

ABSTRAK

Pola Makan Orang Yang Mempunyai Riwayat Keturunan Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Gedongan Kota Mojokerto

Oleh:

Irene Melizta Romroma

Kehidupan modern membuat masyarakat hidup dalam perilaku yang tidak sehat, terutama pola makan misalnya konsumsi makanan tinggi lemak dan kalori, serta konsumsi alkohol. Pola makan yang tidak sehat tersebut dapat menyebabkan terjadinya hipertensi. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pola makan orang yang mempunyai riwayat keturunan hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Gedongan Kota Mojokerto. Desain penelitian menggunakan metode deskriptif. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh anak dari pasien hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Gedongan Kota Mojokerto pada bulan Agustus 2022 yang berjumlah 523 orang. Teknik sampling menggunakan *purposive sampling* sehingga didapatkan 50 sampel. Instrument penelitian menggunakan *Food frequency questionnaire (ffq)*. Analisa dapat menggunakan distribusi frekuensi dan persentase. Hasil penelitian menunjukkan bahwa Pola makan pada orang yang mempunyai riwayat keluarga hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Gedongan Kota Mojokerto sebagian besar baik yaitu 27 responden (54%), sedangkan yang mempunyai pola makan tidak baik yaitu 23 responden (46%). Makanan yang paling sering dikonsumsi adalah nasi karena merupakan makanan pokok dan tempe karena merupakan makanan bergizi dan murah, sedangkan makanan yang paling jarang dikonsumsi adalah ubi jalar dan cumi.

Kata Kunci: pola makan, riwayat hipertensi

ABSTRACT

Eating Patterns of People With Hereditary History of Hypertension in the Working Area of the Gedongan Health Center, Mojokerto City

**By:
Irene Melizta Romroma**

Modern life makes people live in unhealthy behaviors, especially eating patterns such as consumption of foods high in fat and calories, and consumption of alcohol. Unhealthy eating patterns can cause hypertension. The purpose of this study was to determine the eating patterns of people who have a history of hypertension in the working area of the Gedongan Health Center, Mojokerto City. The research design used descriptive method. The population in this study were all children of hypertension patients in the Gedongan Health Center Work Area, Mojokerto City in August 2022, totaling 523 people. The sampling technique used purposive sampling so that 50 samples were obtained. The research instrument uses *Food frequency questionnaire (ffq)*. Analysis can use frequency distribution and percentage. The results showed that the eating patterns of people who had a family history of hypertension in the Gedongan Public Health Center, Mojokerto City were mostly good, namely 27 respondents (54%), while those with poor eating patterns were 23 respondents (46%). The most frequently consumed food is rice because it is a staple food and tempeh because it is nutritious and cheap, while the foods that are rarely consumed are sweet potatoes and squid.

Keywords: diet, history of hypertension