

**HUBUNGAN KONSUMSI LEMAK DENGAN TINGKAT TEKANAN  
DARAH PADA LANSIA DI DESA GODEAN KECAMATAN LOCERET  
KABUPATEN NGANJUK TAHUN 2016**

(Studi kuantitatif di Desa Godean Kecamatan Loceret Kabupaten Nganjuk Tahun  
2016)

**ABSTRAK**

Hipertensi adalah keadaan saat tekanan darah lebih dari 140/90 mmHg. Salah satu faktor penyebab hipertensi adalah asupan makan yang tinggi lemak. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh konsumsi lemak terhadap tekanan darah pada lansia di wilayah desa Godean Kecamatan Loceret Kabupaten Nganjuk.

Penelitian ini termasuk penelitian deskriptif observasional dengan metode pendekatan cross sectional. Populasi penelitian adalah lansia di desa Godean Kecamatan Loceret Kabupaten Nganjuk. Sampling dilakukan dengan cara *Simple random Sampling* dengan besar sampel 47 orang. Kebiasaan konsumsi lemak diukur dengan menggunakan *FFQ (Food Frequency Questioner)* dan tekanan darah diambil dari data yang diambil saat posyandu lansia.-

Dari hasil analisis data didapatkan tekanan darah normal pada 21 responden (51%) dan konsumsi lemak kondisi baik pada 41 responden (87,2%). Dari uji *Spearman Correlation* menunjukkan adanya pengaruh konsumsi lemak terhadap tekanan darah penderita hipertensi pada lansia di desa Godean Kecamatan Loceret Kabupaten Nganjuk

**Kata Kunci : *Tekanan darah, Konsumsi lemak, lansia.***