

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Hipertensi merupakan kondisi medis yang serius dan dapat meningkatkan risiko penyakit jantung, otak, ginjal serta penyakit lainnya. Hipertensi didiagnosis jika, ketika diukur pada dua hari yang berbeda, pembacaan tekanan darah sistolik pada kedua hari tersebut adalah ≥ 140 mmHg dan pembacaan tekanan darah diastolic pada kedua hari tersebut adalah ≥ 90 mmHg (WHO, 2019). Data *World Health Organization* (WHO) di seluruh dunia sekitar 972 juta orang atau 26,4% orang di seluruh dunia mengidap hipertensi dan angka ini kemungkinan akan mengalami peningkatan menjadi 29,2% di tahun 2025. Dari 972 juta orang mengidap hipertensi, 333 juta orang terdapat di negara maju dan sisanya 639 di negara berkembang termasuk Indonesia. Penyakit terbanyak pada usia lanjut

Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 adalah hipertensi di Indonesia paling tinggi ditemukan pada kelompok usia ≥ 65 tahun, yaitu dengan prevalensi 69,8%. Prevalensi ini bervariasi antar provinsi, dengan prevalensi terendah ditemukan di Papua Barat (16,8%) dan prevalensi tertinggi di Bangka Belitung (30,9%). Prevalensi hipertensi tertinggi di Yogyakarta adalah di Gunung Kidul (39,25%), kedua Kulon Progo (34,70%), ketiga Sleman (32,01%), keempat Bantul (29,89%), dan yang terakhir Kota Yogyakarta (29,28%) (Kemenkes RI, 2019). Menurut data Dinkes Sleman hipertensi merupakan salah satu penyakit yang masuk kedalam sepuluh besar penyakit yang ada di Sleman dengan jumlah kasus 138,702. Salah satu Kecamatan di Sleman dengan penderita hipertensi terbanyak berada di Kecamatan Kalasan yaitu sebanyak 6.138 orang (Dinas Kesehatan Sleman, 2019).

Berdasarkan data dari UPT puskesmas Gondokusuman 1 mencatat ada 136 lansia hipertensi yang terjadi di wilayah kerjanya pada 3 bulan terakhir mei, juni, juli 2024 dengan rata rata perbulannya sebanyak 45 orang. Terdapat faktor-faktor yang dapat meningkatkan resiko hipertensi salah satunya yaitu pola makan (kebiasaan konsumsi lemak, natrium dan kalium) oleh karena itu salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk mencegah hipertensi antara lain dengan melakukan pengaturan pola makan seperti diet rendah garam,

pengaturan obesitas. Pola makan yang sehat dapat berupa pemilihan menu makanan atau menu diet yang seimbang.

Faktor pola makan salah satu dapat dilihat dari tingkat konsumsi natrium yang berlebihan (Sistikawati et al., 2021). Pola makan merupakan salah satu faktor resiko utama yang dapat dimodifikasi dalam penyakit hipertensi. Pola makan yang tinggi akan daging merah dan olahan, makanan cepat saji, makanan berlemak dan makanan penutup yang manis (*dessert*) dapat menyebabkan peningkatan tekanan darah, namun pola diet kaya akan sayuran, biji-bijian utuh, buah-buahan, daging tanpa lemak terbukti berhubungan dengan penurunan tekanan darah (Firdaus & Suryaningrat, 2020). Kecukupan makanan sehat sangat penting bagi usia dewasa pertengahan (*Middle Age*). Nafsu makan pada umur 45-54 tahun rentang mengalami penurunan, karena itu pada usia dewasa pertengahan diupayakan mengkonsumsi makanan sehat dan bergizi. Bertambahnya usia menyebabkan indera rasa menurun. Masyarakat usia dewasa pertengahan (*Middle Age*) memilih makanan atau masakan dengan rasa sangat manis atau asin. Padahal, penambahan garam berlebihan pada makanan dapat meningkatkan tekanan darah. Gangguan kesehatan dapat muncul berkaitan dengan apa yang dimakan. Mereka membutuhkan pengaturan menu yang tepat, seperti makanan rendah lemak dan rendah garam (Gligorijevic et al., 2019)

Pola makan yang baik ditentukan oleh formula yang aman, frekuensi, jenis makanan dan diet seimbang dalam menjaga kesehatan perbaikan status gizi serta mencegah atau menyembuhkan. Untuk memenuhi keadaan gizi dengan cara menjaga kesehatan yang baik. Konsumsi makanan tinggi lemak dan garam dapat menimbulkan tekanan darah tinggi pada lansia. Bagi penderita tekanan darah tinggi mengkonsumsi makanan yang kaya lemak dan natrium dapat meningkatkan tekanan darah ketika lansia tidak dapat memeriksa kesehatannya, mereka menjadi rentan akan penyakit degeneratif misalnya penyakit kardiovaskular (jantung dan darah tinggi).

Berdasarkan hasil dengan wawancara awal yang telah dilakukan peneliti bagian gizi di puskesmas Gondokusuman 1, selama ini belum pernah dilakukan survey tentang pola makan lansia yang menderita hipertensi. Peneliti juga melakukan wawancara kepada 10 pasien, telah ditemukan

beberapa dari mereka menyukai mengonsumsi makanan yang asin dan gurih, yang paling utama dan yang paling sering dikonsumsi adalah ikan asin, sagu serta makanan yang mengandung kolesterol tinggi mereka yang senang makan-makanan asin, berlemak dan gurih berpeluang besar terkena hipertensi. Kandungan Na (Natrium) dalam garam yang berlebihan dapat menahan air (retensi) sehingga meningkatkan jumlah volume darah. Akibatnya jantung harus bekerja keras memompa darah dan tekanan darah menjadi naik. Inilah menyebabkan hipertensi. Dari 10 pasien tersebut peneliti menemukan bahwa 3 orang menjaga pola makan karena mereka takut jika darah tinggi mereka kambuh sehingga pola makan mereka benar-benar dijaga. Sedangkan 7 orang lainnya mengatakan bahwa bagi mereka tidak perlu menjaga pola makan karena sudah beranggapan ada obat hipertensi yang jika darah tingginya kambuh maka segera minum obat sehingga menjaga pola makan bagi mereka itu tidak perlu dilakukan.

Berdasarkan uraian diatas latar belakang berbagai sumber, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “hubungan pola makan lansia dengan kejadian hipertensi di Puskesmas Gondokusuman 1 Yogyakarta Tahun 2024”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, maka dapat disusun rumusan masalah sebagai berikut adakah hubungan pola makan lansia dengan kejadian hipertensi di Puskesmas Gondokusuman 1 Yogyakarta Tahun 2024?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk diketahui hubungan pola makan (jenis makan, jumlah makan dan frekuensi makan) lansia dengan kejadian hipertensi di Puskesmas Gondokusuman 1 Yogyakarta.

2. Tujuan Khusus

- a. Untuk diketahui karakteristik responden lansia Puskesmas Gondokusuman 1 Yogyakarta.
- b. Untuk diketahui hubungan jenis makan dengan kejadian hipertensi lansia Puskesmas Gondokusuman 1 Yogyakarta.
- c. Untuk diketahui hubungan jumlah makan dengan kejadian hipertensi

lansia di Puskesmas Gondokusuman 1 Yogyakarta.

- d. Untuk diketahui hubungan frekuensi makan dengan kejadian hipertensi lansia di Puskesmas Gondokusuman 1 Yogyakarta.

D. Ruang Lingkup Penelitian

1. Materi

Penelitian ini termasuk dalam ruang lingkup Keperawatan komunitas.

2. Responden

Pasien lansia penderita hipertensi di Puskesmas Gondokusuman 1 Yogyakarta.

3. Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian ini akan dilakukan pada bulan Juli-agustus 2024 di Puskesmas Gondokusuman 1 Yogyakarta.

E. Manfaat Penelitian

1. Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini dapat menambah wawasan keilmuan dan pengalaman serta keterampilan dalam melakukan penelitian dan memperoleh pengetahuan tentang hubungan pola makan lansia dengan kejadian hipertensi di Puskesmas Gondokusuman 1 Yogyakarta.

2. Bagi Puskesmas

Hasil penelitian ini dapat menjadi bahan masukan bagi pihak Puskesmas sehingga dapat dijadikan referensi untuk meningkatkan pola makan lansia dengan kejadian hipertensi di Puskesmas Gondokusuman 1 Yogyakarta.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan bacaan atau referensi dalam melakukan penelitian yang berkaitan dengan pola makan lansia dengan kejadian hipertensi.

F. Keaslian Penelitian

Tabel 1. 1 Keaslian Penelitian

No	Peneliti	Judul Penelitian	Metode Penelitian	Hasil	Persamaan	Perbedaan
1	Hamzah B, Hairil Akbar, Ake Royke Calvin Langingi, St. Rahmawati Hamzah	Analisis Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia	Jenis penelitian yang digunakan kuantitatif Observasional analitik dengan rancangan cross sectional dengan jumlah sampel sebanyak 31 responden. Teknik penarikan sampel yang digunakan adalah Total Sampling	Hasil penelitian menunjukkan terdapat 61,3% responden yang menderita hipertensi, 67,7% responden yang memiliki pola makan kurang baik dan 32,3% yang memiliki pola makan yang baik. Hasil uji statistik diperoleh ada hubungan pola makan dengan kejadian hipertensi ($p=0,014<0,05$). Maka dapat disimpulkan ada hubungan antara pola makan dengan kejadian hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Molibagu Kabupaten Bolaang Mongondow Selatan.	Menggunakan metode cross sectional, variable pola makan dengan kejadian hipertensi lansia	Tempat dan waktu penelitian di wilayah kerja Puskesmas Molibagu Kecamatan Bolaang Uki Kabupaten Bolaang Mongondow Selatan Tahun 2020

No	Peneliti	Judul Penelitian	Metode Penelitian	Hasil	Persamaan	Perbedaan
				Saran kepada masyarakat khususnya pada lansia untuk selalu mengontrol tekanan darah dan menjaga pola makan yang sehat dengan menghindari makanan yang tinggi natrium dan Berlemak		
2	Tuty Hertati Purba, Mariyanaq, Athira Demitri	Hubungan Pola Makan Dan Status Gizi Terhadap Kejadian Hipertensi Pada Lansia Di Puskesmas	Jenis penelitian yang digunakan kuantitatif. Penelitian bersifat observasional analitik dengan desain case control. Sampel kasus adalah penderita hipertensi 22 responden dan sampel kontrol adalah bukan penderita	Hasil penelitian terdapat hubungan antara pola makan dengan p-value 0,004<05 dan OR 7,600 (95% CI) 1,732 –33,347, asupan lemak dengan p-value 0,001<05 dan OR 13,571 (95% CI) 2,991 –61,586, asupan natrium dengan p-value 0,000<05 dan OR 12,000 (95% CI) 2,862 – 50,306 dan status gizi dengan p-	variable pola makan dengan kejadian hipertensi lansia	Tempat dan waktu penelitian di Puskesmas Sultan Daulat Kota Subulussalam Tahun 2020 Metode case control Variable status gizi

No	Peneliti	Judul Penelitian	Metode Penelitian	Hasil	Persamaan	Perbedaan
		Sultan Daulat Kota Subulussalam	hipertensi 22 responden.	value 0,002<05 dan OR 9,643 (95% CI) 2,362 –39,365 dengan kejadian hipertensi pada lansia di Puskesmas Sultan Daulat Kota Subulussalam. Saran dari penelitian ini diharapkan mengatur pola makan seimbang, mengurangi mengonsumsi makanan yang mengandung lemak dan tinggi natrium, dan makan makanan kaya serat untuk mengendalikan berat badan yang berlebih		
3	Muhammad Agus Fahlove, Asrinawaty,	Hubungan Pola Makan Dan Gaya Hidup	Jenis penelitian yang digunakan kuantitatif. Metode penelitian survey analitik dengan	Hasil menunjukkan bahwa kejadian hipertensi pada lansia paling banyak sedang 35 orang (42,2%), pola makan lansia	Menggunakan metode cross sectional, variable pola makan dengan	Tempat dan waktu penelitian di Wilayah Puskesmas Sungai

No	Peneliti	Judul Penelitian	Metode Penelitian	Hasil	Persamaan	Perbedaan
	Septi Anggraeni, Edy Ariyanto, SKM.,M.Kes	Dengan Penyakit Hipertensi Pada Lansia Di Wilayah Puskesmas Sungai Besar Banjarbaru Tahun 2019	pendekatan cross sectional. Dengan sampel sebanyak 83 orang. Pengambilan sampel menggunakan teknik accidental Sampling	paling banyak yaitu baik kejadian hipertensi sebanyak 42 orang (50,6%), gaya hidup lansia paling banyak yaitu baik sebanyak 44 orang (53,0%). Ada hubungan pola makan lansia dengan kejadian hipertensi (p-value = 0,008). Ada hubungan gaya hidup lansia dengan kejadian hipertensi (p-value =0,000). Diharapkan memperbaiki gaya hidup dan pola makan dengan cara meningkatkan aktivitas fisik seperti olahraga teratur, mengurangi kebiasaan mengkonsumsi makanan asin dan berlemak.	kejadian hipertensi lansia	Besar M Tahun 2019 Variable : gaya hidup

No	Peneliti	Judul Penelitian	Metode Penelitian	Hasil	Persamaan	Perbedaan
4	Romliyadi, Isrizal	Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia Di Wilayah Binaan Puskesmas Srikaton Air Saleh Kabupaten Banyuasin Tahun 2022	Desain penelitian ini menggunakan desain kuantitatif dengan pendekatan cross sectional. Dengan jumlah sampel 40 orang dengan teknik total sampling.	Hasil penelitian ini menunjukkan sebagian besar responden memiliki pola makan buruk sebanyak 25 orang (62,5%) dari 40 responden. dan sebagian besar responden mengalami hipertensi sebanyak 23 orang (57,5%) dari 40 responden. Ada hubungan pola makan dengan kejadian hipertensi pada lansia ($p=0,010$). Hasil uji statistik Chi Square didapatkan p value = 0,010, OR 9,750 lebih kecil dari $\alpha = 0,05$ menunjukkan ada hubungan pola makan dengan kejadian hipertensi pada lansia. Diharapkan kepada pihak di	Menggunakan metode cross sectional, variable pola makan dengan kejadian hipertensi lansia	Tempat dan waktu penelitian di Wilayah Binaan Puskesmas Srikaton Air Saleh Kabupaten Banyuasin Tahun 2022

No	Peneliti	Judul Penelitian	Metode Penelitian	Hasil	Persamaan	Perbedaan
				Wilayah Binaan Puskesmas Air Saleh untuk memperhatikan asupan nutrisi lansia, terutama pemenuhan kalori. Pihak puskesmas bisa memaksimalkan fungsi keluarga setiap rumah agar bisa mengingatkan lansia untuk menghabiskan makanan mereka		
5	Ikrimah, Eka Handayani, Deni Suryanto	Pengaruh Pola Makan Dan Riwayat Keluarga Terhadap Kejadian Hipertensi Pada Lansia Di	Penelitian ini memakai metode kuantitatif yang bersifat survei analitik dalam rancangan cross nsectional. Sampel sebanyak 91 responden yang diambil dengan teknik pengambilan sampel secara	hasil penelitian menunjukkan ada hubungan pola makan dengan kejadian hipertensi ($p=0,012$) dan ada hubungan riwayat keluarga dengan kejadian hipertensi ($p=0,000$). Diharapkan Puskesmas dapat memberikan perhatian lebih kepada lansia yang mengalami hipertensi untuk	Menggunakan metode cross sectional, variable pola makan dengan kejadian hipertensi lansia	Tempat dan waktu penelitian di Wilayah Puskesmas Cempaka Putih Kota Banjarmasin Tahun 2022 Variable : riwayat keluarga

No	Peneliti	Judul Penelitian	Metode Penelitian	Hasil	Persamaan	Perbedaan
		Puskesmas Cempaka Putih Kota Banjarmasin	accidental sampling	mengurangi kejadian hipertensi di puskesmas dan diharapkan anggota keluarga lansia untuk selalu memperhatikan kebutuhan dan pola makan lansia dengan Baik		

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis didapatkan kesimpulan sebagai berikut:

1. Berdasarkan hasil penelitian pada pasien di Puskesmas Gondokusuman 1 Yogyakarta di dapatkan bahwa kelompok usia terbanyak terdapat pada usia 60-74 tahun sebanyak 49 (84,5%) orang, karakteristik dengan jenis kelamin menunjukan bahwa sebagian besar responden adalah laki-laki dengan jumlah 36 (62,1%).
2. Ada hubungan Jenis makanan berdasarkan beresiko dan tidak beresiko pada lansia dengan kejadian hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Gondokusuman 1 Yogyakarta. Nilai koefiesen korelasi sebesar 0,672 dengan didapatkan p-value sebesar 0,000.
3. Ada hubungan Jumlah makan berdasarkan sesuai dan tidak sesuai dalam jumlah porsi makan sehari dalam 1 bulan pada lansia dengan kejadian hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Gondokusuman 1 Yogyakarta. Nilai koefiesen korelasi sebesar 0,657 dengan didapatkan p-value sebesar 0,000.
4. Ada hubungan frekuensi makan berdasarkan sering, jarang, dan tidak pernah dalam hari, minggu, bulan pada lansia dengan kejadian hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Gondokusuman 1 Yogyakarta. Nilai koefiesen korelasi sebesar 0,657 dengan didapatkan p-value sebesar 0,000.

B. Saran

1. Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan keilmuan dan pengalaman serta keterampilan dalam melakukan penelitian dan memperoleh pengetahuan tentang hubungan pola makan lansia dengan kejadian hipertensi di Puskesmas Gondokusuman 1 Yogyakarta.

2. Bagi Puskesmas

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan masukan bagi pihak Puskesmas sehingga dapat dijadikan referensi untuk meningkatkan pola makan lansia dengan kejadian hipertensi di Puskesmas Gondokusuman 1 Yogyakarta.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai bahan bacaan atau referensi dalam melakukan penelitian yang berkaitan dengan pola makan lansia dengan kejadian hipertensi.

DAFTAR PUSTAKA

- Anisah, C., & Soleha. (2018). *Gambaran Pola Makan Pada Penderita Hipertensi Yang Menjalani Rawat Inap Di Irna F Rsud Syarifah Ambami Rato Ebu Kabupaten Bangkalan -Madura*.
- Adhila Fayasari.(2020). Buku Penilaian Komsumsi Pangan. Penerbit: Kun Fayakun. Anggota Ikapi.
- Azzahra, S. S. (2019). Obstructive Sleep Apnea (Osa) Sebagai Faktor Resiko Hipertensi. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 10(2).
- Amirullah, 2015. Ilmu Perilaku Kesehatan. Jakarta:Rineka Cipta.
- Adriaansz et al., 2016. Hubungan kebiasaan Minum kopi Terhadap tingkat Hipertensi
- Banowati, L., & Adiyaksa, J. (2020). Hubungan Kebiasaan Sarapan Pagi Dengan Kejadian Anemia Pada Mahasiswa. *Jurnal Kesehatan*, 5(10).
- Cinintya 2017. Hipertensi paling banyak Di Idap Masyarakat, Departemen kesehatan jakarta.
- Diliyana, Y., & Utami, Y. (2020). Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Gastritis Padaremaja Di Wilayah Kerja Puskesmas Balowerti Kota Kediri. *Journal Of Nursing Care & Biomolecular*, 5, 1– 6.
- Dinas Kesehatan Sleman. (2019). *Profil Kesehatan Kabupaten Sleman Tahun 2019*.
- Erdwin, K. W., Wicaksana, Surudarma, I. W., & Wihandani, D. (2019). Prevalensi Hipertensi Pada Orang Dewasa Menengah Dengan Overweight Di Denpasar Tahun 2018. *Intisari Sains Medis*, 10(3).
- Fadhli, W. M. (2018). Hubungan Antara Gaya Hidup Dengan Kejadian Hipertensi Pada Usia Dewasa Muda Di Desa Lamakan Kecamatan Karamat Kabupaten Buol. *Jurnal Kesmas*, 7(6), 1– 14.
- Fauzi, I. (2014). *Buku Pintar Deteksi Dini Gejala, & Pengobatan Asam Urat, Diabetes & Hipertensi*. Araska.
- Firdaus, M., & Suryaningrat, W. C. (2020). Hubungan Pola Makan Dan Aktivitas Fisik Terhadap Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Kapuas Hulu. *Majalah Kesehatan*, 7(2), 110– 117.
- Friska, B. Et Al. (2020). The Relationship Of Family Support With The Quality Of Elderly Living In Sidomulyo Health Center Work Area In Pekanbaru Road. *Jurnal Proteksi Kesehatan*, 9(1), 1– 8.
- Fayasari, 2020. Buku Penilaian Komsumsi Pangan. Penerbit: Kun Fayakun. Anggota Ikapi.
- G National, & Pillars, H. (2020). Keperawatan Gerontik. *Bahan Ajar Cetak Keperawatan Gerontik*, 22(1), 1– 13.

Gligorijevic, N., Robajac, D., & Nedic, O. (2019). *Studi Tentang Pola Makan Dan Tingkat Kesegaran Jasmani Lansia Di Nagari Saniangbaka Kecamatan X Koto Singkarak Kabupaten Solok*. 1511– 1518.

Gizi dalam kehidupan, 2017. Berdamai Dengan Hipertensi. Jakarta: Bumi Medika.

Istiqamah, dkk. 2021. Hubungan Gaya hidup sehat dengan kejadian Hipertensi pada lansia Di desa natai kondang kecamatan permata kecubung kabupaten sukamara kalimantan tengah.

Hariawan, H., & Tatisina, C. M. (2020). Pelaksanaan Pemberdayaan Keluarga Dan Senam Hipertensi Sebagai Upaya Manajemen Diri Penderita Hipertensi. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Sasambo*, 1(2), 75.

Kadir, S. (2019). Pola Makan Dan Kejadian Hipertensi. *Jambura Health And Sport Journal*, 1(2), 56– 60. <https://doi.org/10.37311/jhsj.v1i2.2469>

Kadir 2019. Pola makan dengan kejadian Hipertensi. *Jambura Health and sport journal* 1(2), 56-60

Kemenkes. (2022). *Profil Kesehatan Indonesia 2021*.

Kemenkes RI. (2021). *Profil Kesehatan Indonesia 2020*. Kemenkes RI. Kemenkes

RI (2019). *Profil Kesehatan Indonesian 2019*. Kemenkes RI.

Kemenkes RI. Perilaku makan yang tidak sehat. Jakarta; 2005.21-22p

Kementerian Kesehatan. (2018). *Hasil Riskesdas 2018*. [Http://Www.Kesmas.Kemkes.Go.Id/Assets/Upload/Dir_519d41d8cd98f00/Files/Hasil-Riskesdas-2018_1274.Pdf](http://www.kesmas.kemkes.go.id/assets/upload/dir_519d41d8cd98f00/Files/Hasil-Riskesdas-2018_1274.pdf)

Kurniati, N. (2014). *Stop Diabetes Hipertensi Kolesterol Tinggi Jantung Koroner*. Pt Gramedia Pustaka Utama.

Lewis dkk, (2014). Buku Ajar Asuhan Keperawatan Gerontik. Jakarta: Salemba Medika.

Mawaddah, N. (2020). Peningkatan Kemandirian Lansia Melalui Activity Daily Living Training Dengan Pendekatan Komunikasi Terapeutik Di Rsj Dr. Radjiman Wediodiningrat Lawang Nurul. *Hospital Majapahit*, 12(1).

Mustika, I. W. (2019). Buku Pedoman Model Asuhan Keperawatan Lansia Bali Elderly Care (Bec). *Journal Of Chemical Information And Modeling*, 53(9).

Meryana & Bambang, (2012). Kesehatan usia lanjut dengan Pendekatan Asuhan Keperawatan, jakarta: Penerbit Salemba Medika.

Manik,L.(2020). Hubungan pola makan dengan kejadian Hipertensi pada lansia Anggota prolanis di wilayah kerja puskesmas parompong.

Mahmudah, 2015. Pelayanan keperawatan Bagi penderita Hipertensi secara Terpadu; Ruko jambusuri

- Maharani, 2018. Hubungan Gaya hidup dengan kejadian Hipertensi pada lansia
Jurnal ilmu kesehatan Masyarakat
- Notoatmodjo. (2014). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Pt. Rineka Cipta.
- Nurhaedah. (2015). Studi Kasus Pada Keluarga Ny.' S' Dengan Hipertensi
Dikelurahan Barombong Kecamatan Tamalate Kota Makassa. *Jurnal
Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 6(1).
- Nursalam. (2017). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Salemba Medika.
- Nurauliani, dkk (2019). Faktor-faktor yang Berhubungan Dengan Kejadian
Hipertensi Di Puskesmas Birobuli, Palu city.

- Oktora, S. P. D., & Purnawan, I. (2018). Pengaruh Terapi Murottal Terhadap Kualitas Tidur Lansia Di Unit Rehabilitasi Sosial Dewanata Cilacap. *Jurnal Keperawatan Soedirman*, 11(3), 168.
- Purwono, J., & Dkk. (2020). Pola Konsumsi Garam Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia Salt Consumption Pattern With Hypertension In Elderly. *Jurnal Wacana Kesehatan*, 5(1).
- Ratnasari & Aswad, (2019). Gaya hidup dan pola makan terhadap kejadian Hipertensi. *Jurnal ilmiah kesehatan Sandi Husada* .9(2).1044-1050.
- Ramdani 2017. Keperawatan kesehatan komunitas. In Salemba medika.
- Sistikawati, H. I., Fuadah, I. W., Salsabila, N. A., & Azzahra, A. F. (2021). *Literature Review : Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Hipertensi*. 57–62.
- Siyoto, S., & Sodik, A. (2015). *Dasar Metodologi Penelitian*. Literasi Media Publishing.
- Smeltzer, C., & Susan. (2013). *Keperawatan Medikal-Bedah Burnner & Suddarth*. Edisi 12. Egc.
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D* (Alfabeta (Ed.)).
- Suarni, (2017). Sebagian besar Penderita Hipertensi Tidak Menyadarinya, Biro Komunikasi dan Pelayanan Masyarakat, Kementrian Kesehatan RI.
- Sutanto, 2010. Pola makan dan Kejadian Hipertensi di wilayah kerja Puskesmas dungaliyo. 1(2).
- Sirajuddin, 2015. Hubungan Antara Konsumsi Makanan Dengan Kejadian Hipertensi Di Desa Tandengan Satu Kecamatan Eris Kabupaten Minahasa. *Ilmiah Farmasi*, (5(1), 2302-2493.
- Susilo, 2011. Asuhan Keperawatan Gerontik. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.
- Teologi et al., 2021. Menaklukkan Pembunuh No.1: Mencegah dan Mengatasi Penyakit Jantung Koroner Secara tepat Bandung: PT Mizan Pustaka.