



**HUBUNGAN USIA SAAT MENOPAUSE, ASUPAN LEMAK  
JENUH DAN LINGKAR PINGGANG DENGAN TEKANAN  
DARAH PADA LANSIA WANITA DI POSBINDU  
FLAMBOYAN II KOTA BEKASI TAHUN 2020**

**SKRIPSI**

**NIDA AMALIA**

**1610714097**

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



**HUBUNGAN USIA SAAT MENOPAUSE, ASUPAN LEMAK  
JENUH DAN LINGKAR PINGGANG DENGAN TEKANAN  
DARAH PADA LANSIA WANITA DI POSBINDU  
FLAMBOYAN II KOTA BEKASI TAHUN 2020**

**SKRIPSI**

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

**NIDA AMALIA**

**1610714097**

**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 : Nida Amalia

NRP : 1610714097

Tanggal : 09 Juli 2020

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

Jakarta, 09 Juli 2020

Yang Menyatakan,



*Nida Amalia*  
Nida Amalia

## PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

---

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

Nama : Nida Amalia  
NRP : 1610714097  
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 Rights*) atas karya saya yang berjudul:

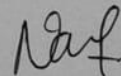
“Hubungan Usia Saat Menopause, Asupan Lemak Jenuh Dan Lingkar Pinggang Dengan Tekanan Darah Pada Lansia Wanita Di Posbindu Flamboyan II Kota Bekasi Tahun 2020”

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 : 09 Juli 2020

Yang Menyatakan,



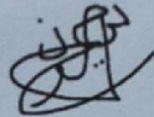
Nida Amalia

## PENGESAHAN

Skripsi diajukan oleh:

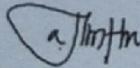
Nama : Nida Amalia  
NRP : 1610714097  
Program Studi : Gizi Program Sarjana  
Judul Skripsi : Hubungan Usia Saat Menopause, Asupan Lemak Jenuh Dan Lingkar Pinggang Dengan Tekanan Darah Pada Lansia Wanita Di Posbindu Flamboyan II Kota Bekasi Tahun 2020

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.



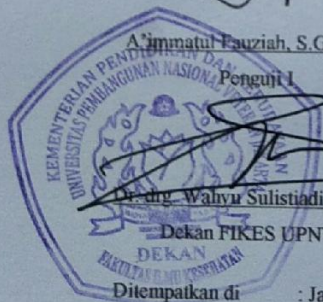
Dian Luthfiana Sufyan, S.Gz, M.Gizi

Ketua Penguji



Animmatul Fauziah, S.Gz, M.Si

Penguji I

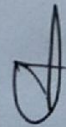


Dr. drg. Wahyu Sulistiadi, MARS

Dekan FIKES UPNVJ

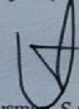
Ditempatkan di : Jakarta

Tanggal Ujian : 09 Juli 2020



Taufik Maryusman, S.Gz, M.Pd, M.Gizi

Penguji II (Pembimbing)



Taufik Maryusman, S.Gz, M.Pd, M.Gizi

Ka. Prodi Gizi Program Sarjana

## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT atas segala karunia-Nya sehingga proposal skripsi ini berhasil diselesaikan. Judul yang dipilih dalam penelitian ini adalah Hubungan Usia Saat Menopause, Asupan Lemak Jenuh dan Lingkar Pinggang dengan Tekanan Darah pada Lansia Wanita di Posbindu Flamboyan II Kota Bekasi Tahun 2020. Terima kasih penulis ucapkan kepada Bapak Taufik Maryusman, S.Gz, M.Pd, M.Gizi selaku dosen pembimbing serta Ibu Dian Luthfiana Sufyan, S.Gz, M.Gizi dan Ibu A'immatul Fauziyah, S.Gz, M.Si yang telah banyak memberikan saran yang sangat bermanfaat.

Disamping itu, ucapan terima kasih juga disampaikan kepada Eddy Setiadi, Hayuni selaku orang tua penulis yang tercinta, serta Juwita Nadya Lestari, Yudi Helmi Iqbal dan Lulu Lutfiah selaku kakak dan abang penulis yang tidak henti-hentinya memberikan penulis semangat dan doa. Tak lupa juga untuk Nasya Amira Milana dan Nayla Azkya Malika yang selalu memberikan semangat dan menghibur penulis.

Penulis juga sampaikan terima kasih kepada teman-teman gizi 2016 yang selalu memberikan dukungan dan dapat melewati rintangan menjalani skripsi pada saat pandemi Covid-19 ini. Khususon, Fanty, Aisah, Jasmine, Arruum, dan Septa yang telah membantu penulis dan memberi semangat dalam penulisan skripsi ini. Tak lupa juga teman-teman seperbimbingan Ka Landia, Azza, Caca, Sekar, Dole, Evie, Aretha, Kerin Dan Audrey yang selalu memberi semangat satu sama lain.

Penulis sadari bahwa pembuatan proposal skripsi ini masih banyak kekurangan, oleh karenanya penulis memohon maaf kekurangan dan ketidak sempurnaan dalam pembuatan proposal skripsi ini. Kritik serta saran yang disampaikan akan sangat diterima demi perbaikan proposal skripsi ini.

Jakarta, Juli 2020  
Penulis

Nida Amalia

## 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.....	3
I.3 Tujuan Penelitian .....	4
I.4 Manfaat Penelitian .....	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	6
II.1 Lansia .....	6
II.2 Tekanan Darah.....	8
II.3 Usia Saat Menopause .....	14
II.4 Asupan Lemak Jenuh .....	18
II.5 Lingkar Pinggang .....	19
II.6 Matriks Penelitian Pendahulu.....	21
II.7 Kerangka Teori.....	23
II.8 Kerangka Konsep .....	24
II.9 Hipotesis Penelitian .....	24
BAB III METODE PENELITIAN .....	25
III.1 Waktu dan Tempat Penelitian .....	25
III.2 Desain Penelitian.....	25
III.3 Populasi dan Sampel .....	25
III.4 Pengumpulan Data .....	27
III.5 Etika Penelitian .....	31
III.6 Definisi Operasional.....	32
III.7 Analisis Data.....	33
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN .....	35
IV.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian.....	35
IV.2 Hasil Uji Normalitas .....	36
IV.3 Hasil Analisis Univariat.....	36
IV.4 Hasil Analisis Bivariat.....	41

IV.5 Keterbatasan Peneliti .....	46
BAB V PENUTUP.....	48
V.1 Kesimpulan .....	48
V.2 Saran.....	48
DAFTAR PUSTAKA .....	50
RIWAYAT HIDUP	
LAMPIRAN	



## DAFTAR TABEL

Tabel 1	Klasifikasi Hipertensi JNC-VII.....	10
Tabel 2	Klasifikasi Hipertensi PERHI .....	11
Tabel 3	Matriks Penelitian.....	21
Tabel 4	Nilai P1 dan P2 dari Beberapa Penelitian Sebelumnya...	26
Tabel 5	Definisi Operasional.....	32
Tabel 6	Hasil Uji Normalitas.....	36
Tabel 7	Distribusi Frekuensi Usia .....	37
Tabel 8	Distribusi Frekuensi Suku .....	37
Tabel 9	Distribusi Frekuensi Tingkat Pendidikan .....	38
Tabel 10	Distribusi Frekuensi Tekanan Darah .....	39
Tabel 11	Distribusi Frekuensi Usia Saat Menopause.....	39
Tabel 12	Distribusi Frekuensi Asupan Lemak Jenuh.....	40
Tabel 13	Distribusi Frekuensi Lingkar Pinggang.....	41
Tabel 14	Hubungan Usia Saat Menopause dengan Tekanan Darah Sistolik dan Diastolik .....	42
Tabel 15	Hubungan Asupan Lemak Jenuh dengan Tekanan Darah Sistolik dan Diastolik .....	43
Tabel 16	Hubungan Lingkar Pinggang dengan Tekanan Darah Sistolik dan Diastolik .....	45

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1	Kerangka Teori.....	23
Gambar 2	Kerangka Konsep .....	24
Gambar 3	Alur Pengumpulan Data .....	30

## **DAFTAR LAMPIRAN**

Lampiran 1	Ethical Approval
Lampiran 2	Kartu Monitor
Lampiran 3	Surat Ijin Penelitian
Lampiran 4	Lembar Persetujuan Setelah penjelasan
Lampiran 5	Informed Consent
Lampiran 6	Kuesioner
Lampiran 7	Hasil Uji Univariat
Lampiran 8	Hasil Uji Bivariat
Lampiran 9	Dokumentasi
Lampiran 10	Surat Pernyataan Bebas Plagiarisme
Lampiran 11	Hasil Turnitin