



**HUBUNGAN INDEKS MASSA TUBUH, RLPP DAN ASUPAN ZAT GIZI
DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI PADA PRALANSIA WANITA DI
PUSKESMAS KECAMATAN CINERE TAHUN 2016**

SKRIPSI

ISMATUL KHASANAH

1210714034

UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

PROGRAM STUDI S1 ILMU GIZI

2016



**HUBUNGAN INDEKS MASSA TUBUH, RLPP DAN ASUPAN
ZAT GIZI DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI PADA
PRALANSIA WANITA DI PUSKESMAS KECAMATAN
CINERE TAHUN 2016**

SKRIPSI

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar
Sarjana Gizi**

ISMATUL KHASANAH

1210714034

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI S1 ILMU GIZI
2016**

PERNYATAAN ORISINALITAS

Skripsi ini adalah hasil karya sendiri, dan semua sumber, baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Nama : Ismatul Khasanah

NRP : 121 0714 034

Tanggal : 29 Juni 2016

Bilamana dikemudian hari ditemukan ketidaksesuaian dengan pernyataan saya ini, maka saya bersedia dituntut dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Depok, 29 Juni 2016

Yang Menyatakan,



(Ismatul Khasanah)

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai civitas akademik Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta, saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Ismatul Khasanah
NRP : 121 0714 034
Fakultas : Ilmu Kesehatan
Program Studi : S1 Ilmu Gizi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta Hak Bebas Royalti Non Eksklusif (*Non-exclusive Royalty Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul : “Hubungan Indeks Massa Tubuh, RLPP dan Asupan Zat Gizi dengan Kejadian Hipertensi pada Pralansia Wanita di Puskesmas Kecamatan Cinere Tahun 2016”.

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti ini Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pengkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan Skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Depok

Pada Tanggal : 29 Juni 2016

Yang menyatakan,



(Ismatul Khasanah)

PENGESAHAN

Skripsi diajukan oleh :

Nama : Ismatul Khasanah

NRP : 121 0714 034

Program Studi : S1 Ilmu Gizi

Judul Skripsi : Hubungan Indeks Massa Tubuh, RLPP dan Asupan Zat Gizi dengan Kejadian Hipertensi pada Pralansia Wanita di Puskesmas Kecamatan Cinere Tahun 2016.

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Tim Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Gizi pada Program Studi S1 Ilmu Gizi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta.



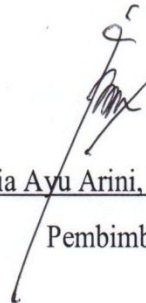
Sintha F Simanungkalit, S.Gz, MKM

Penguji I



Desak Nyoman Sithi, S.Kp., MARS

Dekan



Firlia Ayu Arini, MKM

Pembimbing



Ikha Deviyanti Puspita, S.Gz, RD, MKM

Ka.Prodi

Ditetapkan di : Jakarta

Tanggal : 29 Juni 2016

HUBUNGAN INDEKS MASSA TUBUH, RLPP DAN ASUPAN ZAT GIZI DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI PADA PRALANSIA WANITA DI PUSKESMAS KECAMATAN CINERE TAHUN 2016

ISMATUL KHASANAH

Abstrak

Hipertensi merupakan salah satu faktor risiko penyebab terjadinya penyakit kardiovaskuler. WHO (2014) mengemukakan bahwa penyakit kardiovaskuler merupakan pembunuh nomor 1 di dunia untuk usia diatas 45 tahun dan diperkirakan 12 juta orang meninggal tiap tahunnya. Berdasarkan Riskesdas (2013), prevalensi hipertensi di Indonesia pada kelompok umur 55-64 tahun 45,9%, prevalensi hipertensi di Jawa Barat sebesar (53,9 %). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara IMT, RLPP dan asupan zat gizi seperti lemak, natrium dan kalium dengan kejadian hipertensi pada pralansia wanita di Puskesmas Kecamatan Cinere. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan menggunakan desain studi *cross-sectional*. Sampel penelitian berjumlah 79 orang pralansia wanita usia 49-60 tahun. IMT dan RLPP diperoleh dari pengukuran antropometri. Asupan lemak, natrium, dan kalium diperoleh dengan menggunakan metode *food recall* 2x24 jam. Tekanan darah diukur dengan *sphygmomanometer*. Hasil analisis menunjukkan ada hubungan antara IMT ($p=0,000$), RLPP ($p=0,044$), asupan lemak ($p=0,000$) dan natrium ($p=0,000$) dengan kejadian hipertensi. Sedangkan asupan kalium tidak menunjukkan hubungan yang bermakna secara statistik dengan kejadian hipertensi.

Kata Kunci: IMT, RLPP, Asupan, Hipertensi.

THE CORRELATION BETWEEN BODY MASS INDEX, WAIST-HIP RATIO AND NUTRITION SUBSTANCES WITH INCIDENCE OF HYPERTENSION IN PRE ELDERLY WOMAN IN HEALTH DISTRICT CINERE 2016

ISMATUL KHASANAH

Abstract

Hypertension is one of the risk factors associated with cardiovascular disease. WHO (2014) hypertension was an important cause of death worldwide to review above age 45 years and an estimated 12 million people dies each year. Based Riskesdas (2013), the prevalence of hypertension in Indonesia on 55-64 year age group 45.9%, the prevalence of hypertension in west java (53.9%). Study aims to review determine relations between BMI, waist hip ratio and the intake of nutrients such as fat, sodium and potassium with hypertension in women pralansia in Cinere District Health Clinics. Research at the point of departure with quantitative studies using cross-sectional design. The study sample amounted to 79 people pre elderly women age 49-60 years. BMI and waist hip ratio tin from anthropometric measurements. The intake of fat, sodium, potassium and lead with a method using food recall 2x24 hours. Blood pressure was measured with sphygmomanometer. The analysis showed relationship between BMI ($p = 0.000$), waist hip ratio ($p = 0.044$), fat intake ($p = 0.000$) and sodium ($p = 0.000$) with incident hypertension. While potassium intake does not indicate Relationship meaningfully Statistical operates with incident hypertension.

Keywords: *BMI, waist hip ratio, intake, hypertension.*

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT atas segala karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini dengan judul "Hubungan Indeks Massa Tubuh, RLPP dan Asupan Zat Gizi dengan Kejadian Hipertensi pada Pralansia Wanita di Puskesmas Kecamatan Cinere Tahun 2016".

Dalam penyusunan skripsi ini tidak sedikit kesulitan dan hambatan yang peneliti jumpai, namun syukur Alhamdulillah berkat rahmat dan hidayah-Nya serta bimbingan dari berbagai pihak, segala kesulitan dapat diatasi dengan baik. Oleh sebab itu, peneliti ingin mengucapkan terimakasih kepada:

1. Ibu Desak Nyoman Sithi, SKp. MARS selaku Dekan Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan UPN "Veteran" Jakarta.
2. Ikha Deviyanti P. S.Gz., RD., MKM, selaku ketua Program Studi Ilmu Gizi UPN "Veteran" Jakarta.
3. Firlia Ayu Arini, MKM selaku Dosen Pembimbing yang telah sabar dalam membimbing dan memberikan banyak masukan
4. Sintha Fransiske Simanungkalit, S.Gz, MKM selaku Dosen Penguji
5. Ayahanda Nuritno dan Ibunda Sumirah tercinta yang telah memberikan kasih sayang, dorongan moril maupun materil yang tak terhingga.
6. Suamiku tercinta yang telah memberi dukungan dan segalanya.
7. Kepala Puskesmas Cinere yang telah mengizinkan peneliti untuk proses pengumpulan data-data yang diperlukan.
8. Ibu Eli selaku pembimbing puskesmas yang telah memberikan kesempatan dan membantu saya dalam penelitian ini.
9. Teman-teman tercinta Ajeng, Mutia, Hanah Puput dan teman-teman S1 Ilmu Gizi angkatan 2012.

Jakarta, 19 Agustus 2016

Ismatul Khasanah

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERNYATAAN ORISINILITAS.....	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	iii
PENGESAHAN	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI.....	vii
DAFTARTABEL.....	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR RUMUS	xiii
BAB I PENDAHULUAN	
I.1 Latar Belakang.....	1
I.2 RumusanMasalah.....	4
I.3 TujuanPenelitian	5
I.4 ManfaatPenelitian	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
II.1 Hipertensi	7
II.2 Faktor -Faktor yang Berhubungan dengan Hipertensi	10
II.3 Definisi Pralansia.....	25
II.4 Kerangka Teori.....	27
BAB III METODE PENELITIAN	
III.1 Kerangka Konsep.....	28
III.2 Hipotesis.....	29
III.3 Definisi Operaasional.....	30
III.4 Desain Penelitian.....	32
III.5 Waktu dan Lokasi Peneltian.....	32
III.6 Populasi dan Sampel	32
III.7 Etika Penelitian	34
III.8 Teknik PengumpulanData.....	35
III.9 InstrumenPenelitian.....	36
III.10 Uji Validitas dan Reabilitas	36
III.11 Teknik PengolahanData	37
III.12 Analisis data	38
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	
IV.1 Gambaran Umum Wilayah	40
IV.2 Analisis Univariat	42
IV.3 Analisis Bivariat.....	48
IV.4 Keterbatasan Penelitian.....	58

BAB V PENUTUP	
V.1 Kesimpulan	59
V.2 Saran.....	60
DAFTAR PUSTAKA	62
RIWAYAT HIDUP	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1	Klasifikasi Hipertensi Menurut WHO	8
Tabel 2	Kategori Ambang Batas IMT1	5
Tabel 3	Kategori Ambang Batas RLPP	19
Tabel 4	Angka Kebutuhan Gizi Lemak	21
Tabel 5	Angka Kebutuhan Gizi Natrium	23
Tabel 6	Angka Kebutuhan Gizi Kalium.....	24
Tabel 7	Klasifikasi Lansia Menurut Depkes	25
Tabel 8	Definisi Operasional	20
Tabel 9	Distribusi Frekuensi Kejadian Hipertensi	43
Tabel 10	Distribusi Frekuensi Usia.....	43
Tabel 11	Distribusi Frekuensi Riwayat Keluarga	44
Tabel 12	Distribusi Frekuensi IMT	45
Tabel 13	Distribusi Frekuensi RLPP.....	46
Tabel 14	Distribusi Frekuensi Asupan Lemak.....	46
Tabel 15	Distribusi Frekuensi Asupan Natrium.....	47
Tabel 16	Distribusi Frekuensi Asupan Kalium.....	48
Tabel 17	Hubungan IMT dengan Hipertensi.....	49
Tabel 18	Hubungan RLPP dengan Hipertensi.....	51
Tabel 19	Hubungan Asupan Lemak dengan Hipertensi.....	53
Tabel 20	Hubungan Asupan Natrium dengan Hipertensi.....	55
Tabel 21	Hubungan Asupan Kalium dengan Hipertensi.....	57

DAFTAR SKEMA

Skema 1	Kerangka Teori.....	27
Skema 2	Kerangka Konsep.....	28

DAFTAR RUMUS

Rumus 1	Perhitungan Sampel	33
Rumus 2	Uji Chi-Square	38

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Surat Persetujuan Etik
Lampiran 2	Surat Izin Penelitian
Lampiran 3	Kuesioner Penelitian