

## ABSTRAK

**NASYALUNA YORISA LARASATI.** 2024. Hubungan Pola Makan dan Asupan Lemak dengan Tekanan Darah Lansia di Desa Ngajum. Karya Tulis Ilmiah, Program Studi Diploma III Gizi, Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang.

**Pembimbing** : I Nengah Tanu Komalyana, DCN., SE., M.Kes., RD

### **Latar belakang :**

Lanjut usia (lansia) adalah sebutan bagi seseorang yang memasuki usia 60 tahun ke atas. Laporan SPM Kabupaten Malang hingga bulan Agustus 2022 menunjukkan bahwa capaian pelayanan pada penderita hipertensi sebanyak 26,05% atau setara dengan 214.634 orang (Dinkes Kabupaten Malang, 2022). Dinas Kesehatan UPT Ngajum (2019) dalam Aini dkk., (2022) menyatakan bahwa wilayah kerja Puskesmas Ngajum termasuk prevalensi penderita hipertensi tertinggi di Kabupaten Malang ditandai dengan persentase pelayanan Puskesmas terhadap penderita hipertensi pada usia lansia ( $\geq 60$  tahun) sebanyak 3.549 lansia (6,4%) dari total penduduk Kecamatan Ngajum tahun 2022. Data Penduduk Per Desa Puskesmas Ngajum Tahun 2022 menunjukkan bahwa jumlah lansia terbanyak ditemukan di Desa Ngajum dengan total lansia ( $\geq 60$  tahun) sebanyak 860 lansia. Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui hubungan antara pola makan dan asupan lemak terhadap tekanan darah pada lansia di Desa Ngajum.

### **Metode :**

Jenis penelitian yang digunakan adalah observasional analitik dengan desain penelitian *cross sectional*, menggunakan uji statistik *chi square*. Pengambilan sampel dilakukan menggunakan teknik total sampling dengan jumlah sampel sebanyak 40 responden. Data diperoleh melalui kuesioner, pengukuran, dan wawancara.

### **Hasil :**

Hasil analisis bivariat menunjukkan bahwa pola makan memiliki hubungan yang signifikan dengan tekanan darah lansia ditandai dengan nilai *p value*=0,000. Ada hubungan yang signifikan antara asupan lemak dan tekanan darah pada lansia ditandai dengan nilai *p value*=0,000.

### **Kata kunci :**

Lansia, Pola Makan, Asupan Lemak, Tekanan Darah