

ABSTRACT

Hypertension is a non-communicable disease with a high prevalence and is closely related to unhealthy dietary patterns. This study aimed to determine the relationship between dietary patterns and the incidence of hypertension in the working area of Kranggan Public Health Center, Mojokerto City. This research used a correlational analytic design with a cross-sectional approach. The population consisted of 135 respondents selected using total sampling. Dietary data were collected using a Food Frequency Questionnaire (FFQ), while hypertension incidence was measured using a sphygmomanometer. Data were analyzed using the Spearman rho test with a significance level of 0.05. The results showed that most respondents had poor dietary patterns (81 respondents; 60%) and the majority experienced stage 2 hypertension (54 respondents; 40%). Statistical analysis showed a p -value of 0.000 (<0.05) with a correlation coefficient of 0.864, indicating a very strong relationship between dietary patterns and hypertension incidence. It can be concluded that poorer dietary patterns are associated with a higher risk of hypertension. The community is encouraged to adopt a healthy low-salt and low-fat diet to prevent hypertension.

Keywords: dietary pattern, hypertension, FFQ, cross-sectional study



ABSTRAK

Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular yang prevalensinya masih tinggi dan erat kaitannya dengan pola makan yang tidak sehat. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan pola makan dengan kejadian hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Kranggan Kota Mojokerto. Penelitian ini menggunakan desain analitik korelasional dengan pendekatan cross sectional. Populasi berjumlah 135 responden dengan teknik total sampling. Data pola makan dikumpulkan menggunakan kuesioner FFQ, sedangkan kejadian hipertensi diukur menggunakan sphygmomanometer. Analisis data menggunakan uji Spearman rho dengan tingkat signifikansi 0,05. Hasil penelitian menunjukkan mayoritas responden memiliki pola makan tidak baik sebanyak 81 orang (60%) dan sebagian besar mengalami hipertensi stage 2 sebanyak 54 orang (40%). Hasil uji statistik diperoleh p-value 0,000 ($<0,05$) dengan koefisien korelasi 0,864 yang menunjukkan adanya hubungan yang sangat kuat antara pola makan dengan kejadian hipertensi. Disimpulkan bahwa semakin tidak baik pola makan seseorang, semakin tinggi risiko terjadinya hipertensi. Disarankan masyarakat menerapkan pola makan sehat rendah garam dan lemak sebagai upaya pencegahan hipertensi.

Kata kunci: pola makan, hipertensi, *FFQ*, *cross sectional*

