



**HUBUNGAN ASUPAN VITAMIN LARUT LEMAK DENGAN
KEJADIAN HIPERTENSI PADA PRA LANSIA
DI KELURAHAN PELAMAMPANG**

SKRIPSI

ANNISA INTANADHIA SAROBA

1610714053

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL VETERAN JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI GIZI PROGRAM SARJANA
2020**



**HUBUNGAN ASUPAN VITAMIN LARUT LEMAK DENGAN
KEJADIAN HIPERTENSI PADA PRA LANSIA
DI KELURAHAN PELAMAMPANG**

SKRIPSI

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

ANNISA INTANADHIA SAROBA

1610714053

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL VETERAN JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI GIZI PROGRAM SARJANA
2020**

PERNYATAAN ORISINALITAS

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

Nama : Annisa Intanadhia Saroba

NRP : 1610714053

Tanggal : 08 Juli 2020

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

Jakarta, 08 Juli 2020

Yang Menyatakan,



(Annisa Intanadhia Saroba)

**PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI
UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademik Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta,
saya yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Annisa Intanadhia Saroba

NRP : 1610714053

Fakultas : Fakultas Ilmu Kesehatan

Program Studi : Gizi Program Sarjana

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 Asupan Vitamin Larut Lemak dengan Kejadian Hipertensi pada Pra Lansia di Kelurahan Pela Mampang"** beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti ini Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan 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 : Jakarta

Pada tanggal : 08 Juli 2020

Yang Menyatakan,



(Annisa Intanadhia Saroba)

PENGESAHAN

Skripsi diajukan oleh:

Nama : Annisa Intanadhia Saroba

NRP : 1610714053

Program Studi : Gizi Program Sarjana

Judul Skripsi : Hubungan Asupan Vitamin Larut Lemak dengan Kejadian Hipertensi pada Pra Lansia di Kelurahan Pela Mampang

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

Ikha Deviyanti Puspita, S.Gz., RD, MKM
Ketua Penguji

Utami Wahyuningsih, S.Gz., M.Si
Penguji I

Luh Desi Puspareza, S.T Gizi, M. Gizi
Penguji II (Pembimbing)



Dr. drg. Wahyu Sulistiadi, MARS
Dekan FIKES UPNVJ

Taufik Marvusman, S.Gz., M.Pd., M.Gizi
Ka. Prodi Gizi Program Sarjana

Ditetapkan di : Jakarta

Tanggal Ujian : 08 Juli 2020

HUBUNGAN ASUPAN VITAMIN LARUT LEMAK DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI PADA PRA LANSIA DI KELURAHAN PELA MAMPANG

Annisa Intanadhia Saroba

Abstrak

Lansia akan mengalami perubahan fisiologis yang dapat mengarah pada terjadinya hipertensi. Namun, hipertensi tidak hanya terjadi pada lansia saja, tetapi dapat juga terjadi pada pra lansia (45-59 tahun). Hipertensi merupakan salah satu faktor risiko utama kematian di dunia. Salah satu faktor yang dapat memengaruhi terjadinya hipertensi adalah asupan makanan. Di dalam makanan terdapat mikronutrien yang dapat mencegah terjadinya hipertensi, yaitu vitamin larut lemak (vitamin A, D, E, dan K), dimana setiap vitamin memiliki peran yang berbeda dalam pencegahan hipertensi seperti berperan sebagai antioksidan, dapat menonaktifkan RAAS, dan menghambat kalsifikasi vaskular. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara asupan vitamin larut lemak dengan kejadian hipertensi pada pra lansia di Kelurahan Pela Mampang. Penelitian ini merupakan penelitian analitik observasional dengan desain studi *cross sectional*. Jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 50 responden yang diambil dengan metode *accidental sampling*. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Juni tahun 2020. Asupan vitamin larut lemak diukur menggunakan SQ-FFQ dan kejadian hipertensi diketahui melalui pengukuran tekanan darah menggunakan *Sphygmomanometer* digital. Hasil uji statistik menunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara asupan vitamin A ($p\text{-value} = 1,000$), vitamin D ($p\text{-value} = 1,000$), vitamin E ($p\text{-value} = 1,000$), dan vitamin K ($p\text{-value} = 0,495$) dengan kejadian hipertensi pada pra lansia di Kelurahan Pela Mampang. Penyuluhan mengenai hipertensi dan pemantauan pada pra lansia perlu untuk dilakukan agar dapat mencegah serta menangani terjadinya hipertensi.

Kata Kunci : Hipertensi, Pra Lansia, Vitamin Larut Lemak

THE ASSOCIATION OF FAT SOLUBLE VITAMINS INTAKE WITH THE INCIDENCE OF HYPERTENSION AMONG PRE ELDERLY IN PELA MAMPANG

Annisa Intanadhia Saroba

Abstract

The elderly will undergo physiological changes that can lead to hypertension. However, hypertension does not only occur in the elderly, but also in the pre elderly (45-59 years). Hypertension is one of the major risk factors cause of death worldwide. One factor that can affect hypertension is dietary intake. In foods, there are micronutrients that can prevent hypertension, they are fat soluble vitamins (vitamin A, D, E, and K) and each vitamin has a different role in the prevention of hypertension, such as the role of antioxidants, disabling RAAS, and inhibiting vascular calcification. This study aimed to determine a possible association between fat soluble vitamins intake with the incidence of hypertension among pre elderly in Pela Mampang. This study is an analytical observational study with a cross sectional study design. The sample size was 50 respondents, taken with accidental sampling method. The study was conducted in June 2020. Fat soluble vitamins intake was measured with SQ-FFQ and the incidence of hypertension is known through blood pressure measurement with digital Sphygmomanometer. The statistical test results showed that there is no significant association between the intake of vitamin A (*p-value* = 1,000), vitamin D (*p-value* = 1,000), vitamin E (*p-value* = 1,000), and vitamin K (*p-value* = 0,495) with the incidence of hypertension among pre elderly in Pela Mampang. Counseling about hypertension and monitoring in the pre-elderly is needed to prevent and treat the incidence of hypertension.

Keywords : Hypertension, Pre Elderly, Fat Soluble Vitamins

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya sehingga skripsi ini dapat diselesaikan tepat waktu. Skripsi dengan judul “Hubungan Asupan Vitamin Larut Lemak Dengan Kejadian Hipertensi Pada Pra Lansia Di Kelurahan Pela Mampang” ini merupakan prasyarat untuk meraih gelar Sarjana Ilmu di Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta.

Terima kasih penulis ucapkan kepada Bapak Taufik Maryusman, S.Gz., M.Pd., M.Gizi, selaku Kepala Program Studi Gizi Program Sarjana Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta, Ibu Luh Desi Puspareni, S.T.Gizi, M.Gizi selaku Dosen Pembimbing yang telah memberikan bimbingan dan arahan bagi penulis, dan seluruh dosen S1 Ilmu Gizi Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta atas ilmu dan pelajaran yang telah diberikan. Terima kasih kepada kedua orang tua yaitu Bapak Yusuf Saroba dan Ibu Sri Lestari serta seluruh keluarga yang senantiasa memanjatkan doa dan memberikan semangat serta motivasi hingga terselesaikannya skripsi ini. Terima kasih juga kepada kedua adik yaitu Richard dan Alexa yang selalu memberikan warna dan semangat selama pengerjaan skripsi di rumah akibat pandemik yang terjadi. Terima kasih pula kepada partner penelitian saya yaitu Nabilah dan rekan-rekan S1 Ilmu Gizi Angkatan 2016 lainnya yang telah berjuang bersama dalam menyelesaikan skripisi ini serta semua pihak yang telah membantu dalam penyusunan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih banyak kekurangan baik bentuk, isi, maupun teknis penyajian. Oleh karena itu, penulis mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun dari berbagai pihak.

Jakarta, 08 Juli 2020

Penulis

Annisa Intanadhia Saroba

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERNYATAAN ORISINALITAS	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	iii
PENGESAHAN	iv
ABSTRAK.....	v
ABSTRACT.....	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii
BAB I PENDAHULUAN	1
I.1 Latar Belakang.....	1
I.2 Rumusan Masalah.....	5
I.3 Tujuan Penelitian	5
I.4 Manfaat Penelitian	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	7
II.1 Lanjut Usia (Pra Lansia).....	7
II.2 Hipertensi.....	9
II.3 Vitamin Larut Lemak	18
II.4 Survei Konsumsi Pangan.....	23
II.5 Matriks Penelitian Pendahulu	26
II.6 Kerangka Teori	29
II.7 Kerangka Konsep.....	30
II.8 Hipotesis Penelitian	30
BAB III METODE PENELITIAN.....	31
III.1 Waktu dan Tempat Penelitian.....	31
III.2 Desain Penelitian	31
III.3 Populasi dan Sampel.....	31
III.4 Pengumpulan Data.....	33
III.5 Pengolahan Data	35
III.6 Etik Penelitian.....	36
III.7 Definisi Operasional	37
III.8 Analisis Data.....	38
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	40
IV.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian.....	40
IV.2 Analisis Univariat	41
IV.3 Analisis Bivariat	49
IV.4 Keterbatasan Penelitian	61

BAB V PENUTUP.....	62
V.1 Kesimpulan.....	62
V.2 Saran	62
DAFTAR PUSTAKA	64
RIWAYAT HIDUP	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1	Klasifikasi Lanjut Usia Menurut Kemenkes RI.....	8
Tabel 2	Klasifikasi Tekanan Darah Menurut JNC 7.....	11
Tabel 3	Matriks Penelitian Pendahuluan	26
Tabel 4	Definisi Operasional	37
Tabel 5	Gambaran Umum Responden	41
Tabel 6	Gambaran Asupan Vitamin Larut Lemak.....	45
Tabel 7	Hubungan Asupan Vitamin Larut Lemak dengan Kejadian Hipertensi	50

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1	Kerangka Teori.....	29
Gambar 2	Kerangka Konsep	30
Gambar 3	Prosedur Pengumpulan Data	34

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	<i>Ethical Clearance</i>
Lampiran 2	Laporan Monitoring Bimbingan
Lampiran 3	Surat Izin Penelitian
Lampiran 4	Surat Keterangan Pelaksanaan Penelitian
Lampiran 5	Naskah Penjelasan
Lampiran 6	<i>Informed Consent</i>
Lampiran 7	Kuesioner Penelitian
Lampiran 8	Dokumentasi Penelitian
Lampiran 9	Output Analisis Univariat
Lampiran 10	Output Analisis Bivariat
Lampiran 11	Pernyataan Bebas Plagiarism
Lampiran 12	Hasil Cek <i>Turnitin</i>