ABSTRAK

Nama : Naila Nur Fauziah
Program Studi : Kedokteran

Judul Skripsi : Hubungan Kebiasaan Pola Makan terhadap Kejadian Hipertensi pada Pra Lansia dan Lansia di RW 07 Kelurahan Sumur Batu, Jakarta Pusat dan Tinjauannya menurut Pandangan Islam.

Latar Belakang: Hipertensi merupakan salah satu penyakit kronis yang banyak dialami oleh lansia, terutama di Indonesia yang memiliki populasi lanjut usia yang terus meningkat. Pola makan menjadi faktor penting yang dapat mempengaruhi risiko hipertensi. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengkaji hubungan antara kebiasaan pola makan dengan kejadian hipertensi pada lansia di RW 07 Kelurahan Sumur Batu, Jakarta Pusat, serta tinjauannya menurut pandangan Islam. **Metode:** Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif dengan desain analitik *cross-sectional*. Data diambil secara langsung melalui wawancara menggunakan kuesioner *Food Frequency Questionnaire* (FFQ) dan pengukuran tekanan darah menggunakan *spigmomanometer*. Responden penelitian adalah lansia di RW 07 Kelurahan Sumur Batu. Analisis data dilakukan untuk mengetahui hubungan antara pola makan dengan kejadian hipertensi.

Hasil: Hasil penelitian menunjukkan bahwa kebiasaan pola makan yang tidak teratur, khususnya konsumsi makanan tinggi natrium dan rendah serat, memiliki hubungan signifikan dengan peningkatan kejadian hipertensi pada lansia. Pola makan yang sesuai dengan prinsip *halalan thayyiban* dalam Islam dapat membantu mencegah hipertensi dengan menekankan pentingnya konsumsi makanan bergizi dan seimbang.

Kesimpulan: Terdapat hubungan yang signifikan antara kebiasaan pola makan dengan kejadian hipertensi pada lansia. Edukasi mengenai pola makan sehat, terutama yang sejalan dengan prinsip Islam, dapat menjadi strategi pencegahan yang efektif untuk mengurangi prevalensi hipertensi di kalangan lansia.

Kata Kunci: Hipertensi, Lansia, Pola Makan, Islam, *Halalan Thayyiban.*