rendah dan kemungkinan kurang tepatnya pemahaman tentang porsi serta cara pengolahan makanan. Ketidak tepatan porsi konsumsi karbohidrat berlebihan banyak lansia cenderung mengonsumsi karbohidrat dalam jumlah lebih besar dengan anggapan memberikan rasa kenyang lebih lama, tanpa memperhatikan proporsi ideal dengan protein dan lemak. [6].

Pendidikan gizi yang mereka terima diduga belum menyentuh aspek praktis secara menyeluruh. Selain itu, faktor lain seperti usia, metabolisme, riwayat hipertensi, aktivitas fisik yang rendah, dan dukungan sosial juga berperan dalam tingginya angka hipertensi. Oleh karena itu, dibutuhkan pendekatan edukatif yang lebih menyeluruh, mencakup jenis, jumlah, dan cara pengolahan makanan, serta pendampingan berkelanjutan. Temuan ini didukung oleh penelitian sebelumnya yang menyebutkan bahwa tingkat pendidikan seseorang sangat berpengaruh terhadap kemampuannya dalam memahami dan menerapkan pola makan sehat. Namun, pendidikan saja belum cukup untuk mengubah perilaku tanpa dukungan lingkungan yang memadai (Notoatmodjo, 2012 dalam penelitian Erviana [7]

b. Derajat Hipertensi Pada Lansia

Menurut [8]. Hipertensi atau penyakit darah tinggi sebenarnya adalah suatu gangguan pada pembuluh darah yang mengakibatkan suplai oksigen dan nutrisi yang dibawa oleh darah terhambat sampai ke jaringan tubuh yang membutuhkan. Hipertensi pada lansia merupakan salah satu gangguan sistem kardiovaskuler yang disebabkan oleh penurunan elastisitas pembuluh darah arteri, penatalaksanaan hipertensi dapat melakukan senam jantung sehat.

Berdasarkan temuan penelitian ini dan hasil-hasil studi sebelumnya, dapat diasumsikan bahwa pengendalian hipertensi pada lansia dipengaruhi oleh berbagai faktor yang saling berkaitan, tidak hanya terbatas pada pengetahuan gizi dan pola makan. Meskipun sebagian besar lansia memiliki

pemahaman yang cukup mengenai diet hipertensi, hal ini belum sepenuhnya tercermin dalam perilaku makan sehari-hari. Faktor lain seperti kepatuhan terhadap diet, sikap individu, tingkat stres, aktivitas fisik, dukungan sosial, serta perubahan fisiologis akibat proses penuaan juga turut berperan dalam menentukan keberhasilan pengendalian tekanan darah.

c. Hubungan Pola Makan dengan Derajat Hipertensi Pada Lansia di Padukuhan Papringan Kalurahan Caturtunggal Depok Sleman Yogyakarta.

Berdasarkan hasil uji statistik, ditemukan adanya hubungan yang signifikan antara pola makan dengan derajat hipertensi pada lansia di Padukuhan Papringan, Kalurahan Caturtunggal, Depok, Sleman, Yogyakarta. Hal ini ditunjukkan oleh nilai signifikansi (p -value) sebesar 0,012, yang berada di bawah ambang batas 0,05, sehingga hipotesis penelitian dapat diterima. Hal ini sejalan dengan Penelitian di Puskesmas Piyungan, Bantul, Yogyakarta oleh Kuswoyo dan Tuasamu, 2022 menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara tingkat pendidikan dengan derajat hipertensi pada lansia, dengan nilai $p < 0,05$, yang memperkuat hipotesis bahwa pengetahuan berperan dalam memengaruhi derajat hipertensi. Temuan serupa juga diperoleh dari studi yang dilakukan oleh Martina, 2024 di Padukuhan Karangtalun, Kelurahan Wukirsari, Bantul, Yogyakarta, yang mengidentifikasi adanya hubungan signifikan antara tingkat pengetahuan dan aspek kesehatan lansia penderita hipertensi, sehingga semakin memperkuat bukti bahwa pengetahuan berkontribusi terhadap kondisi hipertensi pada kelompok lansia.

Penelitian ini didukung oleh teori Green dan Kreuter dalam *Health Belief Model*, yang menjelaskan bahwa perilaku kesehatan seseorang dipengaruhi oleh tiga komponen utama, yaitu faktor predisposisi (seperti pengetahuan, sikap, dan kepercayaan), faktor pendukung (dukungan lingkungan dan sumber daya), serta faktor pemungkin (kemampuan individu dan akses terhadap layanan kesehatan). Dalam konteks lansia penderita hipertensi, pengetahuan tentang pola makan sehat merupakan faktor predisposisi yang penting, namun tidak cukup tanpa adanya

dukungan dari keluarga, kader posyandu, dan lingkungan sekitar. Selain itu, teori Notoatmodjo juga menguatkan bahwa perubahan perilaku kesehatan terjadi melalui proses yang dimulai dari pengetahuan, kemudian membentuk sikap, dan akhirnya tercermin dalam tindakan. Hal ini menjelaskan mengapa masih terdapat lansia dengan pengetahuan yang baik namun belum sepenuhnya menerapkan perilaku makan sehat, karena proses perubahan perilaku tidak terjadi secara instan dan sangat dipengaruhi oleh faktor internal maupun eksternal green & kreuter, notoatmojo. Dari hasil penelitian ditemukan lansia pola makan baik tetapi mengalami hipertensi tinggi bisa disebabkan oleh kurangnya aktivitas fisik.

III. KESIMPULAN DAN SARAN

1. Kesimpulan

Dari hasil penelitian yang didapatkan maka peneliti mengambil kesimpulan sebagai berikut:

- a. Tingkat pengetahuan lansia mengenai pola makan di Padukuhan Papringan, Kalurahan Caturtunggal, Depok, Sleman, Yogyakarta menunjukkan bahwa sebagian besar berada pada kategori cukup, yaitu sebanyak 43 lansia (95,6%) sementara hanya 1 lansia (2,2%) memiliki pengetahuan baik dan 1 lansia (2,2%) lainnya tergolong memiliki pengetahuan kurang.
- b. Hasil penelitian menunjukkan bahwa derajat hipertensi pada lansia didominasi oleh kategori hipertensi tinggi sebanyak 27 lansia (60,0%) disusul oleh 16 lansia (3,5 6%) yang berada dalam kategori hipertensi sedang, dan hanya 2 (4,4%) yang memiliki tekanan darah normal.
- c. Hubungan yang signifikan antara pola makan dengan derajat hipertensi pada lansia di Padukuhan Papringan, Kalurahan Caturtunggal, Depok, Sleman, dengan nilai (p-value) sebesar 0,012 ($>0,05$).

2. Saran

a. Petugas Kesehatan atau Kader Wilayah Padukuhan Papringan

Disarankan untuk meningkatkan program edukasi mengenai pola makan sehat bagi lansia, baik melalui posyandu lansia, penyuluhan rutin, maupun kunjungan rumah.

b. Bagi Lansia

Diharapkan para lansia dapat meningkatkan kesadaran dan kepatuhan terhadap pola makan sehat, termasuk membatasi konsumsi garam, memperbanyak asupan sayur dan buah, serta menghindari makanan yang dapat memicu hipertensi..

c. Peneliti Selanjutnya

Penelitian berikutnya disarankan untuk menggunakan desain penelitian yang lebih mendalam seperti longitudinal agar dapat memantau perubahan pengetahuan dan perilaku dalam jangka waktu tertentu.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah memberikan dukungan dan motivasi dalam pelaksanaan penelitian ini, khususnya kepada Dosen Pembimbing yang sudah memberikan arahan, masukan dan bimbingan sangat berarti. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada Pak Dukuh, Ibu Kader dan semua lansia yang telah memberikan izin dan kesempatan untuk melaksanakan penelitian ini, serta sahabat sahabat yang telah membantu dalam proses pengambilan data.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] M. Maqfirah, A. Adam, I. Iskandar, I. Leida, and Z. Zamli, “Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia di Puskesmas Lembang Majene,” *J. Promot. Prev.*, vol. 7, no. 4, pp. 916–923, 2024.
- [2] Musa C.E, “Status Gizi Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Kinilow Tomohon,” *J. Public Health (Bangkok).*, vol. 2, no. 2, pp. 60–65, 2021, [Online]. Available: <https://ejournal.unsrat.ac.id/v3/index.php/srjph/article/view/38641/35279>
- [3] C. H. Irianti, A. N. Antara, and M. A. S. Jati, “Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Hipertensi dengan Tindakan Pencegahan Hipertensi di BPSTW Budi Luhur Bantul,” *J. Ris. Drh.*, vol. 21, no. 3, pp. 4015–4032, 2021, [Online]. Available: <https://ojs.bantulkab.go.id/index.php/jrd/article/view/56>
- [4] L. Somantri, “Pemetaan mobilitas penduduk di kawasan pinggiran Kota Bandung,” *Maj. Geogr. Indones.*, vol. 36, no. 2, p. 95, 2022, doi: 10.22146/mgi.70636.
- [5] P. P. D. Yanthi, “Asuhan Keperawatan Nyeri Akut Dengan Terapi Akupresur Pada Pasien Hipertensi di Banjar Aseman Kangin, Desa Tibubeneng, Kecamatan Kuta Utara, Kabupaten Badung Tahun 2022,” *Poltekkes Denpasar Repos.*, pp. 1–8, 2022, [Online]. Available: <http://repository.poltekkes-denpasar.ac.id/9335/>
- [6] A. H. Safitri, R. A. Sayyida, and N. Tyagita, “Peningkatan Gaya Hidup Sehat Lansia Melalui Penyuluhan Dan Pendampingan Pengaturan Komposisi Makronutrien Dan Mikronutrien Diet,” *JMM (Jurnal Masy. Mandiri)*, vol. 8, no. 1, p. 918, 2024, doi: 10.31764/jmm.v8i1.20165.
- [7] S. Leviana and Y. Agustina, “Analisis Pola Makan dengan Status Gizi Pada Siswa-Siswi Kelas V di SDN Jatiwaringin XII Kota Bekasi,” *Malahayati Nurs. J.*, vol. 6, no. 4, pp. 1635–1656, 2024, doi: 10.33024/mnj.v6i4.10864.
- [8] N. P. Budi and R. P. Sari, “Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia Di Puskesmas Sukawali Kecamatan Pakuhaji Tahun

2024,” *J. Ilmu Kesehat.*, vol. 2, no. 2, pp. 272–276, 2024.