

DAFTAR PUSTAKA

- Aghadiati, F. (2019). Hubungan Pengetahuan Ibu dengan Pola Menu Sarapan dan Kebiasaan Sarapan pada Anak Sekolah Dasar. *Jurnal Kesehatan Terpadu (Integrated Health Journal)*, 10(2), 56-62.
- AHA. (2017). High blood pressure clinical practice guideline for the prevention detection valuation A report of the American college of cardiologist. *American Journal of Cardiology*.
- Aidil, M., & Ramadhan, (2021). Modul pencegahan hipertensi.
- Ajayi, I. O., Oyewole, O. E., Ogah, O. S., Akinyemi, J. O., Salawu, M. M., Bamgboye, E. A., ... & Sani, M. U. (2022). Development and evaluation of a package to improve hypertension control in Nigeria [DEPIHCON]: a cluster-randomized controlled trial. *Trials*, 23(1), 1-18.
- Alhuda, T. R., Prastiwi, S., & Dewi, N. (2018). Hubungan Antara Pola Makan Dan Gaya Hidup Dengan Tingkatan Hipertensi Pada Middle Age 45-59 Tahun Di Wilayah Kerja Puskesmas Dinoyo Kota Malang. *Nursing News: Jurnal Ilmiah Keperawatan*, 3(1).
- Almatsier S. 2010 Prinsip Dasar Ilmu Gizi Jakarta: Gramedia.
- Almatsier, Sunita. 2005. Penuntun Gizi Diet Edisi Baru. Jakarta: PT. Ikrar Mandiri Abadi.
- American Diabetes Association. 2003. Treatment of Hypertension in Adults with Diabetes. *Diabetes Care*. 26: S80-S82.
- American Heart Association (AHA). 2018. Guidelines for the Early Management of Patients With Acute Ischemic Stroke: A Guideline for Healthcare Professionals From the American Heart Association/American Stroke Association.
- American Heart Association, 2017, 'The facts about high blood pressure', diakses 2 December 2017.

- Amri, N. (2020). Peningkatan Pengetahuan Masyarakat Tentang Hipertensi. *Jurnal Abdimas Saintika*, 2(2), 7-9. E-Issn: 2715-4424 P-Issn :2746-797x Doi: [Http://Dx.Doi.Org/10.30633/Jas.V2i2.803](http://Dx.Doi.Org/10.30633/Jas.V2i2.803).
- Angelina, M. (2021). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Hipertensi pada Pengemudi Kopaja di Terminal Kampung Rambutan Jakarta Tahun 2019. *Jurnal Kesehatan*, 14(1), 43-51. ISSN 2597-7520 DOI : <https://doi.org/10.32763/juke.v13i2.197>.
- Angesti, A. N., Triyanti, T., & Sartika, R. A. D. (2018). Riwayat hipertensi keluarga sebagai faktor dominan hipertensi pada remaja kelas XI SMA Sejahtera 1 Depok Tahun 2017. *Buletin Penelitian Kesehatan*, 46(1), 1-10.
- Aprillia, Y. (2020). Gaya Hidup dan Pola Makan Terhadap Kejadian Hipertensi. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 9(2), 1044-1050.
- AR Tarigan, Z Lubis and S Syarifah. 2018. Pengaruh Pengetahuan, Sikap Dan Dukungan Keluarga Terhadap Diet Hipertensi di Desa Hulu Kecamatan Pancur Batu Tahun 2016. *Jurnal kesehatan*, Vol 11 No 1. P-ISSN : 2086-2555
- Arief, Mansjoer. (2001). *Kapita Selekta Kedokteran*. Jakarta: Media Aesculapius.
- Arikunto, S. 2006. *Metode Penelitian Kualitatif*. Jakarta: Bumi Aksara
- Arisman, 2004. *Gizi dalam Daur Kehidupan*. EGC. Jakarta
- Aristi, D. L. A. Et Al. (2020) 'Hubungan Konsumsi Makanan Tinggi Natrium Dengan Kejadian Hipertensi Pada Buruh Tani Di Wilayah Kerja Puskesmas Panti Kabupaten Jember', *Buletin Penelitian Sistem Kesehatan*, 23(1), Pp. 53–60. Doi: 10.22435/Hsr.V23i1.2741.
- Arsyalizi, F. V., & Paryoto. (2020). Upaya melestarikan kue papais sebagai kue tradisional khas Cirebon. *Journal of Culinary*, 2(1), 1–30.
- Asri, M., Irwan, A. M., Sjattar, E. L., & Hardianto, Y. (2022). Effectiveness of a low-salt diet in rural hypertensive patients: A systematic review. *Clinical Epidemiology and Global Health*, 101024.

- Astawan, Made. (2008). Sehat dengan Buah : Panduan Lengkap Menjaga Kesehatan dengan Buah. Jakarta: Dian Rakyat.
- Azizah, N., Halimah, E., Puspitasari, I. M., & Hasanah, A. N. (2021). Simultaneous use of herbal medicines and antihypertensive drugs among hypertensive patients in the community: A review. *Journal of Multidisciplinary Healthcare*, 14, 259.
- Batuadji, Kristianto. 2009. Thesis. As mokshartham jagadhita: Studi etnografis tentang well-being Pada warga ashram gandhi etnis bali. Yogyakarta: Fakultas Psikologi Universitas Gajah Mada
- Berek, P. A., Irawati, D., & Hamid, A. Y. S. (2021). Hypertension: A global health crisis. *Ann Clin Hypertens*, 5, 008-011.
- Black, J.M & Hawks, J.H. (2005). Medical surgical nursing: clinical management for positive outcomes. 7 th Edition. St. Louis: Elsevier Saunders.
- Budiman, F. A., Pujiyanto, T., & Rosinta, L. (2021). Identifikasi Pola Makan Pada Penderita Lanjut Usia Dengan Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Pare Kabupaten Kediri. *JURNAL ILKES (Jurnal Ilmu Kesehatan)*, 12(1), 345-352.
- Bustan, M. N., 2000, Epidemiologi Penyakit Tidak Menular, 31, 86, 124, Rineka Cipta, Jakarta.
- Byjus't Rvendran, Divaya, Gokulnath. (2021), Perusahaan Teknologi Pendidikan Multinational India:diakses pada tanggal 4 desember 2021:<https://byjus.com/biology/systolic-and-diastolic-blood-pressure>.
- Citra Anis Muji Lestari¹, Wahyu Rima Agustin, S.Kep., Ns., M. K. And 1mahasiswa (2021) 'Asuhan Keperawatan Penderita Hipertensi Dalam Pemenuhan Kebutuhan Aman Nyaman Nyeri Citra', Kesehatan. 47(4), Pp. 124–134. Doi: 10.31857/S013116462104007x.
- Corwin E. 2005. Buku Saku Patofisiologi. Jakarta: EGC.

- Countdown, N. C. D. (2020). NCD Countdown 2030: pathways to achieving Sustainable Development Goal target 3.4. *Lancet (London, England)*, 396(10255), 918
- Creswell, J. W. 2012. *Research Design Pendekatan Kualitatif, Kuantitatif, dan Mixed*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Deborah, SK and Marion, RW 2000' Obesity and hypertension', *Drug Topics*, Vol. 144, No.1.
- Denzin. 1970. *The Research Act In Sociology*.
- Departemen Gizi dan Kesehatan Masyarakat, 2013. "Gizi dan Kesehatan Masyarakat". Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Departemen Kesehatan RI. *Profil Kesehatan Indonesia 2015*. Jakarta: Departemen Kesehatan RI; 20 16.
- Depkes RI. 2006. *Pedoman Penyelenggaraan dan Prosedur Rekam Medis Rumah Sakit di Indonesia*. Jakarta: Depkes RI.
- Dewanti, Novita dan Nur. (2017). *Pangan Fungsional*. Malang : Ub Press
Hubungan Pengetahuan Dan Kebiasaan Makan Dengan Kejadian Hipertensi Di Poskesdes Juku Eja Kusan Hilir Kabupaten Tanah Bumbu Tahun 2021 (Nur Azmi1 ,Netty2 ,Eka Handayani3).
- DEWI, B. K. (2017). *Persepsi Remaja Pada Jenis-Jenis Produk Makanan Masa Kini Studi Deskriptif Kualitatif Persepsi Remaja Pada Dimsum House Di Jalan Gelap Nyawang Kota Bandung* (Doctoral Dissertation, Perpustakaan).
- Dinas Kesehatan Kabupaten Gowa. "Profil Kesehatan Kabupaten Gowa". 2019.
- Dinas Kesehatan Provinsi Sulawesi Selatan. (2018). "Profil Dinas Kesehatan Provinsi Sulawesi Selatan Tahun 2018". Makassar : Dinkes Provinsi Sulawesi Selatan
- Dinas Kesehatan Provinsi Sulawesi Selatan. (2020). "Profil Dinas Kesehatan Provinsi Sulawesi Selatan Tahun 2020". Makassar : Dinkes Provinsi Sulawesi Selatan

- Easter, D.,dkk. 2020. Health Belief Model : Selfcare Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja UPT Puskesmas Kalirejo Kabupaten Pesawaran. Universitas Malahayati Lampung
- Ekaningrum, A. Y. (2021). Hubungan asupan natrium, lemak, gangguan mental emosional, dan gaya hidup dengan hipertensi pada dewasa di dki jakarta. *Journal of Nutrition College*, 10(2), 82-92.
- Farhat, Y. And Yanti, R. (2021) 'Lansia Di Puskesmas Astambul Martapura Kesehatan Kemenkes Banjarmasin Email : Yasirfarhat@Yahoo.Co.Id', 12(2), Pp. 105–114.
- Farida, L. N. (2017). Hubungan asupan lemak, karbohidrat sederhana, dan serat dengan kejadian gizi lebih siswa sma budhi warman ii jakarta tahun 2017 (Doctoral dissertation, Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta).
- Fatmawati, T. Y. (2019). Upaya Pencegahan Hipertensi Di Desa Penegah Kecamatan Pelawan Kabupaten Sarolangun Jambi. *Jurnal Abdimas Kesehatan (JAK)*, 1(2), 90-94.
- Fayasari, A. And Salindri, O. (2016) 'Asupan Natrium , Kalium , Dan Rasio Na-K Terhadap Hipertensi Di', 2, Pp. 117–126
- Firmansyah, D., Mubyarto, N., & Fielnanda, R. (2020). *Pengaruh Label Halal, Kesadaran Halal, Dan Bahan Makanan Terhadap Minat Beli Produk Mie Instan (Studi Pada Mahasiswa Fakultas Ekonomi dan Bisnis Islam Universitas Islam Negeri Sulthan Thaha Saifuddin Jambi)* (Doctoral dissertation, UIN Sulthan Thaha Saifuddin Jambi).
- Global Burden Of Disease Study 2017' (2017), Pp. 1–27. Available At: File:///C:/Users/Harrison/Appdata/Local/Mendeley Ltd./Mendeley Desktop/Downloaded/Unknown - 2017 - Global Burden Of Disease Study 2017.Pdf.
- Gunawan-Lany, Hipertensi. Yogyakarta: Penerbit Kanisius, 2005; 9-19.
- Hafid, W., & Hanafi, S. (2019). Hubungan Aktivitas Fisik dan Konsumsi Fast Food dengan Kejadian Obesitas Pada Remaja. *Kampurui Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 1(1), 6-10.

- Hafiza, D. (2020). Hubungan Kebiasaan Makan Dengan Status Gizi Pada Remaja Smp Ylpi Pekanbaru. *Jurnal Medika Utama*, 2(01 Oktober), 332-342.
- Hamzah, B., Akbar, H., & Langingi, A. R. C. (2021). Analisis Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia. *Journal Health & Science: Gorontalo Journal Health and Science Community*, 5(1), 194-201.
- Hardi AD, Indriasari R, Hidayanti H. 2019. Hubungan Pola Konsumsi Pangan Sumber Serat dengan Kejadian Overweight pada Remaja di Smp Negeri 3 Makassar. *Jurnal Gizi Masyarakat Indonesia: The Journal of Indonesian Community Nutrition*. 8(2): 71–78. doi: 10.30597/jgmi.v8i2.8508
- Harianja, B., Nadapdap, T. P. And K (2021) 'Analisis Faktor Yang Mempengaruhi Kejadian Hipertensi Pada Suku Batak Di Wilayah Kerja Puskesmas Cikampak Kabupaten Labuhan Batu Selatan', 3(1), Pp. 7–12.
- Harun, O. (2019). Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Penderita Rawat Jalan. *Jurnal Kesehatan Budi Luhur: Jurnal Ilmu-Ilmu Kesehatan Masyarakat, Keperawatan, dan Kebidanan*, 12(2), 164-171.
- Hasanudin, Adriyani, V. M., & Perwiraningtyas, P. (2018). Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Tekanan Darah Pada Masyarakat Penderita Hipertensi Di Wilayah Tlogosuryo Kelurahan Tlogomas Kecamatan Lowokwaru Kota.
- Heriyandi, H., Hasballah, K., & Tahlil, T. (2018). Pengetahuan, Sikap, Dan Perilaku Diet Hipertensi Lansia Di Aceh Selatan. *Jurnal Ilmu Keperawatan*, 6(1), 57-69.
- Hidayat Ridha, Yoana Agnesia, Y. S. (2020) 'JURNAL NERS Research & Learning in Nursing Science', *Jurnal Ners*, 4(23), pp. 47–55.

- Hidayat, r., Agnesia, y., & Safitri, y. (2021). Faktor risiko hipertensi pada masyarakat di desa pulau jambu uptd blud kecamatan kuok kabupaten kampar. *Jurnal ners*, 5(1), 8-19.
- Hidayati, S. (2018) 'Kajian Sistematis Terhadap Faktor Risiko Hipertensi Di Indonesia', *Journal Of Health Science And Prevention*, 2(1), Pp. 4856.
- Hull-Alison, Penyakit Jantung, Hipertensi, dan Nutrisi. Jakarta: Bumi Aksara, 1996; 18,29.
- Istiqamah, I. (2021). *Hubungan Pengetahuan Dan Pola Makan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Pra Lansia Di Wilayah Kerja UPT Puskesmas Marabahan Kabupaten Barito Kuala Tahun 2021* (Doctoral dissertation, Universitas Islam Kalimantan MAB).
- Juniartati, E. And Marsita, E. (2021) 'Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Ibu Hamil Di Wilayah Kerja Pada Ibu Hamil Di Wilayah Kerja Puskesmas Kabupaten Banyumas', *Jurnal Kebidanan Khatulistiwa*, 7(1), P. 46. Doi: 10.30602/Jkk.V7i1.705.
- Kadir, S. (2019). Pola Makan dan kejadian hipertensi. *Jambura Health and Sport Journal*, 1(2), 56-60.
- Kadir, S. (2019). Pola Makan dan kejadian hipertensi. *Jambura Health and Sport Journal*, 1(2), 56-60.p-ISSN: 2654-718X, e-ISSN: 2656-2863
- Kadir, S. (2019). Pola Makan Dan Kejadian Hipertensi. *Jambura Health and Sport Journal*, 1(2), 56-60
- Kaplan 2006. *Kaplan Clinical Hypertention 9th USA* : Lippincott Williams & Wilkins.
- Kaplan M. Norman, *Measurement of Blood Pressure and Primary Hypertension: Pathogenesis in Clinical Hypertension: Seventh Edition*. Baltimore, Maryland USA: Williams & Wilkins, 1998; 28-46.
- Karatzis, K., & Manios, Y. (2021). The Role of Lifestyle, Eating Habits and Social Environment in the Prevention and Treatment of Type 2 Diabetes and Hypertension. *Nutrients* 2021, 13(5), 1460; <https://doi.org/10.3390/nu13051460>.

- Kartini, R. F., & Primadona, S. (2018). Hubungan Bentuk, Rasa Makanan, dan Cara Penyajian dengan Sisa Makanan Selingan Pada Penderita Anak di Rumah Sakit Angkatan Laut Dr. Ramelan Surabaya. *Amerta Nutrition*, 2(3), 212-218. DOI : 10.2473/amnt.v2i3.2018.212-218.
- Karyadi. (2006). Hidup Bersama penyakit hipertensi, asam urat, jantung korener. Jakarta : Intisari Mediatama.
- Kemenkes RI. 2014. Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2014. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Kemenkes RI. Perilaku makan yang tidak sehat. Jakarta; 2013. 21-22 p
- Khomsan, A. 2002. Pangan dan Gizi untuk Kesehatan. Bogor: Jurusan Gizi Masyarakat dan Sumberdaya Keluarga, Fakultas Pertanian. IPB .
2006. Solusi Makanan Sehat. PT. Raja Grafindo Persada. Jakarta.
- Kim J. Association between fruit and vegetable consumption and risk of hypertension in middle-aged and older Korean Adults. *J Acad Nutr and Diet*. 2018 Aug;118(8):1438-49.e5.
- Kurjogi, M. M., Vanti, G. L. and Kaulgud, R. S. (2021) 'Prevalence of hypertension and its associated risk factors in Dharwad population: A cross-sectional study', *Indian Heart Journal*, (xxxx), pp. 4–6. doi: 10.1016/j.ihj.2021.10.006.
- Langingi, A. R. C. (2021). Hubungan status gizi dengan derajat hipertensi pada lansia di desa tombolango kecamatan lolak. *Community of Publishing In Nursing (COPING)*, 9(1), 46-57.
- Lani, e. a. (2005). Hipertensi. Jakarta: Grameia Pustaka Utama.
- Lani, T. (2021). Tingkat Kecemasan Lansia Dengan Hipertensi Berdasarkan Pengetahuan Di Wilayah Puskesmas Simpur. *Jurnal Ilmu Kesehatan Insan Sehat*, 9(2), 97-100.<https://doi.org/10.54004/jikis.v9i2.32>
- Listiana L, Krisnasary A, Rizal A. Hubungan Pola Konsumsi Zat Gizi Makro Dan Mikro Dengan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi. *Jurnal Media Kesehatan*. 2017;10(2):102–204.

- Listiawaty, R., & Dewi, R. S. (2022). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kepatuhan Penderita Hipertensi Dalam Menjalani Pengobatan Di Kelurahan Talang Babat. *Journal Of Healthcare Technology And Medicine*, 7(2), 607-613. <https://doi.org/10.33143/jhtm.v7i2.1573>
- Lumanauw, N. (2018). Pengembangan Makanan Tradisional Bali pada Pasar Malam di Pasar SIndu, Sanur, Bali. *Jurnal Ilmiah Hospitality Management*, 9(1), 83–92.
- Lusno, M. F. D., Haksama, S., Wulandari, A., & Sriram, S. (2020). Association between Smoking and Hypertension as a Disease Burden in Sidoarjo : A Case-Control Study. *International Journal of Applied Biology*, 4(2), 9–16. <https://journal.unhas.ac.id/index.php/ijoab/article/view/10951>
- Mafaza R. L., Wirjatmadi B., Adriani W.. (2016). Analisis hubungan antara lingkaran perut, asupan lemak, dan rasio asupan kalium magnesium dengan hipertensi. *Jurnal Media Gizi Indonesia*, 11 (2), 131. <https://ejournal.unair.ac.id>.
- Manawan, A. (2016). Hubungan antara konsumsi makanan dengan kejadian hipertensi di Desa Tandengan Satu Kecamatan Eris Kabupaten Minahasa. *Jurnal Ilmiah Farmasi*, 5 (1), 344-345. <https://ejournal.unsrat.ac.id>.
- Mapagerang, R., Alimin, M., & Anita. (2018). Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Pada Penderita Hipertensi Dengan Kontrol Diet Rendah Garam. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Pencerah*, 7(1), 37–44.
- Masriadi, M., Idrus, H. H., & Arman, A. (2016). Coronary Heart Disease Risk Factors among Women Aged Older than 45 Years Old in Makassar. *Kesmas: Jurnal Kesehatan Masyarakat Nasional (National Public Health Journal)*, 11(2), 79-85.
- Melizza, N., Kurnia, A. D., Masruroh, N. L., Prasetyo, Y. B., Ruhyanudin, F., Mashfufa, E. W., & Kusumawati, F. (2021). Prevalensi konsumsi kopi

- dan hubungannya dengan tekanan darah. *Faletehan Health Journal*, 8(01), 10-15.
- Millen, R. D. 2000. Rapid Ethnography: Time Deepening Strategies for HCI Field Research. Proceedings of the 3rd conference on Designing Interactive Systems: Processes, Practices, Methods, and Techniques, hlm. 280-286.
- Moehji, S. 2002. Ilmu Gizi I Pengetahuan Dasar Ilmu Gizi. Jakarta: Papis Sinar Sinanti.
- Mohammadbeigi A, Asgarian A, Moshir E, et al. Fast food consumption and overweight / obesity prevalence in students and its association with general and abdominal obesity. *J Prev Med Hyg*. Published online 2018:236-240.
- Morika, H. D., & Yurnike, M. W. (2021). Hubungan Terapi Farmakologi Dan Konsumsi Garam Dalam Pencapaian Target Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi Di Puskesmas Lubuk Buaya Padang. *Jurnal Kesehatan Medika Saintika*, 7(2)
- Morika, H. D., Nur, S. A., & Jekzond, H. (2021, February). Hubungan Tingkat Pengetahuan Dan Aktivitas Fisik Terhadap Kejadian Hipertensi Pada Lansia. In Prosiding Seminar Nasional Stikes Syedza Saintika (Vol. 1, No. 1).
- Moron, C. O. (2012). Pengetahuan, Sikap dan Tindakan Masyarakat Kecamatan Wirobrajan Kota Yogyakarta Pada Tahun 2012 terkait Penyakit Hipertensi.
- Narimawati. 2008. Metodologi Penelitian Kualitatif Dan Kuantitatif, Teori Dan Aplikasi
- Ngasu, K. E., & Fitrizia, W. (2018). Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Ibu Rumah Tangga Di Kampung Tegal Kali Baru Rt 04/04 Kecamatan Balaraja Kabupaten Tangerang Tahun 2018. *Jurnal Kesehatan*, 7(2), ISSN 2086-9266 e-ISSN 2654-587x 1-11. DOI 10.37048/kesehatan.v7i2.24.

- Notoatmodjo, S. 2010. Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta : Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, Soekidjo, 2003, Pengembangan Sumber Daya Manusia, Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, Soekidjo. 2010. Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nugroho, K. P., Sanubari, T. P., & Rumondor, J. M. (2019). Faktor risiko penyebab kejadian hipertensi di wilayah kerja puskesmas Sidorejo Lor kota Salatiga. *Jurnal Kesehatan Kusuma Husada*, 32-42.
- Nurarifah, N., & Damayanti, R. (2022). Self Management Penderita Hipertensi dalam Mengontrol Tekanan Darah. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 5(2), 641-649. <https://doi.org/10.31539/jks.v5i2.3087>
- Nurkhalida, Warta Kesehatan Masyarakat. Jakarta: Depkes RI., 2003; 19-21.
- Ostchega Y, Fryar CD, Nwankwo T, Nguyen DT. Hypertension Prevalence Among Adults Aged 18 and Over: United States, 2017-2018. *Natl Cent Heal Stat*. 2020;(364):1–8.
- Pakpahan M & Ayubi D. Determinan Perilaku Konsumsi Sayur Dan Buah Pada Rumah Tangga Di Kabupaten Samosir Tahun 2016. *Jurnal, Nursing Current* Vol. 5 No. 1, Januari 2017 –Juni 2017.
- Patricia, M. R. (2020). Faktor-Faktor Berhubungan dengan Kejadian Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Tambang Kabupaten Kampar Provinsi Riau Tahun 2019.
- Paul, W. K., Robert, C. M., Wilbert, A. S., Donald, C. E., Karen, C. J., DePalma, S. M., Kenneth, J. A., Daniel, J. W., & Smith, S. C. (2017). 2017 Focused Update of the 2016 ACC Expert Consensus Decision Pathway on the Role of Non-Statin Therapies for LDL-Cholesterol Lowering in the Management of Atherosclerotic Cardiovascular Disease Risk: A Report of the American College of Cardiology Task Fo. *Journal of the American College of Cardiology*, 70(14), 1785–1822. <https://doi.org/10.1016/j.jacc.2017.07.745>.

- Pela, A. M. P. (2018). Hubungan Dukungan Keluarga dengan Tingkat Kecemasan pada Penderita Penyakit Jantung Koroner. *Citra Delima: Jurnal Ilmiah STIKES Citra Delima Bangka Belitung*, 2(1), 45-50.
- PERSAGI. 2003. Penuntun Diet Anak. Jakarta: Gramedia.
- Persagi. 2003. The British Geriatrics Society. [serial online]. <http://www.dieak.or.id>. [2 April 2011].
- Pidekso, N. (2016). *Hubungan Pengetahuan Ibu Tentang Pengolahan Makanan Dengan Kecukupan Gizi Anak Umur 3-5 Tahun Di Tk Ra Sultan Mahmud Bandaruddin Talang Jambe Palembang Tahun 2016* (Doctoral dissertation, Universitas Katolik Musi Charitas).
- Potter, P.A, Perry, A.G. Buku Ajar Fundamental Keperawatan : Konsep, Proses, dan Praktik. Edisi 4. Volume 2. Alih Bahasa : Renata Komalasari, dkk. Jakarta: EGC. 2005.
- Profil Kesehatan Indonesia 2018 (1988) Health Statistics, Science As Culture. Edited By M. K. Drg. Rudy Kurniawan, M.Kes Yudianto, Skm, M.Si Boga Hardhana, S.Si, Mm Tanti Siswanti, Skm. Doi: 10.1080/09505438809526230
- Profil Puskesmas Pallangga Kabupaten Gowa Tahun 2020.
- Profil Puskesmas Pallangga Kabupaten Gowa Tahun 2018.
- Profil Puskesmas Pallangga Kabupaten Gowa Tahun 2019.
- Purba, C. F. (2020). Pengaruh Diagnosa Keperawatan Terhadap Pemberian Asuhan Keperawatan Pada Penderita Hipertensi.
- Purwono, J. et al. (2020) 'Pola Konsumsi Garam Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia', *Jurnal Wacana Kesehatan*, 5(1), p. 531. doi: 10.52822/jwk.v5i1.120.
- Puspita, B., & Fitriani, A. (2021). Peran Konsumsi Kopi terhadap Kejadian Hipertensi pada Laki-Laki Usia Produktif (18-65 Tahun). *Muhammadiyah Journal of Nutrition and Food Science (MJNF)*, 2(1), 13-23.
- Putra Apriadi Siregar, Saidah Fatimah Sari Simanjuntak, F. H. B. G. (2020) 'Aktivitas Fisik , Konsumsi Makanan Asin Dan Kejadian Hipertensi

- Masyarakat Pesisir Kota Medan Physical Activity , Consumption Of Salty Foods And The Occurrence Of', *Jurnal Ilmiah Kesehatan (Jika)*, 2(1), Pp. 1–8. Doi: <https://doi.org/10.36590/Jika.V2il.34>.
- Rahardjo. 2010. Triangulasi Dalam Penelitian Kualitatif.
- Rahimlou, M., Grau, N., Banaie -Jahromi, N., Taheri, M., Khosravi, A., Mavrommatis, Y., & Mohammadifard, N. (2022). Association of Adherence to the Dietary Approach to Stop Hypertension and Mediterranean Diets with Blood Pressure in a Non-Hypertensive Population: Results from Isfahan Salt Study (ISS). *Nutrition, Metabolism and Cardiovascular Diseases*, 32(1), 109–116. <https://doi.org/10.1016/j.numecd.2021.09.029>
- Ramadanti, T. Evi Hasnita, Oktivianis. (2021) 'Jurnal Kesehatan', *Jurnal Kesehatan*, 12(1), Pp. 055–060. Doi: <http://dx.doi.org/10.35730/Jk.V12i1.631>.
- Rangkuti, W. (2021) 'Gaya Hidup Berhubungan Dengan Kejadian Hipertensi', *Jurnal Ilmiah Permas*, 11(April), Pp. 5–6. Doi: <https://doi.org/10.32583/Pskm.V11i2.1248>.
- Rasyid, H. N. (2004). *Ensiklopedi Makanan Tradisional Indonesia (Sumatera)*. Direktorat Jenderal Kebudayaan.
- Ratnawati, & Aswad, A. (2019). Efektivitas Terapi Pijat Refleksi dan Terapi Benson terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi. *Jambura Health and Sport Journal*, 1(1), 40–47. Retrieved from <http://ejurnal.ung.ac.id/index.php/jhsj/article/view/2052>
- Riduwan. 2004. Metode Dan Teknik Menyusun Tesis.
- Rina, D. (2020). Hubungan Antara Tipe Kepribadian Dengan Kejadian Hipertensi (Doctoral Dissertation).
- Romandani, Q. F., & Rahmawati, T. (2020). Hubungan pengetahuan anemia dengan kebiasaan makan pada remaja putri di SMPN 237 Jakarta. *Jurnal Persatuan Perawat Nasional Indonesia (JPPNI)*, 4(3), 193-202.

- Rumagit, F. A., Kereh, P. S., & Rori, J. (2019). Kontribusi Asupan Energi Protein dan Makanan Jajanan pada Siswa Obesitas di Sekolah Menengah Pertama Negeri 4 Manado. *GIZIDO*, 11(1), 8–16
- Salman, Y., Sari, M., Libri, O. (2020). Analisis Faktor Dominan Terhadap Kejadian Hipertensi Pada Lansia di Puskesmas Cempaka. *Jurnal Dunia Gizi*. 3(1).pp 6-10. doi: <https://doi.org/10.33085/jdg.v3i1.4640>
- Saputra, V. A. D., Christiawan, O., & Nugroho, S. P. (2021, July). Analisis Makanan Tradisional Gudeg Sebagai Daya Tarik Wisata Kuliner Di Yogyakarta. In *Uncle (Undergraduate Conference on Language, Literature, and Culture)* (Vol. 1, No. 01).
- Saragih, M., & Listianasari, Y. (2021). Penyuluhan Penatalaksanaan Diet Pada Dewasa Muda Penderita Hipertensi Di Puskesmas Kahuripan. *Prosiding Pengabdian Kepada Masyarakat Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya*, 1(2).
- Sartika, I., Nikmawati, E. E., & Mahmudatus'adah, A. (2014). Pengetahuan Dan Keterampilan Pemilihan Makanan Sehari-Hari Mahasiswa Program Studi Pendidikan Tata Busana. *Media Pendidikan, Gizi, dan Kuliner*, 3(1).
- Sediaoetama, Achmad Djaeni. (2010). Ilmu Gizi untuk Mahasiswa dan Profesi di Indonesia Jilid II. Jakarta: Dian Rakyat. Sharma S, et al. (2008). <http://www.emedicine.com>.
- Sekaran. 2011. *Research Methods For Business (Metode Penelitian Untuk Bisnis)*.
- Septiyana, L., Nizaruddin, N., Rahmawati, N. I., Atma, S. R., Putri, A. S., & Astuti, N. (2020). Pemberdayaan Ekonomi Kreatif Masyarakat Melalui Pengolahan Makanan Tradisional Kerupuk Dapros Di Desa Gunung Rejo. *DEDIKASI: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 2(1), 105-117.
- Sheps, S. G., 2005, Mayo Clinic Hipertensi, Mengatasi Tekanan Darah Tinggi, 26,158, Jakarta, PT Intisari Mediatama.

- Sigarlaki, E. D., & Tjiptaningrum, A. (2016). Pengaruh pemberian buah naga merah (*Hylocereus polyrhizus*) terhadap kadar kolesterol total. *Jurnal Majority*, 5(5), 14-17.
- Sina. (2014). Financial Efficacy dan Financial Satisfaction : ditinjau dari perbedaan Gender. *Jurnal Manajemen*. 12(2), 173-184. <http://majour.maranatha.edu/index.php/jurnal-manajemen/article/view/1063> 03 Maret 2015.
- Siregar, P. A., Simanjuntak, S. F. S., Ginting, F. H. B., Tarigan, S., Hanum, S., & Utami, F. S. (2020). Aktivitas Fisik, Konsumsi Makanan Asin dan Kejadian Hipertensi Masyarakat Pesisir Kota Medan. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 2(1), 1-8. DOI: <https://doi.org/10.36590/jika.v2il.34>.
- Siswanto, Y., Widyawati, S. A., Wijaya, A. A., Salfana, B. D., & Karlina, K. (2020). Hipertensi pada Remaja di Kabupaten Semarang. *Jurnal Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 1(1).
- Soenarta, A. A., Buranakitjaroen, P., Chia, Y. C., Chen, C. H., Naites, J., Hoshide, S., ... & Kario, K. (2020). An overview of hypertension and cardiac involvement in Asia: focus on heart failure. *The Journal of Clinical Hypertension*, 22(3), 423-430.
- Southgate, D.A.T. (1993). Vegetables, Fruit, Fungi, and Their Product. Di dalam J. S. Garrow. & W.P.T James. *Human Nutrition and Dietetics* (Ninth Edition). USA: Churchill Livingstone. Gizi. Bumi Aksara. Jakarta: 126.
- Sudoyo A.W., dkk. (2010). Buku ajar ilmu penyakit dalam. Jilid II, Edisi V, Cetakan Kedua. Jakarta: Interna Publishing
- Sugiyono, 2011. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R & B*, Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. 2009. *Metode Penelitian Kualitatif*.
- Sugiyono. 2010. *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D*.

- Sugiyono. 2015. Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D. Bandung : ALFABETA.
- Suheni, Yuliana. 2007. Hubungan Antara Kebiasaan Merokok Dengan Kejadian Hipertensi pada Laki-Laki Usia 40 Tahun ke Atas Di Badan Rumah Sakit Daerah Cepu. Skripsi. Fakultas Ilmu Olahraga Jurusan Ilmu Kesehatan Masyarakat.
- Sukarno, I. H., Kristiyawati, S. P., & Riani, S. (2021, December). Terapi Relaksasi Benson Berpengaruh Terhadap Tekanan Darah Penderita Hipertensi Intradiastolik Di Rs Panti Wilasa Dr. Cipto Semarang. In *Prosiding Seminar Nasional Unimus* (Vol. 4).
- Supariasa et al. 2001. Penilaian Status Gizi. Jakarta: EGC
- Supariasa, dkk. 2002. "Penilaian Status Gizi". Jakarta : Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Suryati, Atih. 2005. Faktor-faktor Yang Berhubungan Dengan Terjadinya Hipertensi Essential Di Rumah Sakit Islam Jakarta Tahun 2005. *Jurnal Kedokteran dan Kesehatan* Vol 1 NO.2, Juli 2005 : 183-193.
- Susanti, N., Siregar, P. A. And Falefi, R. (2020) 'Determinan Kejadian Hipertensi Masyarakat Pesisir Berdasarkan Kondisi Sosio Demografi Dan Konsumsi Makan', *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 2(1), Pp. 43–52. Doi: 10.36590/Jika.V2i1.52.
- Sustrani, L., Alam, S., & Hadibroto, Iwan. (2004). Hipertensi. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Sustranti, Alam & Hardibroto. (2015). Hipertensi. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.
- Sutopo. 2006. Metode Penelitian Kualitatif.
- Sutrisno, S., Pratiwi, D. C., Istiqomah, I., Baba, K. J., Rifani, L. E., & Ningtyas, M. A. (2018). Edukasi Bahaya Junk Food (Makanan dan Snack) dan Jajan Sembarangan dikalangan Remaja. *Journal Of Community Engagement In Health*, 1(1), 7-10 P-ISSN: 2620-3758 | E-ISSN: 2620-3766 DOI: 10.30994/10.30994/Vol1iss1pp16

- Syah Efran. (2018). Tekanan Darah: Mengukur, Mengontrol, dan Pengaruh: diakses pada tanggal 30 November 2021: <https://www.medkes.com/2018/01/tekanan-darah-mengukur-mengontrol-pengaruh.html>.
- Tandi, R. A., Ratag, B. T., & Nelwan, J. E. (2019). Hubungan Antara Tipe Kepribadian Dengan Kejadian Hipertensi Pada Penderita Rawat Jalan Di Puskesmas Kakaskasen Di Kota Tomohon. *KESMAS*, 7(5).
- Teo, B. W., Chan, G. C., Leo, C. C. H., Tay, J. C., Chia, Y. C., Siddique, S., ... & Kario, K. (2021). Hypertension and chronic kidney disease in Asian populations. *The Journal of Clinical Hypertension*, 23(3), 475-480.
- Tyas., A. S. (2017). "Identifikasi Kuliner Lokal Indonesia dalam Pembelajaran Bahasa Inggris". *Jurnal Pariwisata Terapan*, 1(1), 3
- Siregar, A., Krisnasary, A., & Simbolon, D. (2021). Differences of Fruit-Vegetable Consumption, Blood Pressure In Highland And Lowland. *Jurnal Ilmu Dan Teknologi Kesehatan*, 8(2), 158-173. <https://doi.org/10.32668/jitek.v8i2.362>
- Untari, I. And Wijayanti, T. (2017). Hubungan Antara Pola Makan Dengan Penyakit Gout' Donsu, J, D, T. (2017). Psikologi keperawatan. Yogyakarta; Pustaka baru press. Cetakan 1.
- Vera, Y., & Yanti, S. (2020). Penyuluhan Pemanfaatan Tanaman Obat Dan Obat Tradisional Indonesia Untuk Pencegahan Dan Penanggulangan Penyakit Hipertensi Di Desa Salam Bue. *Jurnal Education and development*, 8(1), 11-11. Doi 10.37081/ed.v8i1.1492
- Victor, R. G. 2018. Systemic Hypertension: Mechanisms and Diagnosis. Eleventh Edition, Braunwald's Heart Disease: A Textbook of Cardiovascular Medicine, 2-Volume Set. Eleventh Edition. Elsevier Inc. doi: 10.1016/B978-0-323-46342-3.00046-3

- Vita Health. 2004. Hipertensi. Jakarta: Penerbit PT.Gramedia Pustaka Utama.
- Wahyuni, W., & Susilowati, T. (2018). Hubungan Pengetahuan, Pola Makan Dan Jenis Kelamin Terhadap Kejadian Hipertensi Di Kalurahan Sambung Macan Sragen. *Gaster*, 16(1), 73-82.
- Walther, D., Curjuric, I., Dratva, J., Schaffner, E., Quinto, C., Schmidt-Trucksäss, A., ... & Probst-Hensch, N. (2017). Hypertension, diabetes and lifestyle in the long-term—Results from a swiss population-based cohort. *Preventive medicine*, 97, 56-61.
- Whelton PK, Carey RM, Aronow WS, Casey DE, Collins KJ, Dennison Himmelfarb C, et al. 2017 ACC/AHA/AAPA/ABC/ACPM/AGS/APhA/ASH/ASPC/NMA/PCNA Guideline for the Prevention, Detection, Evaluation, and Management of High Blood Pressure in Adults. *J Am Coll Cardiol* [Internet]. 2018 May [cited 2018 Nov 5];71(19):e127–248.
- WHO 2013. World Health Day 2013: Measure Your Blood Pressure, Reduce Your Risk. diambil dari: <http://www.who.int>. diakses 12 Mei 2015.
- WHO. World Health Statistic Report 2015. Geneva: World Health Organization; 2015.
- Winardi. 2004. Manajemen Prilaku Organisasi. Jakarta. Kencana Prenada Media Group.
- World Health Organization (WHO). 2018. Deafness and hearing loss. [Cited 2018 Januari 4], Available from: <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs300/en>
- World Health Organization. The World Medicine Situation 2011 3ed. Rational Use of Medicine. Geneva, 2011.
- Wulandari, I. S. M. (2020). Hubungan pola makan dengan kejadian hipertensi pada anggota prolanis Di wilayah kerja Puskesmas Parongpong. *Chmk nursing scientific journal*, 4(2), 228-236

- Xavier, E. A., Prastiwi, S., & Andinawati, M. (2017). The relationship between physical activities with blood pressure of elder people in Banjarejo, Malang. *Nursing News*, 3(2), 358–368.
- Xianglong Xu, Y. R. (2016). Hypertension Impact on Health-Related Quality of Life: A Cross-Sectional Survey among Middle-Aged Adults in Chongqing, China. *International Journal of Hypertension*.
- Xiong, Y., Wangsheng, F., Wang, S., Zhou, W., Huang, X., Bao, H., & Cheng, X. (2021). Positive association between body fat percentage and hyperuricemia in patients with hypertension: The China H-type hypertension registry study. *Nutrition, Metabolism and Cardiovascular Diseases*, 31(11), 3076-3084.
- Yasril, A. I., & Rahmadani, W. (2020). Hubungan Pola Makan Terhadap Kejadian Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Kebun Sikolos Kota Padang Panjang Tahun 2019. *Jurnal Sehat Mandiri*, 15(2), 33-43.
- Yulistina, F., Sri Maryati D., & Eunike Raffi R. 2017. "Korelasi Asupan Makanan, Stress, dan Aktivitas Fisik Dengan Hipertensi Pada Usia Menopause". *Unnes Journal of Public Health*, 6(1): 37.
- Zhou, B., Carrillo-Larco, R. M., Danaei, G., Riley, L. M., Paciorek, C. J., Stevens, G. A., ... & Breckenkamp, J. (2021). Worldwide trends in hypertension prevalence and progress in treatment and control from 1990 to 2019: a pooled analysis of 1201 population-representative studies with 104 million participants. *The Lancet*, 398(10304), 957-980.

**L
A
M
P
I
R
A
N**

Lampiran 1



**PROMOSI KESEHATAN
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
UNIVERSITAS HASANUDDIN
TAHUN 2021**

Bismillahirrahmanirrahim...

Saya adalah mahasiswa jurusan Promosi Kesehatan, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Hasanuddin yang sedang menyusun tugas akhir (Tesis) untuk mendapat gelar Magister Kesehatan Masyarakat. Pedoman wawancara ini mengenai **Kebiasaan Makan Penderita Hipertensi Esensial DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS PALLANGGA KABUPATEN GOWA**. Mohon kesediaannya untuk menjawab pedoman wawancara ini sesuai kondisi anda yang sebenarnya. Hasil dalam pedoman wawancara ini hanya digunakan untuk kepentingan penelitian dan akan dijaga kerahasiaannya. Atas partisipasi saudara (i) saya ucapkan terima kasih.

Peneliti,

Wida Minarti

Hari/Tanggal :

No	Nama	
1	Nama/ Inisial	
2	Tanggal lahir	/ Tahun
3	Jenis kelamin	Laki-laki / Perempuan
4	Alamat	
5	No HP	

Lampiran 2

FORMULIR PERSETUJUAN

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama:

Tanggal lahir/umur:

Alamat:

No. Hp:

Setelah mendengar/membaca dan mengerti penjelasan yang diberikan mengenai apa yang dilakukan pada penelitian dengan judul **“Kebiasaan Makan Penderita Hipertensi Di WILAYAH KERJA PUSKESMAS PALLANGGA KABUPATEN GOWA”** maka saya bersedia berpartisipasi dalam penelitian ini.

Saya mengerti bahwa pada penelitian ini maka ada beberapa pertanyaan-pertanyaan yang harus saya jawab, dan sebagai informan saya akan menjawab pertanyaan yang diajukan dengan jujur. Saya menjadi informan bukan karena adanya paksaan dari pihak lain, tetapi karena keinginan saya sendiri dan tidak ada biaya yang akan ditanggungkan kepada saya sesuai dengan penjelasan yang sudah dijelaskan oleh peneliti.

Saya percaya bahwa keamanan dan kerahasiaan data yang diperoleh dari saya sebagai informan akan terjamin dan saya dengan ini menyetujui semua informasi dari saya yang dihasilkan pada penelitian ini dapat dipublikasikan dalam bentuk lisan maupun tulisan dengan tidak mencantumkan nama. Bila terjadi perbedaan pendapat di kemudian hari, kami akan menyelesaikannya secara kekeluargaan.

Gowa, Januari 2022

Responden

(.....)

Penanggung Jawab Penelitian

Nama: Wida minarti S,KM

Alamat: Perumahan Griya Alam permai

Tlp/HP: 082188643276 Email: Widaminarti801@gmail.com

Lampiran 3.

PEDOMAN WAWANCARA MENDALAM UNTUK INFORMAN

- | | |
|-------------------------------|-------------------|
| 1. Identitas Informan: | umur: |
| Tanggal wawancara: | Alamat: |
| Nama informan: | Jabatan: |
| Pendidikan: | keturunan: |

2. Daftar pertanyaan

a. Kebiasaan Makan Yang Dipikirkan Mengenai

- 1) Bagaimana menurut bapak ibu mengenai kebiasaan makan hipertensi di puskesmas pallangga?
- 2) Bagaimna Menurut bapak/ibu mengenai Klasifikasi makanan penderita hipertensi?
- 3) Apakah bapak / ibu tahu makanan sehari- hari yang dapat menyebabkan hipertensi?
- 4) Bagaimana pengaruh pengetahuan terhadap tingkat konsumsi makan?

b. Tindakan penderita hipertensi berkenaan dengan Kebiasaan makan

- 1) Menurut bapak/ibu apa yang dilakukan terhadap Tindakan pencegahan terhadap kebiasaan makan yang dapat menimbulkan kejadian hipertensi?
- 2) Bagaimana Menurut bapak ibu praktek kebiasaan makan selingan?

c. Kebiasaan makan penderita hipertensi yang berubah dan tetap

- 1) Bagaimana tanggapan ibu/bapak mengenai kebiasaan makan yang dipengaruhi oleh zaman/era kuliner baru terhadap kejadian hipertensi?

- 2) Bagaimana menurut bapak/ibu terhadap pengubahan perubahan bahan pada makanan yang mengakibatkan kejadian hipertensi?
- 3) Bagaimana Menurut ibu/bapak mengenai kebiasaan makan yang dimiliki orang tua yang masih bertahan?
- 4) Bagaimana Menurut bapak/ibu mengenai pengolahan makan makanan tradisional di era sekarang.

PEDOMAN WAWANCARA MENDALAM UNTUK INFORMAN KUNCI

- **NAMA :**
- **UMUR:**
- **JABATAN:**
- **AGAMA:**
- **Riwayat keluarga yang memiliki hipertensi :**

Daftar Pertanyaan

a. Pengetahuan penderita hipertensi berkenaan dengan kebiasaan makan

1. Bagaimana kebiasaan makan yang terdapat di wilayah kerja Puskesmas Gowa?
2. Jenis makan yang di gandrungi oleh masyarakat?
3. Bagaimana menurut bapak ibu bapak/ibu apakah tingkat pengetahuan dengan kebiasaan makan yang dapat menimbulkan hipertensi?
4. Bagaimana menurut bapak ibu apakah pengalaman bapak ibu dapat mempengaruhi dalam pengolahan dan kebiasaan makan yang berkaitan dengan kejadian hipertensi?

b. Tindakan penderita hipertensi berkenaan dengan Kebiasaan makan

1. Bagaimana Menurut bapak ibu mengenai kebiasaan makan yang dilakukan yang dapat memengaruhi kejadian hipertensi ?
2. Bagaimana Menurut bapak ibu apa makanan selingan yang dapat menimbulkan kejadian hipertensi?

c. Apa yang berubah dan tetap terkait kebiasaan makan

1. Bagaimana Menurut bapak ibu mengenai kebiasaan makan yang berubah pada masyarakat yang disebabkan oleh tren kuliner yang menyebabkan kejadian hipertensi?
2. Bagaimana Menurut bapak ibu mengenai perubahan bahan makan dari generasi ke generasi yang dapat mengakibatkan hipertensi ?
3. Bagaimana Menurut bapak ibu mengenai kebiasaan makan yang masih bertahan dari generasi kegenerasi yang dapat menyebabkan kejadian hipertensi?

4. Bagaimana cara bapak ibu tetap mempertahankan kebiasaan makan terkait menu tradisional di tengah maraknya serbuan makanan era sekarang yang dapat mengakibatkan hipertensi

Matriks Hasil Wawancara

1. Pengetahuan penderita hipertensi berkenaan dengan kebiasaan makan

a. Kebiasaan makan penderita hipertensi

No	Informan	Data Emik	Reduksi Konsep Emik	Konsep Etik	Preposisi
1	DJ, 34 thn	<i>Makanta setiap hari yang kita makan di, begitu ji saya tau biasanya makan 3 kali pagi, siang malam to'</i>	Kebiasaan makan penderita hipertensi sebanyak tiga kali dalam sehari, yaitu pagi, siang, malam. Makanan yang di konsumsi merupakan makanan pokok	1. Kebiasaan makan adalah kebiasaan menetap yang memiliki hubungan dengan konsumsi makan yaitu berdasarkangamb aran mengenai jumlah, jenis, dan frekuensi makanan yang dimakan setiap hari oleh seseorang dan merupakan ciri khas untuk satu kelompok masyarakat tertentu. (Supariasa et al., 2002). 2. Kebiasaan makan yang baik adalah kebiasaan makan yang sesuai dengan anjuran	Kebiasaan makan pada penderita hipertensi yaitu makan sebanyak dua sampai tiga kali sehari diwaktu pagi, siang, malam. Frekuensi makan yang diulang setiap hari berupa makanan pokok.
2	DGR, 58 thn	<i>Makanan ta hari-hari begitu? (bertanya dengan mengangkat dua allis), makan itu iyya 3 kali dalam sehari pagi, siang, malam iyya beda itu kuenya nasi nya itu 3 kali.</i>			
3	K, 39 thn	<i>Makanan yang dimakan setiap hari di iyakah begitu makanan yang kita mau atau yang setiap hari begitu di? (mengangkat tangan kanan sambil mengerakkan jari telunjuk) saya itu kadang makan sehari mau-mau saya ji' karna kadang kalau saya lapar makan lagi haahah (tertawa) tapi yang paling sering to 3 kali sehari.</i>			
4	J, 57	<i>Kebiasaan makan itu yang dimakan setiap hari iyya setiap hari yang biasa iyya tiga kali kadang kadang juga iyya 2 kali, kalau tadi iyya makang ka ini jagungka yang dibakar (sambil menunjukk ke belakang)</i>			

5	NDN, 60thn	<i>Yang selalu dimakan di' oo cara kalau saya tiga kali makan iyya pagi, siang, malam, begitu terus ji'</i>		dalam Pedoman Gizi Seimbang (Kemenkes. RI, 2014).	
6	R, 45	<i>Makan yang kita makan tiap hari di, kadang sa makan dua kali kadang juga tiga kali iyya... itu pagi, siang, malam biasakan sisa nasi tadi pagi dimakan lagi siang tertawa (hahahah) kadang juga itu nasi sisa malam kan bisa juka dimakan pagi. Begitu ji iyya disini makana saja yang ada to hahah (tertawa memegang kepala)</i>			
7	HDS 58 thn	<i>Kebiasaan makaan makanan sehari hari- hari iyya, saya makan tiga kali pagi, siang malam, to'</i>			
8	N, 52 thn	<i>Selalu di makakan apakah, (bertanya dan melirik ke pewawancara), atau makan yang dimakan mungkin di setiap hari ya , kalau saya itu makan ka tiga kali pagi, siang malam.</i>			
9	DZ,60 thn	<i>Makan setiap hari apa yang dimakan artinya biasa-biasa saja ikan, nasi (menggerak tangan sambil memperbaiki kursi yang di tempati duduk), saya kadang dua kali kadang 3 kali.</i>			
10	ADB,58	<i>Makan setiap hari kalau Menurut saya makan 3 kali dalam sehari.</i>			

b. Klasifikasi makanan penderita hipertensi

No	Informan	Data Emik	Reduksi Konsep Emik	Konsep Etik	Preposisi
1	DJ, 34 thn	<p><i>Nasi, ikan, sayur, itu ji, saya ku makan tapi jarang sekali ada sayur (sambil gelengkan kepala). Paling sering ji itu ikan sama nasi, nasi putih ji saya makan (sambil menunjukkan panci berisi nasi) jarang ji makan nasi kuning atau nasi goreng. biasa ji makan kalau ada pi uang iyya baru kita belli to' tapi jarang sekali ji'. Ikan iyya Cuma digoreng karna jarang juga dimasa karna lebih enak juga kalau digoreng. (membuka lemari sambil menunjukkan sisa ikan yang sudah dimakan) ini sisa ikan ku. Kalau sayur iyya dipetik dikebun ji' ka jarang ji juga beli karna tidak ada uang. Menanam kangkung kadang juga daun ubi itu kan harus juga ditunggukan. itu-itu ji biasa dimakan. Buah iyya jarang buah pembagian itu biasa buah appel yang dari PKH, satu katong itu iyya itu ji kadang 3 bulan sekali baru ada lagi.</i></p>	<p>10 nforman penderita hipertensi terdapat 3 informan yaitu j, R dan DZ, menjelaskan bahwa kebiasaan makan yang diketahui mengenai klasiifikasi makanan yaitu nasi, dan ikan serta tidak konsumsi sayur. Berbeda dengan pendapat 7 infoman yaitu</p>	<p>Klasifikasi makanan penderita hipertensi tidak sejalan dengan pedoman 4 sehat 5 sempurna yang terdiri dari bahan pokok (nasi, ikan, sayuran, buah dan susu). Variasi menu yang tersusun oleh kombinasi bahan makanan yang diperhitungkan dengan tepat akan memberikan hidangan sehat baik secara kualitas maupun kuantitas. (persagi, 2023)</p>	<p>Klasifikasi makanan yang menjadi kebiasaan makan penderita hipertensi yaitu terdiri dari nasi, ikan, sayur, tidak sesuai dengan pedoman 4 sehat 5 sempurna. Selain itu ikan diolah dengan cara digoreng dengan alasan lebih praktis, serta sayur diolah dengan cara menambahkan satan dan masak bening, kurang dalam konsumsi buah membuat kombinasi dalam</p>
2	DGR, 58 thn	<p><i>Makanan biasa ji nasi, sayur, ikannya itu kadang tempe tahu, telur. nasi dimasak saja, biasa ji kayak biasa (menggerakkan kepala), Sayur iyya, sayur bening, saya jarang masak sayur, kadang jhe iyya tiga kali seminggu tapi kadang juga tidak tergantung kalau mau ki, lagi</i></p>			

		<p><i>makan lagi, sembarang ji' saja kalau saya, sayur santan juga kadang ton ji' tapi tadi ini masak kan iyya sayur santan bayak juga iyya disini penjual sayur kadang ji' juga beli di depan (menujukkan ke arah penjual sayur yang tepat di depan rumah). Ka disini banyak penjual to' jadi beli saja' lebih sering belli iyya ka jadi. langsung tidak repo-repo maki lagi to' kalau buah iyya' pisang ji, selalu ku makan tapi suka ka saya (tangan menyentuh diletakkan di dada) makan buah pisang itu jhe saya suka buah, ka kalau appel tidak suka ka biasa itu ada appel kalau pembagian dari pemerintah yang bantuan PKH ini juga yang korona-korona, biasa ada buahnya nda ku makan ji' saya, cucukku ji' saya kasi. Kalau saya tidak ji'deh.</i></p>	<p>DJ, DGR, K, NDN, HDS, N dan ADB, mengatakan bahwa klasifikasi makanan yaitu mengkonsumsi nasi putih dan lebih memilih mengolah ikan dengan cara digoreng dikarenakan mengkonsumsi ikan yang digoreng lebih enak dan lebih mudah, sayur diolah dengan cara dimasak, ditumis, dan menambahkan santan. Sayur di</p>	<p>bahan makanan tidak sehat.</p>
3	K, 39 thn	<p><i>seperti nasi, sayur ikan buah jarang begitu' ye'. Nasi putih ji' iyya dimakan, sama sayur seperti biasa, seperti sayur bening santan, tadi iyya santan ku makan labu siam yang labu putih itu to' dicampur santan itu jhe, kadang ji' juga sayur bening, kalau bening kadang bayam tapi jarang iyya tidak selalu ton ji' iyya makan sayur ikang ji' biasa sama nasi, ikan digoreng juga dimasak juga begitu-begitu ji' iyya. Seringya iyya makan ikan goreng, buah jarang iyya saya makan.</i></p>		
4	J, 57	<p><i>kalau dirumah iya nasi ji' biasa sama ikang, Nasi dinging dirumah dinging, ikang iyya</i></p>		

		<i>keseringan dibakar, masak jarang, kadang itu ikang disini itu layang. Sayur iyya tidak semua samakan dipilih-pilih juga, kalau saya biasa labu kuning campur toge, saya juga itu paling suka sama kacang mentah, yang kacang tanah itu, kumakan saja, enak itu.kadang</i>	dapatkan dari pedagang ada juga yang ditanam sendiri serta sangat jarang mengkonsumsi buah adapun buah yang biasa dikonsumsi oleh penderita hipertensi yaitu pisang, pepaya dan apel yang biasa didapatkan dari pembagian PKH.	
5	NDN, 60thn	<i>makan nasi eee, sayur, ikan, tempe, tahu itu aja, paling sekali telur kadang, daging jarang, ikan biasa masak, nasi biasa, nasi putih aja, sayur setiap hari insyallah, setiap hari memng ada sayur, begitu.</i>		
6	R, 45	<i>ikan kering ji' sama nasi (tertawa sambil menunduk) pagi siang malam ikan terus ji' wahahhha (tertawa lebih besar), kusuka ki makan ikan kering yee' tapi kalau ada pilihan lain yah itu lagi kalau seumpamanya ada ayam yah itu lagi dikasi pindah lagi. Hahaha (tertawa lagi dengan nada senang dan lebih bersemangat). Tapi kalau ada iyya yang lain tingkan mi iyya keringa tingalkan mi seng ikang anua. Kalau nasi iya, nasi biasa ji' pokoknya kalau ada nasi dingin dinging dimakan (sambil tertawa), iya kadang juga panas kalau panas iyya dikasi dinging tonji' iyya pokoknya nda tentu ji' kalau sayur iyya jarang, tapi lebih sering itu dominan ji mkaan ikan ji' sama nasi (tetawa sambil menunduk). Jarang ka saya maka sayur ka' saya iya itu praktis ji' ikan saja, biarlagi ada</i>		

		<i>penjual makanan jadi kita juga tidak terlalu anu ji' tidak beliji' begitu</i>			
7	HDS 58 thn	<i>nasi, ikan, sayur. Nasi putih ji saya makan kalau nasi kuning jarang nak, putih ji' saja. kalau saya ikan ku kumasak terus ji' jarang sekali digoreng masak terus ji' saya kalau dirumah ini nak' enak saja kalau dimasa, bumbunya biasa ku pake itu asam, yang asam cambaya, ku tambah lagi sereh sama garam saja kuyit, bawang itu saja ji baru d masa mi' enak iyya kadang juga sudah dimasak di goreng juga iyya nak' enak tonji juga iyya di kasi bgt nak' kadang iyya juga ikang kering kalau belli lagi cuman jarang iyya nak' suka ka juga iyya sama ikan kering digoreng to nak di campurkan nasi sama sayur enak mi nak' kan saya tidak suka makan kalau tidak ada sayur jadi ada terus iyya sayur setiap hari, seperti sayur beniing begitu.</i>			
8	N, 52 thn	<i>Nasi, ikang, sayur, buah juga kadang kalau inni e ada bantuan ka appel itu biasa satu kantong ki nakasi iyya, kumakan iyya suka jah' saya appel ada itu yang tidak suka appel. Sayurku iyya daun ubi dimasak biasa campur santan enak ki ituna daun ubi campur santan, biasa juga itu di campur ki kelapa parut itu samakan kacang panjang enak ki juga itu, kaya tuttu' saya suka yang sayur begitu kadang juga iyya sayur bening juga. Kalau beli makanan diluar jarang ji iyya, yah paling sekali-kali ji iyya kayak</i>			

		<p><i>nasi kuning begitu kan saya biasaji juga bikin. Tapi kudengar dengar itu na siapa ini pernah bilang di' (sambil berfikir) bisa katanya itu nasi kuning bikin naik tensi, tapi deh ada ton ngi itu pikirannya orang na' nasi ji' itu na, kalau saya kumakan ji yang penting enak kecuali ikan bandeng dehh saya tidak sukaki, bukan karna banyak tulangnya, tapi deh jijikka kan kita disini pelihara ayam potong tapi itu deh kan disini kalau sudah jual ayam potong bersikan kadang tanyakan tapi itu dibawa juga mau katanya dikasi makan ikan bolu disitumi jijik ku, biar lagi dimasa apa itu ikan bolu jijik skli maka juga.</i></p>			
9	DZ,60 thn	<p><i>Nasi yah nasi biasa ji, Ikang-ikang kering ji, iye ikang masak juga biasa, ikang goreng juga biasa lebih sering makan ikang goreng di' (melirik ke istri), Selama saya disini saya tidak perneh lagi makan sayur, waktu saya di Sulawesi tengah hari-hari makan sayur, kalau disini sudah tidak ada sayur, saya sudah empat tahun disini. (dengan nada menegas) iyah, mau masuk 4 tahun barangkali (mata melirik sambil berfikir) iya kira-kira segitu. Saya pulang kesini dikarenakan saya merasa, saya membutuhkan keluarga artinya kita ini kan sudah tua yahhh... saya ini merasa tidak nyaman dengan lingkungan disini (menunjuk sekitar rumah), saya ini disini tidak diperhatikan keluarga, apalagi masalah makan tidak ada itu, beda sekali mi, beda saya rasa disana sudah</i></p>			

		<p><i>seperti orang palu memang makan juga beda tidak sama disini, disini kadang kita makan 2 kali ji satu hari, kalau di palu kita makan tiga an atau lebih, karena di palu itu selalu banyak teman yang datang bawa makanan kan, ini istri ku (menunjuk istinya) juga selalu masak baru itu kan biasa juga banyak teman kan disana kita makan sama-sama mi lagi. Saya disana itu lama sekali mi jadi teman-teman itu seperti saudara semua mi jadi kita disana itu selalu makan sama- sama, kalau disini saya merasa beda sekali.</i></p>			
10	ADB,58	<p><i>Dari dulu sampai sekrang begiti-begitu ja' kalau setiap hari iyya nasi, sayur ikang tonje iyya, nasi ku nasi putih, kalau ikang ku, ku bakar ji' sama ku goreng, lebih sering iyya ku bakar. Sayur iyya kadang kelor rebung sama agung</i></p>			

c. Makanan sehari-hari yang menyebabkan hipertensi

No	Informan	Data emik	Kesimpulan/Reduks i Konsep emik	Konsep etik	Preposisi
1	DJ, 34 thn	<p><i>Ikan asing ji' kapang sama telur kapang karna ada bilang jangan makan telur to karna ada bilang bisa naik tensi to, jadi ku jaga</i></p>	<p>informan 7 dari 10 informan yaitu DGR, NDN, R, HDS, N, DZ, mengatakan bahwa</p>	<p>Konsumsi tinggi lemak dapat menyebabkan tekanan darah meningkat. Konsumsi lemak yang</p>	<p>Konsumsi makanan sehari-hari penderita</p>

		<i>terus mi ini, sama gorengan mungkin itu ji'</i>			
2	DGR,58 thn	<i>Yang di kanrea santang ji iyya sama makanang asing, ikan asing mi kapang, di tau ji iyya tapi di makan tonji iyya hahahahha (ketawa sambal balik melirik ke anaknya).</i>	makanan sehari-hari yang diketahui dapat menyebabkan hipertensi yaitu Konsumsi ikan asin, santan, dan gorengan, sedangkan informan ADB dan J mengatakan menyebabkan hipertensi yaitu makanan berminyak, coto dan daging. Hal ini sesuai yang dikatakan bahwa konsumsi makanan asin dan digoreng serta penambahan santan pada makanan dapat menyebabkan terjadinya hipertensi. Sedikit berbeda dengan pernyataan dari informan DJ yang mengatakan bahwa makanan asin dan telur dapat menyebabkan hipertensi.	berlebihan akan meningkatkan kadar kolesterol dalam darah terutama kolesterol LDL dan akan tertimbun dalam tubuh. Timbunan lemak yang disebabkan oleh kolesterol akan menempel pada pembuluh darah yang lama-kelamaan akan terbentuk plaque. Terbentuknya plaque dapat menyebabkan penyumbatan pembuluh darah atau aterosklerosis. Pembuluh darah yang terkena aterosklerosis akan berkurang elastisitasnya dan aliran darah ke seluruh tubuh akan terganggu serta dapat memicu meningkatnya volume darah dan tekanan darah. Meningkatnya tekanan darah tersebut dapat mengakibatkan terjadinya hipertensi. (dewanti, 2017).	hipertensi yang dapat memicu timbulnya penyakit hipertensi adalah: ikan asin, telur, gorengan, makanan bersantan, dan coto. Konsumsi makanan yang mengandung lemak yang tinggi dapat menyebabkan meningkatnya kadar kolestrol dalam tubuh dan akan menimbulkan timbunan lemak timbunan lemak ini akan menempel pada pembuluh
3	K, 39 thn	<i>Apadi kayak santahkah begitu, gorengan mungkin juga di' ikang asin begitu benar ji jhe kah hahaha (tertawa sambil menggerakkan tangan nya) ka itu ji' ku tau iyya ka barusan juga ini naik tensi ku dehh tapi jarang ka iyya cek, takut ka malas ka dehh nanti kupikirkan kalau tinggi, tapi kebetulan ki tadi ada to dek jadi saya chek m juga ka bayak ki orang juga ku liat chek jadi chek maka juga ehh ternya tinggi juga dehh. Takut mi deh, saya to disini jha iyya dirumah jarang ka keluar cuman noton jha iyya sama makan, ngantukka sudah makan tidur ka lagi iyya. Kadang juga kalau mau kalagi bikin-bikin kue begitu bikin ka lagi bakwan begitu tonji saya ku bikin ka suami kerja to' jadi nda sibuk jha saya jadi tinggal jha tidur sambil makan</i>			

		<i>(menunjuk cemilan yang di toples yang berisi kue kering dan kacang telur) ini-ini jhe saya makan anak ku iyya main tommy kadang kerumahnya tantena jadi enak jha saya.</i>			
4	j, 57	<i>tidak tahu makan apa yang dbisa menyebabkan hipertensi karna kita taukang yang berminyak-miyamiya' kedua daging, masalah hipertensi tidak tau cuman tuhan yang tau.</i>			
5	NDN, 60 thn	<i>Yah paling goreng kalau saya makan ya, sama yang juga itu aja sama santan kalau itu eee sering di sama kan makan, seperti itu sayur santan kue, santan yang banyak santanna lah</i>			
6	R, 45	<i>Ikan asing mungkin ka ini tinggi tensiku terus makan teruska ikang asin (sambil tertawa).</i>			
7	HDS, 58 thn	<i>Makan sehari-hari di yang bikin hipertensi di kan saya suka kamakan gorengan kayak tahu isi begitu, molen, bakwan, pisang goreng juga saya suka itu (mengerakkan tangan).</i>			
8	N, 52 thn	<i>Saya itu minum teh pagi-pagi deh nyamangmi itu kusamakan biskuit kadang juga, sudah itu saya makan mi nasi. kadang juga iyya</i>			

darah dan akan membantu plaque, sehingga memicu meningkatnya volume darah hal tersebut yang dapat mengakibatkan hipertensi

		<p><i>bubur pagi, semenjak naik mi ini tensi ku to baru saya makan terus ini bubur takut-takut tongka iyya ka langsung sakit kepala (suara meninggi).biasanya saya itu Kalau masak bubur itukan kadang itu nasi jhe kita tambai saja air (mengerakkan tangan) saja to' sama kalau mau mi habis airnyakan kita tambah santan biar enak, kalau sekrang itu enak mi to tidak repo-repo maki lagi iyya kupas kelappayya iya toh' gampang ji karna kan pake santan kara yang itu kecil -kecil jadi enak ji' baru itu kasi mi garam, Yang bikin tinggi darahku mungkin iyya bikin hipertensi apa di kalau saya palingan itu ji' setauku itu makanan asing iyya bikin hipertensi tapi kadang tonja iyya makan ikang asin, tapikan tidak sering m ini. Dulu iyya makan dehh selalu' begitumi' dulukan itu ji ada, jadi dimakan, belumpi kayak sekarang to banyak penjual ikan ayam, jadi itu-itu tongji' iyya dimakan</i></p>			
9	DZ,60 thn	<p><i>Makan sehari- hari di mungkin yang santan- santan di karna ada minyak nya, karna itu minyak bisa</i></p>			

		<i>jadi dia naikkan tensi, munhkin ini sekarang na begini karna dulukan sembarang kita makan sama teman-teman waktu masih di palukan.</i>			
10	ADB,58	<i>Tensi ku kadang itu naik kalau sudah makang Coto, gorengan, itu jhe iyya setauku eh sama anu ikan asing juga. Ka langsung sakit sa rasa kepalaku (memegang kepala) makanan asing seperti makan yang banyak garam nya kan em, itu to kasi naik tensi itu ji, iya mungkin di (sambil tersenyum).</i>			

d. Pengaruh tingkat pengetahuan terhadap kebiasaan makan yang menyebabkan hipertensi

	Informan	Data emik	Kesimpulan/Reduksi Konsep emik	Konsep etik	Preposisi
1	DJ, 34 thn	<i>Ka apa di (saya ini lulusan SD ji'kodong tenaki doi, berpengaruh mungkin di ka sedikit kita ditau, biasanya ku dengar di posbindu (sambil menunjuk arah posbindu) sama orang biasa cerita-cerita tetaga disini katanya telur kudengar itu telur tidak boleh juga untuk orang hipertensi tapi tidak ku tau</i>	pengaruh pengetahuan terhadap kebiasaan makan yang menyebabkan hipertensi, 3 dari 10 informan memiliki keyakinan yang berbeda yaitu informan DJ, J, DZ, meyakini bahwa kebiasaan makan sangat erat	tingkat pengetahuan Informan dengan kejadian Hipertensi, sehingga semakin tinggi pengetahuan responden tentang hipertensi maka otomatis usaha untuk menekan naiknya	Tingkat pengetahuan informan terhadap kebiasaan makan yang dapat menyebabkan hipertensi

		<i>iyya kalau benar atau tidak ka orang ji' bilang.</i>			
2	DGR, 58 thn	<i>Tindak tonji kapang iyya kalau di tau na tidak di makan mi ka saya ku tau tonji na ku makan l hahahah (ketawa kecil sambil menutup mulut nya).</i>			
3	K, 39 thn	<i>Gorengan hahaha (ketawa menutup mulut)Ku tau jhe sebenarnya dek tapi deh enak ki to' jadi tetap dimakan iyya,</i>			
4	j, 57	<i>kalau pengetahuan itu kan dari pendidikang kan. Saya rasa itu mustahil itu kalau orang punya pendidikang bisa tahu seperti itu, maksudnya yang bikin hipertensi kan semua itu kang dipelajari iyya toh jadi saya setuju kalau itu pengetahuan nya orang itu bisa dia peraktekkan dan juga dia tahu kan.bahwa itu makanang yang tidak bisa dimakan.</i>			
5	NDN, 60 thn	<i>yah biasa juga itu orang na tau ji kalau itu semua mi itu bikin hipertensi na namakang tonji ka biasa mi dari dulu namakan.</i>			
6	R, 45	<i>Kadang juga itu kalau di tau tetap toji dimakan itu ji' ada. Jadi itu biar lagi ditau ka dimakan tonji'</i>			
			<p>hubungannya dengan pengetahuan, bahwa pengetahuan terhadap kebiasaan makan yang dapat menyebabkan hipertensi saling berhubungan dikarenakan jika seseorang berpendidikan secara otomatis akan dapat menghindari makan-makan yang dapat memicu tekanan darah tinggi, sedangkan informan DGR, K, NDN, R, HDS, N, dan ADB mengatakan bahwa pengetahuan tidak dapat mempengaruhi kebiasaan makan.</p>	<p>tekanan darah juga menjadi tinggi (nur dkk, 2021)</p>	<p>bahwa pengetahuan sangat berpengaruh terhadap perilaku seseorang dalam proses pemilihan makanan yang akan di konsumsi, tetapi Sebagian informan berpendapat bahwa pengetahuan tidak menjamin seseorang dapat menghindari atau merubah kebiasaa makan yang sudah diterapkan walaupun informan tersebut mengetahui bahaya dari</p>

7	HDS, 58 thn	<p>Anak (menunjuk anaknya) ji iyya sering bilang ibu jangki juga makan gorengan naik nanti tensi ta, tapi Menurut saya tidak to' tapikan saya makan ji juga. Tapi biasakan orang lebih bagus pengetahuanya dari pada kita, kalau biskuit iyya makan ji'tapi tidak telalu suka, dari dulu itu saya suka yang asin-asin, tapi kalau dibilang yang mani-smasnis kayak roma kelapa tidak suka ja' yang coklat- coklat juga nda suka saya. Saya suka sekali juga itu kue roko-roko unti yang asin-asin enak ki menurutku saya nak. Ikan asing juga itu bisa bikin hipertensi iyya tapi kadang ji juga ditau biar lagi dotter kalau makan makan tonji' ikan tidak semunya to nak.</p>			makanan tersebut.
8	N, 52 thn	<p>mungkin kalau ditau juga kayak begitu tidak toji kapang itu berpengaruh ka banyak juga tau biasa ton ji' namakan, saya tidak ji deh itu biarnatau namakan tonji kadang iyya apalagi klau Cuman itu ada ka pasti iyya di makan l'</p>			
9	DZ,60 thn	<p>iya kalau ditau di hindari mungkin ada lah pengaruhnya kalau semakin tinggi pengetahuan seperti adek-adek (jari menunjuk)</p>			

		<i>ini mungkin lebih bisa mengontrol yahh.. (memegang dada)</i>			
10	ADB,58	<i>Ka biasa ton ji' itu ditauji to ya di namakan tonji (sambil tertawa), ka nasuka hahah (tertawa keras).</i>			

2. Tindakan penderita hipertensi berkenaan dengan Kebiasaan makan

a. Pencegahan hipertensi berkenaan dengan kebiasaan makan

No	Informan	Data emik	Kesimpulan/Reduksi Konsep emik	Konsep etik	Preposisi
1	DJ, 34 thn	<i>Ada iyya hahahah (sambil ketawa) Kalau saya tidak makan maka itu iyya ikan asin, dikurangi juga makanan bersantan kalau ada uang dipake belli hahah (sambil tertawa), mamaku juga itu hipertensi tinggi sekali juga itu jadi ada memang hipertensi iyya keluargaku menular itukah? (sambil bertanya dengan muka serius), tapi selalu ji, iya minum ramuan-ramuan to' menntimun to biasa na ambil airnya na anu to, naperas baru naminung, kalau daun sirsak iyya tidak bisa</i>	informan menjelaskan bahwa Tindakan pencegahan berkenaan kebiasaan makan pada penderita hipertensi yaitu mengurangi makanan, seperti makanan yang di anggap dapat memicu tekanan darah tinggi misalnya, mengurangi konsumsi ikan asin, santan, gorengan. Apabila penderita hipertensi merasakan tekanan darah tinggi, maka penderita hipertensi membuat minuman herbal yang dapat meredakan	Kebiasaan makan dalam upaya pencegahan kekambuhan dapat dilihat dari bagaimana dia menjaga pola hidupnya, rutin dalam mengontrol tekanan darah ke pelayanan kesehatan, menjaga berat badan, sering berolahraga, mengontrol emosi dan istirahat yang cukup.	Penderita hipertensi mengurangi makanan yang dianggap dapat memicu tekanan darah tinggi misalnya ikan asin, santan, serta gorengan. Apa bila informan merasakan gejala dari hipertensi, maka informan akan berusaha

		<i>karna sudah kuanua to cocok mamakku ada jantungna, biasa juga daun papaya to, kalau saya cocok jha daun sirsak kalau mamakku tidak cocok</i>	tekanan darah yang tinggi terdiri dari daun sirsak, mentimun yang sudah di peras airnya serta daun binahong (tumbuhan yang dijadikan obat tradisional), kandungan pada ekstrak daun binahong diyakini memiliki efek menurunkan denyut jantung dan memperbanyak produksi urine. Keduanya sama seperti efek dari obat hipertensi penghambat beta dan diuretik. Maka, ekstrak daun binahong bisa digunakan sebagai obat hipertensi. Hal tersebut sesuai dengan pernyataan informan kunci yang mengatakan, sebaiknya penderita hipertensi menghindari makanan yang digoreng, asin, dan bersantan, penderita hipertensi membuat ramuan-ramuan herbal yang mudah di dapatkan seperti		melakukan pencegahan kekambuhan dengan cara meminum ramuan seperti daun sirsak, binahong, mentimun. Penderita hipertensi yakin dengan meminum ramuan-ramuan tersebut maka tensi nya akan Kembali normal.
2	DGR, 58 thn	<i>disini banyak penjual gorengan banyak kalau sore (mengerakkan tangannya). Pisang goreng juga biasa itu ku makan kalau pagi iyya. Mungkin bisa kapang dikurangi di' itu iyya lagi susah l' jadi mau maka ini nanti kurangi l' deh. Digoreng iyya bisa ki juga biking hipertensi di ka minyana to banyak n aitu minyana enak hahaha (ketawa). Saya itu kalau naik tensi ku minum ji itu binahong, katanya orang kan itu bagus sekali ki untuk tensi, na memang bagus itu.</i>			
3	K, 39 thn	<i>Setau saya itu tidak boleh iyya itu makan-makan yang asing sama yang minyak tapi itu semua mi itu enak jadi deh susah to kita hindari</i>			
4	j, 57	<i>Tidak tau karna setau saya cara makan itu ya cuman tidak boleh lah makang</i>			

		<p><i>gorengan, saya itu makang tiga kali lah sehari, pagi siang makan kadang kala, juga dua, tapi saya liat kondisi saya saya kalau beginikan terus yah kondisi Kesehatan juga terganggu, perasaan saya ya, saya itu kadang makan itu kadang pagi sama sore aja.</i></p>	<p>sereh, jahe, daun sirsak dan binahong.</p>		
5	NDN, 60 thn	<p><i>yah menghindari makanan asin, gorengan juga kan begitu-begitu ji saja, seperti ikan asin, gorengan itu pisang goreng, sama kue-kue yang digoreng kan.</i></p>			
6	R, 45	<p><i>Ini setiap hari makan asin, seperti ikan asin cuman begitu mi di ituji' terus ada sama nasi jadi itu ji di makan ini mungkin biking naik tensi ku di (memegang kepala sambil menunduk).</i></p> <p><i>Saya tidak mnum obat atau daun-daun itu kan biasa orang minum saya iyye tidak ji)</i></p>			
7	HDS, 58 thn	<p><i>Kalau saya ini eee ini paginya kalau saya iyya sedikit ji' ku</i></p>			

		<p><i>makan kadang itu orang banyak mi iyya namakan pas sarapan,itu juga menurutku iyya bikin hipertensi kalau saya iyya nak, kurangi makanan waktu sarapann sama tidak boleh makan-makan malam kayak saya ini tidak makan malam ini ku ganti dengan gula-gula Tidak makan- makan asing-asing juga karna klau makan asin kan langsung sakit kepala ku itu</i></p>			
8	N, 52 thn	<p><i>Makanang yang asing, saya iyya itu kalau makan asing dehh... Sakina iyya kepalaku (memegang kepala dan leher belakang) kalau makan minnya iyya tidak ji' ee kayak asing to' langsung mengtong iyyya deh. Itu kadang tommy itu ee baring saja jha kalu sakit lagi dehh. Biasa jha iyya minum timun parut, kuminung I airnya, begitu ji iyya.</i></p>			
9	DZ,60 thn	<p><i>Yahh mungkin itu jangan makan santan di artinya santang ini nantinya bisa</i></p>			

		<i>menaikkan tensi, biasa makan gorengn juga itu karna kan sama santajuga itu bisa menaikkan tensi saya rasa seperti itu, itu juga</i>			
10	ADB,58	<i>Ya, kalau tidak makan asing mi iyya to kalau bisa iyya nahindari ka ikang asing itu bisa biking hipertensi iyya, makan banyak asing sama gorengan juga itu iyya bisa juga itu iyya kalau bsa di kurangi iyya.</i>			

b. Makanan selingan penderita hipertensi

No	Informan	Data Emik	Reduksi Konsep Emik	Konsep Etik	Preposisi
1	DJ, 34 thn	<i>Kalau makan selingan tidak iyya kalau ada ya' ada, biasa kalau ada biskuit -biskuit ji' Saya tidak makan makanang bersantang, tapi tinggi ji' juga tensinku na makanan sehahari ji' kumaka, kalau gorengan iyya disuka biasa juga itu gorengan na di campur sama nasi to' seperti</i>	informan menjelaskan bahwa kebiasaan makan makanan selingan pada penderita hipertensi berbeda-beda, yaitu informan K dan R lebih menyukai bakso dan mie instan dan gorengan,	Makanan selingan atau camilan tergolong makanan yang sangat digemari oleh masyarakat misalnya gorengan, jenis-jenis keripik asin dan manis, gorengan	Makanan selingan atau cemilan tergolong makanan yang sangat digemari masyarakat misalnya biskuit, pisang molen,

		<p><i>bakwan tahu isi.... (nada suara Panjang)</i></p> <p><i>Kalau makanan tidak disukai tidak ji' suka semua ji saya</i></p>	<p>sedangkan informan DJ, DGR, NDN, ADB, N, HDS dan DZ yaitu Makanan selingan seperti gorengan, biskuit, dan kue-kue yang di jual dipasar seperti pukis. Hal ini sesuai dengan pernyataan yang mengatakan bahwa makan selingan yang dikonsumsi yaitu gorengan dan makan asin ditambah lagi banyaknya penjual gorengan di wilayah tersebut. Berbeda dengan informan J yang mengatakan kopi dan rokok.</p>	<p>dipinggir jalan, nilai gizinya sudah berkurang kadang nyaris hilang. (Sutrisno 2018)</p>	<p>bakwan , tahu isi, coto, serta bakso, yang mereka dapatkan di pedagang dan mereka buat sendiri, serta kebiasaan meokok dan minum kopi.</p>
2	DGR,58 thn	<p><i>Makanang selingan kue-kue kan disini banyak kan penjual kan, jadi saya beli kue ji saja kayak itu kan di depan adaji adami penjual pukis itu biasa dibeli, sama sore itu buka mi juga gorengan. Biasa gorengan kalau sore seperti tahun isi, bakwan, molen, tempe-tempe krispy. Begitu begitu ji' (kepala mengangguk)</i></p> <p><i>Suka semua sama makanan tidak ada ji tidak disuka.</i></p>			
3	K, 39 thn	<p><i>Makanan diluar juga kadang juga iyya makan, kaya bakso begitu, sama tahu isi (menggerakkan jari), sama molen enak sekaali itu iyya kalau gorengan. Ku campur m iyya sama nasi jadikan ikan to' begitu ji' kadang.Kalau saya itu (menggerakkan tangan ke dada) makanan kesukaan ku itu gorengan, saya itu tidak suka sama makanan pahit begitu. Saya pokoknya itu suka yang makan anak-anak itu yang asin-</i></p>			

		<i>asin itu biasa makan kue ka yang di jual e yang seribuannnn</i>			
4	J, 57	<i>Kalau selingan, kopi ji iyya saya minum terus sama kadang itu juga ngerokok, sekarang itu ada masalah magh ku apalagi kopikan seperti itu kan (sambil menggerakkn tangan nya ke dada), sama ada juga ini penyakit gulaku, jadi kadang ka juga iyya minung labu siam, ini baru-baru juga. Tadi ini saya juga minum labu siam, saya parut ki' baru saya minum ki air na, saya sekarang itu hindari juga yang manis-manis. Di sukai semu ji makanan cuman sekarang ini sakit jadi pilih-pilih.(menyentuh kepala).</i>			
5	NDN, 60 thn	<i>makan-makan kue itu biasa juga yang digoreng, Ya... kalau makanan di suka semua kalau Saya lebih senang makan yang asin dari pada manis. Seperti jalang kote itu to saya biasa belli dipenjual kue kadang juga bukan Cuma jalan kote saya belli iyya, macam-macam (kepala mengangguk), mana mau saya lagi sa belli lagi iyya.</i>			
6	R, 45	<i>Makan selingan yah palingan basso sam mi, sama kadang biskuit tapi jarang juga (tertunduk tertawa).</i>			
7	HDS, 58 thn	<i>Makan selingan iyya kue-kue biasa ji' donat atau kue-ke najual orang biasa lewat bawa (menggerakan tangan) Kalau makanan sa tidak</i>			

		<i>suka nda ada ji saya rasa, suka semua ji'</i>			
8	N, 52 thn	<i>Kalau makanan tidak saya suka itu palingan ikan bandeng ji karna jijik, tapi suka semua ji semuaka makanang iyya yang penting enak ji dimakanang</i>			
9	DZ,60 thn	<i>Makan selingan jarang mi disini makan-makan diluar karna disini tidak seperti dibawa, paling-palingan itu roti ji sama biskuit, kalau goreng gorengan iyya saya tidak suka yanhh paling ituji' saya roti' sama kopi to'</i>			
10	ADB,58	<i>makanan selingan di seperti kue saya rasa tidak ada ji' kasi naik tensi ku biasa ja' kadang to' saya makan bonte to' kalu tensi saya naik tapi beberapa hari ini idak makang maka lagi seng, saya suka ji' iyya makan coto tapi jarang iyya belli adapi acara baru makang ka lagi. Suka semua jha saya makanang,</i>			

3. Kebiasaan makan penderita hipertensi yang berubah dan tetap

a. Kebiasaan makan pada penderita hipertensi

No	Informan	Data emik	Kesimpulan/Reduksi	Konsep emik	Konsep etik
1	DJ, 34 thn	<p><i>Kalau makan sekarang iyya ka banyakmi dibeli diluar, dulu iyya susah kalau mau belli makanang, tapi kadang jha juga saya belli diluar hahahaha (sambil tertawa) kalau ada uang.</i></p> <p><i>Sekarang iyya kan banyak mi itu minuman-minuman kue-kue yang anak-anak biasa makan, anakku itu, kalau dikasi lagi uang mie iyya nabelli na beli mi lagi itu pilus na campur di mie nya, kadang juga saya temani makan. Saya campur juga kadang mie sama nasi, kadang tong itu iyya mi na namakan saja tidak na nato ki'air deh, na jadikan q cemilang-cemilang begitu. Sama itu juga e minuman-minuman seribu, seperti the gelaska, sama itu minuman-minuman kopi, itu jhe iyya kalau anakku na makan kadang kodong tidak ada ji mahal-mahal ka tidak uang ini. Sama kadang juga beli juga somai kalau ada penjual lewat biar itu sudah makan nasi deh beli ton ji' juga biar kenyang beli lagi. Kalau dulu kan sudah ki makan nasi sudah mi lagi.</i></p>	<p>Peneliti lakukan, 9 dari 10 informan yaitu DJ, K, J, NDN, R, HDS, DZ, ADB, dan DGR mengatakan bahwa sangat mudah dalam mendapatkan makanan sehingga mempengaruhi kebiasaan makan seperti instan seperti mie instan, nugget, sosis bakso yang biasa langsung dimakan, ditambah lagi dengan banyaknya jenis <i>Frosen food</i> yang sangat mudah dalam pengolahannya, serta frekuensi makanan bertambah diluar dari jam makan, anak-anak zaman sekarang sangat suka dengan makanan tambahan. Hal ini sesuai dengan pernyataan menjelaskan bahwa Kebiasaan makan yang</p>	<p>Perubahan pola dan gaya hidup manusia pada saat ini. Kita dapat melihat salah satu contohnya yaitu semakin maraknya makanan siap saji atau biasa disebut fast food atau yang sering terdengar dengan sebutan makanan instant. Pada zaman dahulu peranan makanan junk food bagi para nenek moyang kita belum ada, karena pada zaman dahulu mereka lebih memilih menanam atau beternak sendiri untuk memenuhi bahan pangan yang</p>	<p>Perubahan kebiasaan makan akibat pola dan gaya hidup manusia, dimana frekuensi makan bertambah diluar jam makan, dikarenakan semakin maraknya makanan siap saji atau makanan instan seperti mie, nugget, sosis, bakso dll. Yang dapat menambah resiko terjadinya hipertensi. Sedangkan pada zaman dahulu belum terdapat makan instan, dikarenakan pada zaman dahulu</p>

i	DGR,58 thn	<p><i>Sekrang iyya banyak mi rasa dulu iyya cuma garam ji' di campur makan ka' na sekarang banyak rasa mi' Sekrang itukan iyya itu enak sekali mi karna makanan banyak sekali, yang dijual dan sudah banyak makanan instan yang sanagat mudah dalam pengolahan nya, itukan kalau anak-anak disini itu suka sekali beli diluar lauk kadang juga kalau saya lagi ini kan malas masak saya juga itu kan beli saja diluar to' lebih praktis juga, sekarang juga kan banyak sekali itu makanan-mekan beku di banyak sekali mi iyya sekrag merek-merek nya juga itu eeee apadi sekarang itu ee (menanyakan kepada anaknya) iya frozen food, itu hahah (tertawa) kita ini kan tidak kita tau begitukan kalau anak-anak sekarang kan banyak sekali dia tau kan banyak sekali dia sudah tau tentang makanan.</i></p>	<p>berubah pada penderita hipertensi yaitu kebanyakan makan sekarang itu makanan instan Sedangkan pada zaman dahulu makanan tidak semudah sekarang di mana penjual makanan masih sangat kurang dan kebanyakan makanan dimasak sendiri. Sedikit berbeda dengan pernyataan informan DZ yang mengatakan bahwa kebiasaan makan berubah dipengaruhi oleh lingkungan tempat tinggal.</p>	<p>mereka butuhkan. Tidak hanya sekedar untuk memenuhi bahan pangan tetap, mereka dapat menjualnya sebagai penambah penghasilan. Dari tahun ke tahun dapat dirasakan perkembangan jenis-jenis makanan terutama di negara kita sendiri yang berkembang dengan pesat, salah satunya makanan junk food karena pengaruh akan makanan luar negeri yang di perkenalkan di Indonesia dan sesuai dengan selera orang Indonesia (Sutrisno 2018)</p>	<p>makanan yang didapatkan semuda semua berasal dari hasil pertanian yang yang meraka miliki.</p>
3	K, 39 thn	<p><i>Makannya orang dulu di nasi ji palingan atau ubi tapi sekarang jarang mi orang makan ubi to' jadi nasi m sekrag iyya sama sekrag lagi suka sekali makan ayam krispi deh kumakan-makan ji tidak kusamakan nasi, ipar ku ku penjual ayam krispi to namurah ki najualkan ka ayamna ji sendiri, jadi murah ki najualkan iyya. Seringka iyya belli anaku kadang kusuru pi belli ki ka</i></p>			

		<p>say deh ma;as ku kadang keluar-keluar Saya itu sama anakku ada sudah saya belli cemilan (menunjuk toples yang berisikan kacang dan membuka kaleng yang berisi biskuit), ini ku makan-makan saja kalau saya sudah makan nasi, atau ini ji kadang juga kalau saya lagi malas bergerak to kumakan terus saja ini sambil nonton ngatuk tidurma lagi hahaha (ketawa). Itu ji yang saya rasa yang berubah. Kan sekarang tidak tinggal sama orang tua kan jadi semau ta saja mau masak atau tidak.</p>			
4	j, 57	<p>Keseringan makan makakan asin, gorengan sama santan juga to' itu juga sekarang kan Makanan itu sudah banyak penamba rasakan, Kalau sekarang yah yang berubah itu dulu kan saya bisa makan nasi saja sama ikan, itu saya sudah kenyang , (memegang perut) sekarang itu kalau cucu saya datang biasa saya kasikan uang baru dia pergi belli kue saya kadang temani makan, kan disinika itu saya jaga cucu kalau ortuanya pergi kerja kan jadi kalau ad aitu cucu itu enak rasany (sambil tersenyum)</p>			
5	NDN, 60 thn	<p>Nah, sekrang itu banyak mi itu nuget- nuget itu apa aitu yang ditusuk (sambil befikir menundukkan kepala), somai- somai begitu di campur sama bumbu ituSekarang kan sudah enak yah banyak</p>			

		<i>yang jual nugget, sosis dan bisa langsung tinggal goreng dan bisa langsung dimakan tidak usah lagi repot-repot. Dulukan cuman ikan, anak-anak suka iyya belli baru annati kan tinggal di goreng</i>			
6	R, 45	<i>Kalau sekarang iyya ada mi basso di goreng, ka saya jual ka basso goreng tapi jarang ja' iyya makan. Dulu mungkin iyya ubi ji sama ikan namakan ka dulu jarang nasi di' yah sekarang itu yah bayak mi nasi., Kalau dulu kan masih tinggal sama orang tua yah, jadi selalu itu ada sayur, sekarang istri juga sibuk kadang cuman ikan kering sama nasi yang ada di meja itu saja yang dimakan.</i>			
7	HDS, 58 thn	<i>Kalau kan dulu itu tidak itu namanya tahu isi, kan dulu itu biasanya kalau mau makan cemilang-cemilang itu kang biasanya orang tua itu tidak dibilang beliiki goreng disana d' tidak ada enak sekrang karna banyak to nak' jadi itu sekarang na banyak hipertensi iyya ka sembarang m makanang ka' kan dulu iyya cemilang termasuk mi itu pisang goreng, kue talam, Sekarang yah enak mi banyak penjualkan kalau mau belli tahu isi, bisa langsung beli, dulu itu (menggerakkan tangan) belum ada begini jadi sekarang kalau mau makan lebih gampang to'</i>			

8	N, 52 thn	<p><i>Makanang sekarang iyya enak sekarang itu uang mami hahaha (tertawa), kang itu banyak mi di jual ka tela-tela, natambah bumbu-bumbu. Sama ayam krispi juga eank sekali juga itu iyya itu mi juga kapang banyak mi orang yang hipertensi to ka begituang mi semua namakang sekarang Kalau sekarang kan enak banyak rasa masakan, misalnyakan itu tela-tela kan enak itu banyak rasanya itu saya suka itu, saya kadang beli itu atau saya beli itu bumbunya baru saya biking sendiri, lebih banyak iyya kalau saya bikin sendiri hahahaha (tertawa)</i></p>			
9	DZ,60 thn	<p><i>Kalau sekarang kan kebiasaan makan beda sekali ituu dulu kan saya tinggal dipalu jadi saya itu sering makan sayur dulu itu masih saya petik-petik sayur yang saya tanam sendiri sekarang. Sekarang itu makanan yang berubah itu saya sudah tidak makan sayur, selama saya disini, Cuma nasi saja sama ikang say aitu saja yang berubah</i></p>			
10	ADB,58	<p><i>Dulukanng itu makanag jarang iyya dibelli sekarang iyya beli semua m to jadi begitu ji'memang enak mi iyya (nada meninggi) sekarang, sekarang itu juga banyak pengawet jadi yahh itu juga mungking biking hipertensi, Sekarang enak banyak pilihan makanan, kadang itu enak juga itu makan basso kadang itu</i></p>			

		<i>saya kalau sudah makan nasi baru anak anak juga sudah sudah makan na lewat lagi itu penjual bakso kadang itu beli anak-anak n akita ikut tommy ki juga makan iyya</i>			
--	--	--	--	--	--

b. Perubahan bahan makan

No	Informan	Data emik	Kesimpulan/Reduksi	Konsep emik	Konsep etik
1	DJ, 34 thn	<i>Ka sekarang banyak piksin sama di tambah royco. Ka dulu cumu garam ji, tapi lebih banyak jhe iyya saya pake garam, tapi kadang juga saya campur viksin garam sama royko, boleh itu? (sambil bertanya alis terangkat), nda boleh di hahhah itu mi mau ditau tidak boleh pale di. sayur ku iyya ku peke semua viksin garam, royko, biasa sayur daun ubi, sayur labu siam, biasa ku masak bening, tidak ada campuranya labu siam to saja, rebung juga tapi jarang iyya biasa satu kali satu taung kumasak itu jhe iyya sayur ku kol juga jarang banyang jarang kangku biasa jhe iyya cuman jarang ku tumis biasa kangku royco jhe iyya ku pake kalau</i>	7 dari 10 informan sejalan dengan mengatakan bahwa perubahan bahan makan dari masa ke masa yaitu dapat dilihat pada masa kini bahan makanan sangat bervariasi, misalnya royco, masako vetsin, serta banyaknya di temui bahan makanan dalam bentuk bubuk misalnya bawang putih, merica, ketumbar, lebih memudahkan dalam mengolah makan sedangkan pada masa lalu bahan makanan hanya memanfaatkan penambah rasa dari garam dan kepala ikan kering yang ditumbuk lalu dicampurkan pada makanan. Berbeda dengan	Zaman modern ini pola hidup manusia berubah. Pola hidup yang awalnya sehat berubah perlahan-lahan menjadi tidak sehat. Seiring dengan kemajuan zaman, mulai timbulnya makanan cepat saji dan makanan berkolesterol tinggi, yang saat ini sudah menjadi kebiasaan dan sering dikonsumsi oleh masyarakat sehingga menyebabkan pola hidup yang tidak baik (Pela, 2018). Perubahan hidup modern yang saat ini dianut oleh manusia cenderung	Pola hidup yang awalnya sehat perlahan-lahan berubah, seiring dengan perkembangan zaman, dimana pada masa kini bahan makanan sangat bervariasi dan terdapat banyak bahan makan yang instan misalnya bawang putih, merica, ketumbar dan penyedap rasa misalnya royko Masako, viksin. Sedangkan pada zaman

		<i>tumis. Kalau ikan iyya cuman garam jhe ku campur mi juga asam sampai tidak ada airnya kalu disini kita bilang pallu badabulo.</i>	pernyataan informan NDN, DZ, dan ADB yang mengatakan bahwa bahan makanan sekarang sudah banyak mengandung pengawet..	membuat manusia menyukai hal-hal yang instan. Akibatnya, mereka cenderung malas beraktivitas fisik dan gemar mengonsumsi makanan yang instan, yang memiliki kandungan natrium yang tinggi (Ratnawati & Aswad, 2019).	dahulu bahan makanan hanya memamatkan penambah rasa dari garam dan kepala ikan kering yang ditumbuk lalu dicampurkan pada makanan.
2	DGR, 58 thn	<i>viksin royko, Masako. Kalau dulu saya makan ka kadang 2 kali jii' satu hari pagi sama sore, sekarang iyya 3 kali mi iyya (menggerakkan tangan). Anak sekrang juga itu selalu makan mie iyya sama bakso, ayam krispi, dulu iyya Cuma ikang tonji' sekarang edededeh banyakna mi (sambil menggelengkan kepala). Itu toommi sekrang orang gampang sakit di' untungnya sekrang iyya ada BPJS di hahah (ketawa). Mungkin iyya bagus ki makan dulu di jadi bagus mungkin kalau bisa kayak dulu tapi susah iyya pasti. Ka sekrang banyak sekali penjual makanan.</i>			
3	K, 39 thn	<i>Bahan makanan di' semacam royko begitukan, sekarang iyya banyak sekali mi to' itu merica</i>			

		<p><i>bubukkan bawang putih juga pokoknya sekrang itu banyak sekali ki itu bahan makanan yang instan dalam bentuk bubuk kan, kita tidak cape-cape mi lagi, iyya mau kupas mau sangriya dulu itu bahan ka kalau kita mau masak kan biasanya itu kan kalau dulu itu kita mau masak daging itukan kita sangriyya lagi ketumbar kan sama kayu manis itu biasa, sekarang iyya tidak mi ka ada mi bubuknya lebih praktis ki, dulu itu yah Cuma garam ji dulu kan.</i></p>			
4	j, 57	<p><i>sepertri mi Masako, vixsin, sama banyak juga sekarang itu pewarna makan ka jadi itu semua miitu yang bikin sekarang ini penyakit tambah banyak. Seperti mi hipertensi. Kan itu semuakan dari makanan kan. Seprti itu kalau Menurut saya.</i></p>			
5	NDN, 60 thn	<p><i>ini-ini semua mi ini makang makang banyak pengawetnya sama banyak garam na begitu na itu dimakang sekarang,macam-macam</i></p>			

		<p><i>tommi iyya bahan na dulu itu kan kalu kita mau bikin bolu-bolu begi kita pake poteng ji' tape to' (mimik muka serius dan menggerakkan jari) sekrang banyak sekli m di itu pengembang-pengembang</i></p>			
6	R, 45	<p><i>dulu basso di makan ji sama mi di, sekarang adami basso goreng, bakar di tambah kecap Lombok mayonais campur kacang to yang dihaluskan di' campur jadi enak m iyya sekrang. Itu mi juga iyya lagi bisa naik tekanang makan di, tapi tetap iyya di jual ka saya jual ji' iyya basso goreng di sekolahyya. Yah mungkinitu juga bahan-bahan di biasa bikin tensi mungkin di' sebaiknya mungkin di, hindari ki iyya kalau bisa. Tapi susah iyya hahah (sambil tertawa</i></p>			
7	HDS, 58 thn	<p><i>Bahan viksin, sama Masako banyak itu di pake kayak bakso begitu, saya makan iya cuman tidak terlalu, ayam potong juga itu menuru orang to nak bisa juga bikin hipertensi kan kita dengar l biasa cerita jadi pasti</i></p>			

		<i>kita tau juga, nak dulukan itu palingan garam ji nak,</i>			
8	N, 52 thn	<i>sekarang juga itu banyak sekali viksinna makan ka jadi itu mi kapang juga bisa biking hepertensi ka'</i>			
9	DZ,60 thn	<i>sekarangkan sayurnya itu sudah di semprot kan juga (menggerakkan tangan) itu dulu itu ikan nya itu selalu segar-segar , sekarang kan tinggal disini mungkin ikan nya itu sudah ada yang pake'ki formalin kan, kan kita tidak juga setau saya itu ikan dari luar jadi bisa saja itu ikan di formalin, barang kali ini ini bisa juga menaikkan hipertensi, karena makan sudah tidak segar atau bahkan juga bisa muncul penyakit lain.</i>			
10	ADB,58	<i>orang kah sekrang juga banyak mi itu iyya basso bkso na jual orang nugget juga bayak mi juga iyyya itu pengawetnya jadi itu semua m itu bisa biking hiperetensi, kalau bisa iyya kurangi makan makanang asing sama masak</i>			

		<i>dirumah bagus bisa di tau to apa-apa saja di campurkang to'</i>			
--	--	--	--	--	--

c. Kebiasaan makan zaman dahulu yang masih bertahan

No	Informan	Data emik	Kesimpulan/Reduksi Konsep emik	Konsep etik	Preposisi
1	DJ, 34 thn	<i>Kalau dulukan itu saya tinggal bertikan sama mama ku' kaka satu, jadi saya masih ingat itu kita tanam ubi jagung, kadang juga ini kan, kita pergi bantu panen to' di kebun nya orang, jadi itu ji' kita juga dikasiki biasa hasil panennya jadi itu yang kita masak, kebiasaan iyya dulu mamaku selalu makan ikan asin na kadang juga bukan iyya cuman keseringan itu iyya' ka ini juga kan bapak saya pergi jadi bertija ja kodong tinggal sama mama ku (menunduk mata berkaca-kaca). Makanan dulu iyya bagus... sekali kan kita baru kita makan to' jadi lama di simpan. Biasakan dulu itu</i>	Kebiasaan makan zaman dahulu menurut informan, mengatakan bahwa kebiasaan makanan dahulu sangat sehat dikarenakan bahan makan hasil dari tanamannya sendiri seperti padi, ubi, beras jagung, beras merah, Kebiasaan makan yang masih bertahan yaitu olahan kue seperti pisang ijo, pallu butung dan olahan ikan pallu ce'la	Pada zaman dahulu mereka lebih memilih menanam atau beternak sendiri untuk memenuhi bahan pangan yang mereka butuhkan. seperti jagung, ubi kayu dan lain sebagainya. Dapat diartikan bahwa cara seseorang atau kelompok untuk memilih makanan juga sangat dipengaruhi	Kebiasaan makan zaman dahulu menurut informan, mengatakan bahwa kebiasaan makanan dahulu sangat sehat dikarenakan bahan makan hasil dari tanamannya sendiri seperti padi, ubi, beras jagung, beras merah, dapat diartikan bahwa cara seseorang

		<p><i>makanan kita masak ji sendiri jarang belli diluar to', . Seperti masak ikan pallu ce'la iyya masih kita masak sampai sekarang, sama pallu badabulo bedalagi cuman garam iyya campuranya sama asam kita masak sampai tidak ada airnya to'</i></p>	<p>dikarenakan dapat di awetkan agar bisa olah Kembali serta makanan tersebut mampu menampilkan kekayaan makanan tradisional.</p>	<p>oleh lingkungan mencakup produksi dan ketersediaan pangan setempat (Khumaidi, 1994).</p> <p>makanan tradi</p> <p>sional atau kuliner lokal</p> <p>ialah</p> <p>produk makanan yang sering dikonsumsi oleh suatu kelompok masyarakat atau dihidangkan dalam perayaan dan waktu tertentu, diwariskan dari generasi ke</p>	<p>atau kelompok mendapat memilih makan yang di pengaruhi faktor lingkungan dan keadaan daerah setempat.</p> <p>Menu tradisional atau kuliner local ialah produk makanan yang dikonsumsi kelompok, yang diwariskan dari generasi ke generasi seperti kue lapis, cucur, pallu butung, pisang ijo, roko-roko unti, yang dibuat tanpa atau dengan</p>
2	DGR,58 thn	<p><i>Cara makan nya iyya orang dulu ya' bagus di karnna orang dulu iyya tanam ki sendiri baru itu namakan, jadi alami iyya makananna, orang dulu ya juga makan ikan asin sama orang tua dulu itukan selalu makan sayur santan ka' itumi mungkni kasi hipertensi di' tapi ini mama ku to tua mi ini baru na kenna iyya hipertensi. Kalau yang masih bertahandi palingan iyya ikan pallu ce'la, eee pallu mara' sama kue-kue yang biasa di jual itu d pasarkan kayak kue lapis, kue cucuru, itu ji' mungkin</i></p>			

3	K, 39 thn	<p><i>Orang tua dulu itu kebiasaan makannya lebih sehat ki' karna in ikan mereka tanam kan, seperti ubi, padi, kan biasa mereka tanam sendiri, nanti itu lagi yang dierebus dibanding sekarang, apa di itukan mereka pake garam saja tidak pake seperti Masako royko kan, sama masakan dulu palingan kalau ikan pallu ce'la sama ubi, atau nasi dengan jagung dia campur. Dulu itu kita makan 2 kali dalam sehari pagi sama sore, orang tua saya itu jarang makan malam. Ikan ji' mungkin seperti cara masaknya to begitu ji'</i></p>		<p>generasi, dibuat sesuai</p> <p>dengan resep secara turun-temurun, dibuat tanpa atau dengan</p> <p>sedikit rekayasa, dan mempunyai</p> <p>karakteristik tertentu yang</p> <p>membedakannya dengan kuliner daerah lain</p> <p>Septiyana, (2020)</p>	<p>sedikit rekayasa, dan mem</p> <p>punyai karakteristik tertentu yang</p> <p>membedakannya dengan kuliner daerah lain.</p>
4	J, 57	<p><i>Kalau orang tua dulu kan itu makan nya kan masih sehat kan, seperti dia makan itu yang dia tanam sendiri seperti misallkan ubi, nasi kadang campur jagung</i></p>			

		<p><i>itukan orang tua dulu bilang itu nasi jagung tapi sekarang sudah tidak itu yang begituan, sekarang itu nasi putih saja, sangat jarang itu anak anak sekrang makan nasi jagung, tapi kalau bikin hipertensi kan mungkin orang tua di itu kebanyakan juga makan santan. Yah kalau yang biasa ada dirumah yah kue-kue begitu, seperti kue-kue putu, kadang itu istri saya buat itu sama ikan juga, dimasak nanti bisa d goreng lagi saya rasa seperti itu</i></p>			
5	NDN, 60 thn	<p><i>Kalau orang tua dulu itu kan makanan nya dulukan belum banyak macamnya kan, palingan itu ji, ubi direbus, pisang direbus sama dulu itu nasi sama jagungkan dicampur juga, biar banyak kan. Kalau makan dulu tu kue nya saya selalu bikin sama masak ikannya kan, itu ji saya rasa</i></p>			

6	R, 45	<p>Orang tua ku iyya tida hipertensi iyya ka mungkin beda ki iyya makan nya. Sama saya ka saya ikang kering tonji kumakang nga'. Tidak taumi iyya itu kalau makanang apa dulu itu yang bisa biking hipertensi santang mungkin juga di' ka orang dulu iyya masak na ada terus santang na di sayurna. Nacampur mi nasina Jarang istri saya masak makanan dulu beli juga saya jarang.</p>			
7	HDS, 58 thn	<p>Kalau dulu iyya yang masih dimakan sampai sekrang ikang pallu ce'la sama pallu mara' itu to masi' makang nga iyya, dicampurmi itu smaa nasi jagung ka dulu itu to susah sklaki nasi putih, Kalau makanan dulu tu roko-roko unti to' smaa kue kue pisang ijo</p>			
8	N, 52 thn	<p>Orang tua dulu iyya to' makanang nya itu ubi nasi jagung, nasi merah, dulu juga (menggerakkan tangan) itu ada orang dulu</p>			

		<i>iiya makan batang pisang yang didalam itu, tapi tidak ada m iiya sekarang begitu tidak perna ma juga saya dulu ji. Saya masih makan ji iiya ubi rebus, kadang, sama ikan juga begitu macam pallu ce'la, pallu mara itu-itu jhi saya.</i>			
9	DZ,60 thn	<i>Orang dulu kebiasaan makan nya itu yah palingan kalau arang dulu itu makan ikan ikang garam kan dulu susah ikan kan sama nasi jagung itu tapi sarasa itu orang dulu itu tidak banyak hipertensi karna makanannya masih sehat to masih alami, Kadang kue saya belli di luar seperti roti-roti, sama kue-kue lapis yang seribuan itu, ka kalau mau masak saja susah</i>			
10	ADB,58	<i>Orang tua dulu iiya kurang makan yang asin asing tidak seperti (menggelengkan kepala) sekarang to banyak mi macamnya, kalau orng tua dulu masaknya itu tidak</i>			

		<i>banyak camprannya mama ku saya dulu itu makang iyya dua kali ji; satu hari sekarang kebanyakang itu orang makan 3 kali to. kalau masih biasa ku makan kue-kue dulu itu roko unti, sama surabeng tapi kadang ka iyya bikin itu, biasanya juga belli ka iyya tapi lebih enak iyya kalau kita sendiri biking</i>			
--	--	--	--	--	--

d. Pengolahan makan tradisional

No	Informan	Data emik	Kesimpulan/Reduksi Konsep emik	Konsep etik	Preposisi
1	DJ, 34 thn	<i>makan dulu iyya namasak ki pake kayu sekraang na kompor mami sama dulu tidak adapi royko sama viksin sekarang ada mi. makanan diolo ubi iyya diolo kodong, jagung diiris-iriski mane ni pallu naik, anu kamma riejolo o ama kamma tena mo. Kadang jo iyya makan ki ubi ada pi</i>	Pengolahan makanan tradisional adalah proses pengubahan bahan mentah menjadi siap santap, 8 dari 10 mengatakan bahwa makanan tradisional hanya memanfaatkan garam sebagai	Pengolahan makanan adalah proses pengubahan bentuk dari bahan mentah menjadi makanan siap santap. Dalam pembuatan makanan tradisional	Pengolahan makanan tradisional adalah proses pengubahan bahan mentah menjadi siap santap contohnya makanan

		<i>dikebun na makan ki lagi. Kalau tidak ada tidak tonji.</i>	<p>penyedap rasa dan menggunakan kayu bakar serta menggunakan bahan-bahan alami, berbeda dengan pernyataan informan R dan J makanan dulu sering diolah dengan penambahan santan sehingga dapat memicu hipertensi</p>	<p>biasanya menggunakan alat-alat yang masih tradisional dan cara pengolahan makanannyapun memiliki kekhasan. Arsanti Lestari (2018)</p>	<p>tradisional hanya memanfaatkan garam sebagai penyedap rasa dan menggunakan kayu bakar serta menggunakan bahan-bahan alami.</p>
2	DGR, 58 thn	<i>kalau dulu na makanan nya na masak ji' di api sekaraang di kompor sama kalau dulu iyya garam jhe napake sekarangkan banyak mi ada mi juga itu kayak bumbu balodo samaj jagung-jagfung bakar to banyak m juga di makan nacampur bayak juga itu viksin na</i>			
3	K, 39 thn	Pokoknya dulu itu lebih sehat iyya tidak bayak ki' campuranya makanan ka'			
4	J, 57	Makanan dulu itu sering ki oakai santan itu salah satunya pemicu hipertensi dulu			
5	NDN, 60 thn	<i>Ikang dulu itu dimasakseperti pallu ce,la. Pallu mara, sama dulu orang dulu kan kalau masa sayur itu kadang itu kepalanya ikan kering di masukkan juga sayur sama garam saja, enak sekali mi itu dulu, karna kan dulu itu</i>			

		<p><i>belum banyakan penjual seperti sekarang, kalau makanag dulu bikin hipertensi kan itu, seperti kelapa ka dulu itu kadang itu kelapa di capur saja sama garam itu sama bawang lombok enak sekali mi dulu itu, sekarang deh banyakna mi iyya makanan di luar kan di jual mau q makanan apa ada semua mi tinggal uang mami ini kalau banyak uang ta kan bisa belanja</i></p>			
6	R, 45	<p><i>seperti labu kuning iyya enak ki itu di campur santang, tapi jarang mi iyya sekarang makan ka labu kuning dulu ji iyya selalu. Mungkin beda mi iyya juga kalau dulu iyya masih namasak pake kayu sekarang iyya kompor mami di pake sama sekarang pake mi masaka orang iyya.</i></p>			
7	HDS, 58 thn	<p><i>ikang dulu iyya Cuma garam ji, tidak ada ki iyya penambah rasanya. Meraka juga tau cara awaetkan ki</i></p>			

		<i>ikan seperti dimasak pa'lu ce'lakan, atau itu ikan nya dulu iyya di asapi ki' bisa itu tahan sampai bebrapa hari, orang dulu itu iyyya tidak tau ki pengawet makanan, penambah rasa tapi tetap enak makanannya. Dan lebih sehta dulu</i>			
8	N, 52 thn	<i>di kasi masuk kepalana ikang kering itu d campur sayur enak mi, dulu juga ubi rebus itu di masak sama terasi itu enak na deh itu juga biasa ku rebus ubi iyya tapi jarang m, kadang kadanga ji, sehat iyya kalau orang dulu iyya ka tidak sembrang iyya nakamakang ka palingan ubi ji. Na rebus samakng ikang itu m kenyang mi lagi.</i>			
9	DZ,60 thn	<i>cara olahnya itu kan masih di masak di kayu jadi itu-itu bikin beda sekali, memang itu na kalau di masak pake kayu sama gas beda ki' iyya rasanya.</i>			

10	ADB,58	Cara masaknya di itu makananya jarang di goreng kalau tidak dimasak			
----	--------	---	--	--	--

Wawancara Informan Kunci

1. Apa yang difikirkan mengenai kebiasaan makan yang dapat menyebabkan hipertensi

a. Kebiasaan makan

No	Informan	Data Emik	Reduksi Konsep Emik	Konsep Etik	Preposisi
1	DK, 45	<i>Makanan setiap hari yang selalu di ulang begitu. Disini itu makan nya tiga kali sehari, pagi, siang, malam, begitu ji' disini seperti yang lain.</i>	Kebiasaan makan sesuatu yang terus berulang terbagi dalam tiga waktu yaitu pagi, siang, malam. Yang dimana makanannya lebih di dominasi karbohidrat dibandingkan sayurmayur dan lauk pauknya.	Kebiasaan makan merupakan kebiasaan dalam memilih makanan yang mencakup jenis makanan, jumlah makanan yang masuk ketubuh, frekuensi, mengkonsumsi makanan, distribusi makanan dalam keluarga, dan cara memilih makanan yang diperoleh (Hafiza, 2020)	Kebiasaan makan sesuatu yang terus di ulang dalam hal memilih makan, jenis makan, serta jumlah makanan yang akan masuk ketubuh.
2	RS, 46 Thn	<i>Kebiasaan makan disini itu lebih yah kadang dua kali kadang tiga kali kalau saya iyya dua kali ji' saya itu malas makan malam, disini itu makanannya to' domoninpi karbonya... disini itu orang kalau blm makan nasi katanya belum makan, tapi setelah kita penyuluhan disini bahwa sudah sesuai dengan menu seimbang to meskipun sudah tidak mahal-mahal</i>			

b. Jenis makanan yang digandrungi oleh masyarakat

No	Informan	Data Emik	Reduksi Konsep Emik	Konsep Etik	Preposisi
1	DK, 45 thn	<i>Kebiasaan makan disini itu seperti nasi, sayur, ikan, memang kampung itu dia biasakan sarapan pagi. Kalau Menurut saya pribadi disini itu selalalu makan sayur yah kalau dirumah saya, yah... karena saya itu susah makan kalau tidak ada sayur, sayur saya masak bening ji' sama santan imbang ji' iyya begitu</i>	Kebiasaan makan yang digandrungi masyarakat pada umur anak-anak sampai 40an lebih dominan mengonsumsi fast food. Sedangkan orang tua masih banyak yang membuat sendiri makanannya, seperti nasi, ikan dan sayur.	jenis makan adalah berbagai macam variasi bahan-bahan makanan dengan berbagai macam jenis rasa, bentuk, ukuran . Menu yang disusun dengan kombinasi bahan makanan yang telah diperhitungkan dengan tepat akan memberikan hasil yang baik dalam segi kualitas maupun kuantitas (Untari & Wijayanti, 2017)	Kebiasaan makan yang digandrungi masyarakat yaitu makanan fast food karena makanan memiliki macam rasa, bentuk, ukuran dan tekstore.
2	RS 46 thn	<i>Ini tergantung umur kalau anak-anak remaja sampai 40 tahunan iyya sudah terkontaminasi tommy iyya sama fast food kan, makan tommy bakso-bakso, sama bayak tommy disini itu penjual-penjual ayam geprek. Sama shuki-shuki tapi kalau sudah tua iyya masak dirumah untuk kebutuhanya. Kalau orang-orang tua ka iyya kan masih masak ji dirumah iyya.</i>			

c. Pengaruh tingkat Pengetahuan dengan kebiasaan makan yang dapat menyebabkan hipertensi

No	Informan	Data Emik	Reduksi Konsep Emik	Konsep Etik	Preposisi
1	DK, 45 thn	<i>Saya rasa itu kan ee itu di kalau orang sudah tau kan dia sudah bisa hindarika apa yang boleh, apa yang tidak boleh, dia makan begitu jadi menurut saya sebaiknya itu mereka di beritahu agar mereka itu kan sudah bisa berfikir yahh, sudah bisa memilah milih to begi tu ji iyya.</i>	Pengaruh pengetahuan pada penderita hipertensi akan sanagat mempengaruhi cara berfikir dan mengambil keputusan dalam hal memilih makanan yang dapat mereka konsumsi.	Pengetahuan adalah suatu hasil dari rasa ingin tahu melalui proses sensoris, terutama pada mata dan telinga terhadap objek tertentu, pengetahuan juga merupakan domain terpenting dalam terbentuknya perilaku (Donsu, 2017)	Pengetahuan pada penderita hipertensi yaitu informan mengetahui hal-hal apa saja yang dihindari terhadap kebiasaan makan, maka akan membentuk perilaku pada informan.
2	RS 46 thn	<i>Kalau orang yang berpendidikan mereka sudah tau, oo makanan-makanan yang tinggi garam, ada minyanya itu harus dihindari pasti mereka sudah tau itu to' eee yah mereka tau kalau makan-makan garam itu mempengaruhi tekanan darah mereka sudah tau ini, ini akan sanagat berpengaruh sama kebiasaan makan nya, karnakan sudah banyak hipertensi to di sekeliling dan melihat dampaknya, pasti itu to' mereka pasti berupaya untuk menjaga kesehatannya.</i>			

d.Makanan sehari pengolahan makan yang mengakibatkan hipertensi

No	Informan	Data Emik	Reduksi Konsep Emik	Konsep Etik	Preposisi
1	DK, 45	<i>Pengolahan makan itu kan seperti kalau kita ini kan masukkan banyak garam atau kadang itu masakan ke asinan kan, masak sayur juga itu peke santan, setau saya itu kan bisa bkin hipertensi (mengerakkan tangan ke kepala) sebaiknya itu sayur kan di masak bening atau di tumis-tumis saja kan tapi biasanyakan kalau pakai kelapa itu lebih enak. Saya melihat masyarakat disini itu emmmereka juga kan sudah banyak yah yang belanja diluar jadi meraka itu sudah tidak repo-repo to, kalau masalah makanan.</i>	Pengolahan makan yang mengakibatkan hipertensi dengan cara di goreng, asin, dan bersantan dan makan yang instan.	Pengolahan makanan adalah proses perubahan bentuk dari bahan mentah menjadi makanan jadi/masak atau siap santao, dengan mempertimbangkan kaidah cara pengolahan makanan yang baik (Pidekso, 2016).	Pengolahan makan adalah suatu proses mengubah bentuk dan bahan mentah manjadi makakanan, terdapat beberpa cara pengolahan makan yang dapat menyebabkan hipertensi yaitu dengan cara digoreng, menggunakan banyak garam, dan bersantan serta menggunakan makanan instan.
2	RS 46 thn	<i>Yah pengolahan makan disini itukan seperti kita liat banyak dijalan-jalan kan sudah banyak penjual ayam goreng, itu sama masakan-masakan yang sudah siap saji itu semua mi itu pengolahan yang instan karna masyarakat disini itu suka juga membeli lauk dia masa saja nasi kan, baru dia belli saja lauk.</i>			

2. Tindakan penderita hipertensi dengan kebiasaan makan

a. Pencegahan mengenai kebiasaan makan yang dapat mengakibatkan hipertensi dari pihak Puskesmas/ kader

No	Informan	Data Emik	Reduksi Konsep Emik	Konsep Etik	Preposisi
1	DK, 45 thn	<i>Mungkin sebaiknya menghindari gorengan, yang asin-asin karna itu kan gorengan to sudah asin banyak lagi iyya minyak nya to. Jadi kalau itu to dihindarkan. Sama biasanya itu masyarakat sini itu minum ramuan-ramuan seperti sereh, jahe, daun sirsak sama binahong.</i>	Pencegahan mengenai kebiasaan makan yang mengakibatkan hipertensi yaitu dengan cara tidak mengonsumsi gorengan, makanan asin, serta yang bersantan. Serta mengonsumsi ramuan-ramuan herbal.	Secara teori, lemak memang diperlukan oleh tubuh sebagai zat pelindung dan pembangun. Tetapi, apabila konsumsinya berlebihan akan meningkatkan terjadinya plak dalam pembuluh darah, yang lebih lanjut akan menimbulkan terjadinya Hipertensi	Informan yang sudah mengetahui dirinya hipertensi, dengan cara melakukan pencegahan yaitu dengan cara tidak mengonsumsi gorengan, makanan asin serta yang bersantan karna apabila mengonsumsi berlebihan akan menimbulkan plak dalam darah, yang lebih lanjut akan menimbulkan terjadinya hipertensi.
2	RS thn	<i>Memang awal-awalnya kalau orang berhenti makan yang bergaram-garam tidak enak to kalau langsung dirubah sesuatu yang di ubah itu semua butuh proses to mereka kalau sudah liat buruknya hipertensi mereka pasti mau berubah, to. Sudah tidak makan yang di goreng, yang santan- santan. Jadi ada juga itu masyarakat sudah inisiatif cari daun- daun yang bisa menurunkan hipertensi seperti binahong itu kan.</i>			

b. Makanan selingan penderita hipertensi

No	Informan	Data Emik	Reduksi Konsep Emik	Konsep Etik	Preposisi
1	DK, 45 thn	<i>Disini itu masyarakatnya suka juga makan asin, kayak gorengan begitukan disini kan banyak penjual gorengan kan, jadi masyarakat disini suka makan gorengan, kalau tidak suka kurang tau saya karna disinikan beda-beda setiap orangnya. Setau saya itu masyarakat disini sangat suka sama gorengan jadi mungkin salah satu pemicunya, hipertensi disini.</i>	Makanan selingan penderita hipertensi yaitu kebanyakan penderita hipertensi mengonsumsi gorengan dan coto.	Makanan selingan merupakan makanan yang disajikan dalam jumlah kecil diantara makanan lainnya yang dinilai rentan terhadap malnutrisi	Makanan selingan yang menyebabkan hipertensi seperti gorengan dan coto yang dinilai rentan terhadap malnutrisi.
2	RS 46 thn	<i>Kalau disini kan iyu sudah inikan banyak penjual jadi banyak sekali tomme itu yang banyak mau na coba seperti itukan biasa klaw ada makan baru itu, biasanya itu banyak yang coba, tapi sekarang ini masyarakat paling itu konsumsi makanan yang berminyak-minyak sih kalau disini. Seperti itu kan coto sama gorengan d pinggir jalan, itu-itu semua yang sekarang banyak pembelinya.</i>			

3. kebiasaan makan penderita hipertensi yang berubah dan tetap

a. Kebiasaan makan yang berubah pada penderita hipertensi

No	Informan	Data Emik	Reduksi Konsep Emik	Konsep Etik	Preposisi
1	DK, 45 thn	<i>Orang tua dulu itu kan itu to masih sehat sehat makanannya kan, belum banyak yang instan kan, pokoknya lebih alami kan (mengerakkan tangan) kalau dulu kan ini ya... palingan cuman ikan sama nasi, ubi juga itu, sayur, jadi orang tua dulu itu sehat-sehat ki tidak gampang sakit, setau saya yah mungkin itu orang dulu itu kebanyakan juga mantan santan, orang dulu na orang tua dulu itu tua betul pi itu baru sakit-sakit to', sekarang itu dehh biarlagi anak-anak banyak-banyak mi juga sakitnya. Sekrang kan kita tau sendiri banyak sekali mami itu penyedap-penyedap rasa kan yang biasa kalau ibu-ibu tu lebih simple seperti klau sekarang mau goreng ikan lagi adami juga bumbu langsung jadi, nasi goreng instan juga bumbunya saya rasa sekarang sudah banyak yang bumbu-bumbu instan yang lebih membuat kita ni sekarang lebih</i>	Kebiasaan makan yang berubah pada penderita hipertensi, zaman dahulu itu kebiasaan makan meliputi nasi, ubi, lauk dan sayur dan ikan. Kebanyakan konsumsi santan menyebabkan tinggi hipertensi pada masa itu, sedangkan pada masa kini kebiasaan makan sangat mengandalkan makanan instan, yang mudah didapatkan dan harga murah. Misalnya Produksi ayam goreng tidak hanya di miliki oleh KFC tetpi masyarakat juga sudah banyak menjual dengan harga lebih terjangkau dan hal ini berakibat pada kebiasaan makan. Selain ini sudah maraknya prozen food	pada jaman sekarang jenis-jenis produk makanan yang siap saji semakin hari semakin inofatif karna makanan siap saji pada jaman sekarang lebih banyak di minati dibandingkan dengan maknan rumah (Dewi, 2017)	Kebiasaan makan yang berubah yaitu pada zaman dahulu makanan masih sangat alami, sedangkan pada zaman sekrang kebiasaan makan mengandalkan makanan-makanan instan.

		<p><i>mudah dalam membuat makanan, saya tidak tau yah apakah ini bumbu instan. memang sudah banyak jenis makanan to yang sekarang dijual-jual jadi sekarang itu sudah banyak yang berubah di seprti kita ini kalau sekarang banyak mi itu dijalan-jalan itu penjual-penjual berger kan bukan mi sekarang cuman di KFC yang jual itu biar lagi kita-kita ini bisa ji juga iyya bikin berger, makanan-makan instan pokoknya sekrang itu enak sekali mi, ikan-ikan beku kan itu sekrang gampang sekali mi didapatkan , Menurut saya itu sekarang lebih tinggi lagi terkena resiko penyakit misalnya hipertensi kan seperti itu</i></p>			
2	RS 46 thn	<p><i>Orang tu dulu itu kan dia makan-makanan yang sehat dan alami bukan makan yang instan. Sekarang itu kan banyak mi hisanah-hisanah yang murah-murah. Ada juga itu lebih praktis lagi prozen food, jadi ibu-ibu bias aitu saja dia bellikan baru ini dia masak dirumah.</i></p>			

b. Perubahan bahan makanan

No	Informan	Data Emik	Reduksi Konsep Emik	Konsep Etik	Preposisi
1	DK, 45 thn	<i>Sekarang kan kita tau sendiri banyak sekali mami itu penyedap-penyedap rasa kan yang biasa kalau ibu-ibu tu lebih simple seperti klawu sekarang mau goreng ikan lagi adami juga bumbu langsung jadi, nasi goreng instan juga bumbunya saya rasa sekarang sudah banyak yang bumbu-bumbu instan yang lebih membuat kita ni sekarang lebih mudah dalam membuat makanan, saya tidak tau yah apakah ini bumbu instan memiliki efek bagi Kesehatan atau tidak ya.....</i>	Perubahan bahan makanan sudah banyak yang instan dan sangat mudah dalam pengelolannya dan sangat praktis.	Bahan makanan adalah komposisi yang terdiri dari berbagai jenis komponen yang digunakan sehingga menghasilkan suatu produk makanan. (Firmansyah dkk, 2020)	Perubahan bahan makanan pada saat ini kebanyakan bahan makan di dalam bentuk instan serta berbagai jenis komponen yang dapat menghasilkan makanan yang lebih praktis.
2	RS 46 thn	<i>Bahan makan sekarang itu sudah banyak sekali seperti bumbu dapur itukan sudah banyak macamnya, banyak merk nya sajiku, indofood, dll seperti bumbu nasi goreng instan, bumbu sayur, seperti sayur asam kan itu sudah tidak repo-repo lagi kita kan sekarang itu sudah serbah instan pokoknya. Dan lebih praktis</i>			

c. Kebiasaan makan yang masih bertahan dari generasi ke generasi

No	Informan	Data Emik	Reduksi Konsep Emik	Konsep Etik	Preposisi
1	DK, 45 thn	<i>Kalau menu tradisional itu yang masih bertahan itu kan misalnya kalau di makanan sehari hari kan itu to seperti pallu ce'la sampai sekarang itu masih banyak masyarakat yang bikin itu kan, kalau kue-kue itu yah masih banyak juga tapi sekarangkan labih praktis kalau belli kan. Walaupun rasanya sudah tidak sama sama yang dulikan</i>	Kebiasaan makan yang masih bertahan dari generasi ke generasi misalnya kue tradisional dan ikan pallu ce'la. Olahan kue tradisional tidak memiliki rasa yang sama seperti sekarang	Kebiasaan makan yang masih bertahan dari generasi ke generasi dikarenakan kebiasaan makan mampu menampilkan keunggulan dan kekayaan makanan tradisional (Rasyid, 2004).	Kebiasaan makan yang masih bertahan dari generasi ke generasi yaitu olahan kue dan olahan ikan pallu ce'la dikarenakan makanan mampu menampilkan kekayaan makanan tradisional.
2	RS 46 thn	<i>Menu makanan disini itu yang masih sering itu pallu ce'la ini mi ini menua andalnya disini, karna in ikan salah satu cara awetkan ikan jadi mereka itu masak dulu, dan bisa juga mereka goreng jadi ini mi ini yang selalu berteahan dan ini juga yang memicu hipertensi ka asin sekali ini. Ini bisa diolah lagi ditambahkan Lombok juga enak, itu ada juga yang menjual kan jadi sekrang lebih enak.</i>			

d. Cara mempertahankan menu tradisional

No	Informan	Data Emik	Reduksi Konsep Emik	Konsep Etik	Preposisi
1	DK, 45 thn	<i>cara mempertahankan menu tradisional itu dengan cara kita selalu mempertahankan atau selalu memasak dirumah atau kita beli di pasarka yang orng jual kan itu saya rasa itu cara efesiennya.</i>	Cara mempertahankan menu tradisional dengan cara memasak dirumah atau membeli dengan alas an lebih praktis serta menyarankan menu tradisional untuk	Makanan tradisional yang populer adalah makanan yang tetap eksis di masyarakat karena diminati dan disukai oleh berbagai kalangan	Menu makanan tradisional sangat baik untuk Kesehatan misalnya nasi jagung, beras merah yang dapat mengurangi kadar gula darah hal inilah yang membuat
2	RS 45 thn	<i>Kalau menurut saya itu kan banyak menu-menu tradisional itu kan sanagt bagus seperti itu nasi jagung itu saya bias aitu kalu penyuluhan di masyarakat saya sarankan sama penderita DM itu untuk dia makan itu, sama beras merah juga itu bagus juga.</i>	penderita DM, seperti konsumsi Nasi jagung dan beras merah.	Hal ini dibuktikan bahwa tersedianya jenis makanan tradisional dipasar, diwarung, kedai, bahkan dirumah makan yang tersebar diseluruh Negeri (Rasyid, 2004).	yang membuat makanan tradisional masih tetap eksis sampai sekarang.

Lembar Observasi

Judul penelitian: Kebiasaan makan Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Pallangga Kabupaten Gowa

Kegiatan yang di Observasi: Cara informan mengetahui dirinya hipertensi

Deskripsi Hasil Pengamatan

Informan merasakan sakit kepala bagian belakang

1. Kepala pusing
2. Penglihat kabur

Lama Pengamatan: 5 hari

Pengamat: peneliti

Kegiatan yang di Observasi: Kebiasaan makan, klasifikasi makan.

Deskripsi Hasil Pengamatan

Berdasarkan hasil observasi yang di dapatkan yaitu kebiasaan makan informan sebanyak 2 sampai 3 kali dalam sehari yaitu di waktu pagi menjelang siang sekitar pukul 10 sampai 11 dan sore pada pukul 4 sampai 6 sedangkan kebiasaan makan yang dilakukan 3 kali sehari yaitu pada pukul 7smpai 8 pagi, makan siang pukul 12 sampai 1 siang dan makan malam pukul 7 sampai 9 malam,

Hasil observasi yang didapatkan tidak sesuai dengan pernyataan informan DJ, HDS, dan N yang mengatakan bahwa klasifikan makanan yaitu nasi,

ikan dan sayur, tetapi hal ini berbeda dengan hasil observasi yang didapatkan yaitu informan tersebut tidak mengkonsumsi sayur dan hanya mengkonsumsi ikan dan nasi

Lama Pengamatan: 5 hari

Pengamat: peneliti

Kegiatan yang di Observasi: Makanan sehari-hari

Deskripsi Hasil Pengamatan

Berdasarkan hasil observasi informan memiliki kebiasaan makan yang dimana pada setiap hari informan tetap tersaji makanan yang digoreng.

Lama Pengamatan: 5 hari

Pengamat: peneliti

Kegiatan yang di Observasi: Pencegahan hipertensi dan makanan selingan**Deskripsi Hasil Pengamatan**

Berdasarkan hasil observasi informan memiliki tanaman binahong di pekarangan rumahnya, selain itu terdapat juga tanaman sereh, jahe dan sirsak, sehingga memudahkan sangat mudah didapatkan. Selain itu terdapat pula informan yang sedang mengkonsumsi rebusan daun binahong. Hasil observasi makanan selingan masyarakat banyak di temui di wilayah tersebut seperti dipasar sehingga sangat mudah dalam mendapatkannya, makanan selingan merupakan makanan yang disajikan dalam jumlah kecil di antara makanan lainnya yang dinilai rentan terhadap malnutrisi dan memicu naiknya tekanan darah.

Lama Pengamatan: 5 hari**Pengamat: peneliti**

Kegiatan yang di Observasi: kebiasaan makan yang berubah dan perubahan bahan makan

Deskripsi Hasil Pengamatan

Makan yang berubah pada penderita hipertensi

Berdasarkan hasil yaitu di wilayah tersebut sangat mudah mendapatkan makan di karenakan banyaknya pedang-pedagang makanan diwilayah tersebut. semua informan dapur informan menggunakan penambah rasa seperti vitsin, royko, serta bahan makanan bubuk yang instan seperti marica ketumbar, dan bawang putih bubuk. Perubahan bahan makanan sudah banyak yang instan dan sangat mudah dalam pengelolaannya dan sangat praktis.

Lama Pengamatan: 5 hari

Pengamat: peneliti

Kegiatan yang di Observasi: kebiasaan makan yang dipertahankan penderita hipertensi

Deskripsi Hasil Pengamatan

Berdasarkan hasil observasi hanya 9 informan yang masih menyajikan makanan tradisional sedangkan informan K tidak menyajikan makan tradisional seperti pallu ce'la. Sehingga dapat diartikan bahwa cara seseorang atau kelompok mendapat memilih makan yang di pengaruhi faktor kebiasaan dan keadaan daerah setempat.

Lama Pengamatan: 5 hari

Pengamat: peneliti

Lembar Telaah Dokumen

No	Aspek yang akan ditelaah dan Indikator	Nama dokumen	Hasil telaah dokumen
1	Gambaran tekanan darah pada informan yang berada di wilayah kerja Puskesmas Pallangga	Data penderita di Puskesmas	Terdapat grafik tekanan darah
2	Tanda dan gejala yang dirasakan informan ketika mengetahui dirinya hipertensi.	Data penderita di Puskesmas	Tidak terdapat dokumen yang menggambarkan gejala dari hipertensi
3	Pengetahuan dan Tindakan berkenaan dengan kebiasaan makanyang dapat menyebabkan hipertensi	Rekapan Posbindu	Tidak tersedia dalam bentuk dokumen
4	Kebiasaan makan informan yang berubah dan masih tetap yang menderita hipertensi	Data Posbindu	Tidak tersedia dalam dokumen

Matrix hasil wawancara, observasi dan lembar telaah

No.	Informasi dan kebiasaan makan	Sumber informasi	Hasil Wawancara,	Observasi	Dokumentasi	Instrumen
1	Gambaran tekanan darah pada informan yang berada di wilayah kerja Puskesmas Pallangga	Puskesmas			Gambaran hipertensi dari tahun: 2019:17.093 2020:1218 2021:1757 Mengalami penurunan dikarenakan masyarakat takut melakukan pemeriksaan ke Puskesmas.	1. Lembar telaah dokumen
2	Informan mengetahui dirinya menderita hipertensi	Informan		Informan merasakan pusing dan sakit kepala bagian belakan serta merasa lemas		1. Lembar observasi
3	Pengetahuan penderita hipertensi berkenaan	Informan dan informan kunci	Kebiasaan makan sebanyak 2 sampai 3 kali dalam sehari	hasil observasi yang di dapatkan yaitu kebiasaan makan informan		1. Pedoman wawancara 2. Lembar observasi

	kebiasaan makan		<p>klasifikasi makanan penderita hipertensi yaitu nasi, ikan serta sangat kurang dalam konsumsi serat seperti sayur dan buah.</p> <p>Menurut informan kunci masyarakat di wilayah kerjanya lebih banyak mengkonsumsi karbohidrat.</p> <p>Makanan sehari-hari yang diketahui dapat menyebabkan hipertensi yaitu Konsumsi ikan asin, santan, dan gorengan, coto dan daging telur dapat menyebabkan hipertensi. pengaruh pengetahuan terhadap kebiasaan makan yang</p>	<p>sebanyak 2sampai3 kali dalam sehari dengan nasi, ikan sayur tetapi Sebagian informan hanya makan ikan dan nasi,.</p> <p>hasil observasi informan memiliki kebiasaan makan yang sesuai dengan hasil wawancara.</p>		
--	-----------------	--	---	--	--	--

			<p>menyebabkan hipertensi</p> <p>Sebagian kecil informan memiliki kebiasaan makan sangat erat hubungannya dengan pengetahuan sedangkan</p> <p>Sebagian besarinforman mengatakan bahwa pengetahuan tidak dapat mempengaruhi kebiasaan makan</p> <p>informan kunci mengatakan bahwa pengetahuan terhadap kebiasaan makan yang dapat menyebabkan hipertensi saling berhubungan dikarenakan jika seseorang berpendidikan secara otomatis akan dapat</p>			
--	--	--	---	--	--	--

			menghindari makan-makan yang dapat memicu tekanan darah tinggi			
4	Tidak penderit hipertensi berkenaan kebiasaan makan	Informan kunci dan informan	<p>Kebiasaan makan dirasakan pada penderita hipertensi yaitu mengurangi makanan, seperti makanan yang di anggap dapat memicu tekanan darah tinggi misalnya, mengurangi konsumsi ikan asin, santan, gorengan.</p> <p>Apabila penderita hipertensi merasakan tekanan darah tinggi, maka penderita hipertensi membuat minuman herbal , informan menjelaskan</p>	<p>Informan memiliki tanaman binahong di pekarangan rumahnya, selain itu terdapat juga tanaman sereh, jahe dan sirsak, sehingga memudahkan sangat mudah didapatkan.</p> <p>Selain itu terdapat pula informan yang sedang mengkonsumsi rebusan daun binahong.</p> <p>observasi makanan selingan masyarakat banyak di temui di wilayah tersebut seperti dipasar sehingga sangat</p>		<ol style="list-style-type: none"> 1. Pedoman wawancara 2. Lembar observasi

			<p>bahwa kebiasaan makan makanan selingan pada penderita hipertensi bakso dan mie instan dan gorengan, biskuit, dan kue-kue yang di jual dipasar seperti pukis.</p> <p>Menurut informan kunci mengatakan bahwa makan selingan yang dikonsumsi yaitu gorengan dan makan asin ditambah lagi banyaknya penjual gorengan di wilayah tersebut</p>	mudah dalam mendapatkannya.		
5	kebiasaan makan yang berubah dan tetap pada penderita hipertens	Informan kunci dan informan	<p>Informan kunci dan informan</p> <p>Kebiasaan makan seperti instan seperti mie instan, nugget, sosis bakso yang biasa langsung dimakan, ditambah lagi dengan banyaknya</p>			

			<p><i>Frosen food</i> yang sangat mudah dalam pengolahannya, serta frekuensi makanan bertambah diluar dari jam makan sesuai dengan pernyataan informan kunci menjelaskan bahwa Kebiasaan makan yang berubah pada penderita hipertensi yaitu</p> <p>kebanyakan makan sekarang masa kini bahan makanan sangat bervariasi, misalnya royco, masako vetsin, serta banyaknya di temui bahan makanan dalam bentuk bubuk misalnya bawang putih, merica, ketumbar, lebih memudahkan dalam mengolah</p>			
--	--	--	---	--	--	--

			<p>informan dan informan kunci menjelaskan bahwa:</p> <p>Kebiasaan makan zaman dahulu menurut informan, mengatakan bahwa kebiasaan makanan dahulu sangat sehat dikarenakan bahan makan hasil dari tanamannya sendiri seperti padi, ubi , beras jagung, beras merah,</p> <p>Kebiasaan makan yang masih bertahan yaitu olahan kue dan olahan ikan pallu ce'la</p> <p>informan dan informan kunci mengatakan bahwa makanan tradisional hanya memanfaatkan garam sebagai penyedap rasa dan</p>			
--	--	--	--	--	--	--

			menggunakan kayu bakar serta menggunakan bahan-bahan alami sering diolah dengan penambahan santan sehingga dapat memicu hipertensi			
--	--	--	--	--	--	--

DOKUMENTASI PENELITIAN



Ket: Proses wawancara



Ket: Proses wawancara



Ket: proses telaah dokumen puskesmas



Ket: proses wawancara dan observasi



Ket: Pengukuran tekanan darah



Ket: Proses wawancara



Ket: Penyuluhan dengan Posbindu



Ket : Proses wawancara



Ket : Kunjungan Posbindu



Ket: Proses wawancara



Ket: proses wawancara



Ket: Proses wawancara



Ket: Observasi



Ket: Observasi



Ket: Observasi



Ket: Observasi



Ket: Observasi



Ket: Observasi

RIWAYAT HIDUP

A. Data Pribadi

1	Nama Lengkap	Wida Minarti
2	Agama	Perempuan
3	Jenis kelamin	Islam
4	Tempat dan tanggal lahir	Puttada, 10 Agustus 1997
5	Alamat	Perumahan Griya Alam Permai Blok E no 7
6	E-mail	Widaminarti801@gmail.com
7	No Telpon/HP	082188643276
8	Keluarga	
	a. Ayah	Darwis
	b. Ibu	Sarnah
	c. Saudara	Empat (4)
	d. Anak ke	Pertama (1)

B. Riwayat Pendidikan

Tahun	Tingkat Pendidikan	Nama Insitusi pendidikan	Fakultas / Jurusan/ Konsentrasi
2004-2009	SD	SD INP Mora IV	-
2009-2012	SLTP/SMP	SMP Negeri 1 Sendana	-
2012-2015	SLTA/SMA	SMA Negeri 1 Majene	-
2015-2019	SARJANA	Universitas Muslim Indonesia	Fakultas Kesehatan Masyarakat/ Promosi Kesehatan
2019-2022	Magister	Universitas Hasanuddin	Fakultas Kesehatan Masyarakat/ Promosi Kesehatan