



HUBUNGAN POLA KONSUMSI MAKANAN KHAS BANJAR DENGAN TEKANAN DARAH

**Tinjauan Terhadap Tenaga Pendidik dan Tenaga Kependidikan
Di Program Studi Kedokteran Program Sarjana
Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan
Universitas Lambung Mangkurat**

Skripsi
Diajukan guna memenuhi
sebagian syarat untuk memperoleh derajat Sarjana Kedokteran
Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan
Universitas Lambung Mangkurat

Oleh
Meylisa Ayu Putri Kusuma Wardani
2110911220014

**PROGRAM STUDI KEDOKTERAN PROGRAM SARJANA
FAKULTAS KEDOKTERAN DAN ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS LAMBUNG MANGKURAT
BANJARMASIN**

Desember 2024

PENGESAHAN SKRIPSI

**HUBUNGAN POLA KONSUMSI MAKANAN KHAS BANJAR
DENGAN TEKANAN DARAH**

**Tinjauan Terhadap Tenaga Pendidik dan Tenaga Kependidikan
Di Program Studi Kedokteran Program Sarjana
Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan
Universitas Lambung Mangkurat**

Meylisa Ayu Putri Kusuma Wardani, NIM: 2110911220014

Telah dipertahankan di hadapan **Dewan Penguji Skripsi**
Program Studi Kedokteran Program Sarjana
Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan
Universitas Lambung Mangkurat
Pada Hari Senin, Tanggal 23 Desember 2024

Pembimbing I

Nama : dr. Nika Sterina Skripsiana, M.Kes
NIP : 198808202019032008



Pembimbing II

Nama : dr. Noor Muthmainah, M.Sc
NIP : 197304231998032002



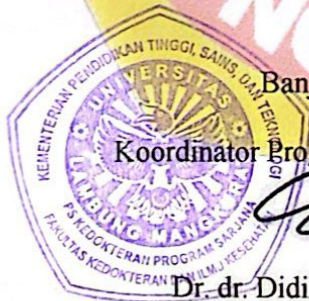
Penguji I

Nama : dr. Juhairina, M.Kes, Sp.GK
NIP : 197905162006042012

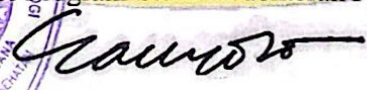


Penguji II

Nama : dr. Rahmiati, M.Kes, Sp. MK
NIP : 197604072003122011



Banjarmasin, 30 Desember 2024
Mengetahui,
Koordinator Program Studi Kedokteran Program Sarjana


Dr. dr. Didik Dwi Sanyoto, M.Kes, M.Med.Ed
NIP 197203071997021002

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi, dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Banjarmasin, 30 Desember 2024

Meylisa Ayu Putri K.W

ABSTRAK

HUBUNGAN POLA KONSUMSI MAKANAN KHAS BANJAR DENGAN TEKANAN DARAH PADA TENAGA PENDIDIK DAN TENAGA KEPENDIDIKAN PSKPS FKIK ULM

Meylisa Ayu Putri Kusuma Wardani

Tekanan darah merupakan tekanan dinding arteri yang jika tekanan arteri tinggi disebut hipertensi. Hipertensi adalah kondisi tekanan darah sistolik ≥ 140 mmHg dan/atau tekanan darah diastolik ≥ 90 mmHg, yang dapat menjadi faktor risiko utama terjadinya mortalitas dan morbiditas serta penyakit tanpa gejala yang menjadi *silent killer*. Hipertensi dapat disebabkan oleh faktor yang dapat dimodifikasi salah satunya yaitu pola konsumsi makanan dilihat dari jenis, jumlah dan frekuensi konsumsi serta kandungan gizinya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adanya hubungan pola konsumsi makanan khas Banjar dengan kejadian hipertensi pada tenaga pendidik dan tenaga kependidikan PSKPS FKIK ULM. Penelitian ini merupakan penelitian observasional analitik dengan pendekatan *cross-sectional* dengan besar sampel 50 subjek menggunakan metode *purposive sampling* yang memenuhi kriteria inklusi kemudian diambil data primernya berupa pola konsumsi makanan khas Banjar dengan skor $\geq 1,7$ (sering) dan $<1,7$ (jarang) serta pengukuran tekanan darah. Analisis penelitian ini diuji dengan uji *Fisher's exact* dengan hasil Sig. (2 -sided) 0,736 yang dapat diambil kesimpulan bahwa tidak ada hubungan yang bermakna antar variabel.

Kata-kata kunci: pola konsumsi, makanan khas Banjar, hipertensi, tenaga pendidik, tenaga kependidikan

ABSTRACT

The Relationship Between Consumption Patterns of Banjar Traditional Food with Blood Pressure in Educators and Education Personnel at PSKPS FKIK ULM

Meylisa Ayu Putri Kusuma Wardani

Blood pressure is the pressure of the arterial walls, if the arterial pressure is high, it is called hypertension. Hypertension is a condition of systolic blood pressure ≥ 140 mmHg and diastolic blood pressure ≥ 90 mmHg, which can be a major risk factor for mortality and morbidity and asymptomatic disease that becomes a silent killer. Hypertension can be caused by modifiable factors, one of which is the pattern of food consumption seen from the type, amount and frequency of consumption and nutritional content. This study aims to determine the relationship between typical Banjar food consumption patterns and the incidence of hypertension in educators and education staff of PSKPS FKIK ULM. This study is an analytical observational study with a cross-sectional approach with a sample size of 50 subjects using purposive sampling method that meets the inclusion criteria and then primary data is taken in the form of Banjar special food consumption patterns with a score of 1.7 (often) and <1.7 (rarely) and blood pressure measurements. The analysis of this study was tested with Fisher's exact test with the results of Sig. (2-sided) 0.736 which can be concluded that there is no significant relationship between variables.

Keyword: *food consumption pattern, traditional food, hypertension, educators, education personnel*

KATA PENGANTAR

Puji syukur ke hadirat Allah SWT yang telah memberikan rahmat-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan Skripsi yang berjudul **“HUBUNGAN POLA KONSUMSI MAKANAN KHAS BANJAR DENGAN TEKANAN DARAH: Tinjauan Terhadap Tenaga Pendidik dan Tenaga Kependidikan di PSKPS FKIK ULM”**, tepat pada waktunya.

Skripsi ini disusun untuk memenuhi sebagian syarat guna memperoleh derajat sarjana kedokteran di Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Lambung Mangkurat Banjarmasin. Dalam kesempatan ini penulis mengucapkan terimakasih kepada:

1. Dekan Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Prof. Dr. dr. Syamsul Arifin, M.Pd., FISPH., FISCAM yang telah memberi kesempatan dan fasilitas dalam pelaksanaan penelitian.
2. Koordiantor Program Studi Kedokteran Program Sarjana, Dr. dr. Didik Dwi Sanyoto, M.Kes., M.Med.Ed yang telah memberi kesempatan dan fasilitas dalam pelaksanaan penelitian.
3. Kedua dosen pembimbing dr. Nika Sterina Skripsiana, M.Kes dan dr. Noor Muthmainah, M.Sc yang berkenan memberikan saran dan arahan dalam penyelesaian skripsi ini.
4. Kedua dosen penguji dr. Juhairina, M.Kes., Sp.GK dan dr.Rahmiati, M.Kes., Sp.MK yang memberi kritik dan saran sehingga skripsi ini menjadi semakin baik.

5. Koordinator Blok Skripsi, dr.Rahmiati, M.Kes., Sp.MK yang telah banyak membantu dalam proses penyelesaian skripsi ini.
6. Kedua orang tua penulis, ayah IPTU Wagiran dan ibu Hapiah S.KM, serta saudara penulis drg. Ade Putri Pratiwi dan Muhammad Daffa Putra Bhayangkara yang senantiasa memberikan dukungan finansial dan motivasi maupun doa dalam proses penyelesaian skripsi ini.
7. Rekan skripsi penulis, Andi Musyarrifah Mukhlis yang telah kebersamai dari awal dalam suka maupun duka dalam proses penyusunan skripsi ini.
8. Teman terdekat saya, Merna Agniyanti, Sindy Permata Sari, Rahmina Aulia, Khofifah Indah Mawaliah, Nur Salsabila, dan Nurlailatul Ramadhanti yang telah senantiasa memberikan dukungan baik secara langsung maupun melalui doa.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan, akan tetapi penulis berharap penelitian ini bermanfaat bagi dunia ilmu pengetahuan.

Banjarmasin, 30 Desember 2024

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
HALAMAN PERNYATAAN	iii
ABSTRAK	iv
ABSTRACT	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
DAFTAR SINGKATAN	xiii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan Penelitian	4
D. Manfaat Penelitian	4
E. Keaslian Penelitian.....	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	10
A. Hipertensi	10
B. Makanan Khas Banjar	29
C. Pola Konsumsi Makanan.....	36
D. Hubungan Pola Konsumsi dengan Tekanan Darah.....	42

BAB III LANDASAN TEORI DAN HIPOTESIS	47
A. Landasan Teori.....	47
B. Hipotesis.....	51
BAB IV METODE PENELITIAN	52
A. Rancangan Penelitian	52
B. Populasi dan Sampel Penelitian	52
C. Instrumen Penelitian.....	53
D. Variabel Penelitian	53
E. Definisi Operasional.....	54
F. Prosedur Penelitian.....	55
G. Teknik Pengumpulan dan Pengolahan Data	58
H. Cara Analisis Data.....	60
I. Waktu dan Tempat Penelitian	61
BAB V HASIL DAN PEMBAHASAN	62
BAB VI PENUTUP	74
A. Simpulan.....	74
B. Saran	74
DAFTAR PUSTAKA	76
LAMPIRAN.....	86

DAFTAR TABEL

Tabel		Halaman
1.1	Keaslian Penelitian Hubungan Pola Konsumsi Makanan Khas Banjar dengan Kejadian Hipertensi Pada Tenaga Kependidikan FKIK ULM.....	5
2.1	Klasifikasi Hipertensi Menurut 2018 ESC/ESH <i>Guidelines For The Management of Arterial Hypertention</i>	13
2.2	Batasan Tekanan Darah Untuk Diagnosis Hipertensi.....	25
4.1	Definisi Operasional Penelitian Hubungan Pola Konsumsi Makanan Khas Banjar dengan Kejadian Hipertensi pada Tenaga Kependidikan FKIK ULM.....	54
5.1	Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Usia, Jenis Kelamin, dan Profesi pada Tenaga Pendidik dan Tenaga Kependidikan PSKPS FKIK ULM	63
5.2	Distribusi Kondisi Tekanan Darah pada Tenaga Pendidik dan Tenaga Kependidikan PSKPS FKIK ULM.....	64
5.3	Distribusi Frekuensi Pola Konsumsi Makanan Khas Banjar pada Tenaga Pendidik dan Tenaga Kependidikan PSKPS FKIK ULM.....	65
5.4	Kandungan Gizi Makanan khas Banjar yang Diteliti.....	66
5.5	Kandungan Natrium Makanan Pembanding.....	67
5.6	Kategori Tingkat Konsumsi Natrium Responden Berdasarkan Makanan Khas Banjar yang Dikonsumsi.....	68
5.7	Hasil Uji <i>Fisher's Exact</i>	70

DAFTAR GAMBAR

Gambar		Halaman
2.1	Prevalensi Hipertensi pada Kabupaten/Kota Provinsi Kalimantan Selatan Tahun 2020-2022.....	12
2.2	Urutan Peningkatan Volume Cairan Ekstraselular yang Menyebabkan Peningkatan Tekanan Arteri.....	19
2.3	Makanan Khas Banjar Sumber Karbohidrat.....	31
2.4	Makanan Khas Banjar Sumber Lemak Nabati dan Lemak Hewani.....	32
2.5	Makanan Khas Banjar Tinggi Natrium	34
2.6	Makanan Khas Banjar Tinggi Kolesterol	35
3.1	Skema Kerangka Teori Penelitian Hubungan Pola Konsumsi Makanan Khas Banjar dengan Kejadian Hipertensi pada Tenaga Kependidikan FKIK ULM.....	50
3.2	Skema Kerangka Konsep Penelitian Hubungan Pola Konsumsi Makanan Khas Banjar dengan Kejadian Hipertensi pada Tenaga Kependidikan FKIK ULM.....	51
4.1	Skema Prosedur Penelitian Hubungan Pola Konsumsi Makanan Khas Banjar dengan Kejadian Hipertensi pada Tenaga Kependidikan FKIK ULM.....	57

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran		Halaman
1.	Surat Keterangan Kelaikan Etik.....	87
2.	Surat Izin penelitian.....	88
3.	Lembar Informed Consent.....	89
4.	Lembar Identitas dan Riwayat Kesehatan Subjek Penelitian.....	94
5.	Kuesioner <i>Semi Quantitative Food Frequency Questionnaire</i>	95
6.	Komposisi Makanan Khas Banjar yang Diteliti.....	100
7.	Kuesioner Makanan Pembanding.....	104
8.	Proses Pengolahan Data Nutrisurvey.....	105
9.	Kandungan Makanan Khas Banjar yang Diteliti.....	107
10.	Tabel Tabulasi Data Responden.....	109
11.	Tabel Analisis Data.....	111
	a. Tabel Analisis Univariat.....	111
	1) Distribusi Frekuensi Profil Responden.....	111
	2) Distribusi Frekuensi Variabel.....	112
	b. Tabel Analisis Bivariat.....	113
	1) Analisis Hubungan Pola Konsumsi Makanan Khas Banjar dengan Tekanan Darah.....	113
12.	Dokumentasi.....	114