



**HUBUNGAN KEBIASAAN KONSUMSI LEMAK DAN NATRIUM
TERHADAP KEJADIAN HIPERTENSI PADA LANSIA DI PUSKESMAS
RANGKAPAN JAYA DEPOK TAHUN 2017**

SKRIPSI

DICKY BAY HAKKI MELIALA

1310714083

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI S-1 ILMU GIZI
2017**



**HUBUNGAN KEBIASAAN KONSUMSI LEMAK DAN NATRIUM
TERHADAP KEJADIAN HIPERTENSI PADA LANSIA DI PUSKESMAS
RANGKAPAN JAYA DEPOK TAHUN 2017**

SKRIPSI

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

DICKY BAY HAKKI MELIALA

1310714083

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI S-1 ILMU GIZI
2017**

PERNYATAAN ORISINALITAS

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

Nama : Dicky Bay Hakki Meliala

NRP : 1310714083

Tanggal : 28 Juli 2017

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

Jakarta, 28 Juli 2017

Yang Menyatakan



(Dicky Bay Hakki Meliala)

**PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI
UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

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

Nama : Dicky Bay Hakki Meliala
NRP : 1310714083
Fakultas : Ilmu Kesehatan
Program Studi : S1 Ilmu Gizi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Non-exclusive Royalty Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul :

**HUBUNGAN KEBIASAAN KONSUMSI LEMAK DAN NATRIUM
TERHADAP KEJADIAN HIPERTENSI PADA LANSIA DI
PUSKESMAS RANGKAPAN JAYA DEPOK TAHUN 2017**

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 : 28 Juli 2017

Yang Menyatakan



(Dicky Bay Hakki Meliala)

PENGESAHAN

Skripsi diajukan oleh :

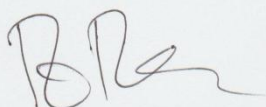
Nama : Dicky Bay Hakki Meliala

NRP : 1310714083

Program Studi : S-1 Ilmu Gizi

Judul Skripsi : Hubungan Kebiasaan Konsumsi Lemak Dan Natrium Terhadap Kejadian Hipertensi Pada Lansia Di Puskesmas Rangkapan Jaya Depok Tahun 2017

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Tim Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Gizi pada Program Studi S-1 Ilmu Gizi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta.



Nanang Nasrullah, S.Tp, M.Si

Ketua Penguji



Widayani Wahyuningtyas, SE, MM

Penguji I



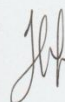
Ikha Deviyanti Puspita, S.Gz, RD, MKM

Penguji II (pembimbing)



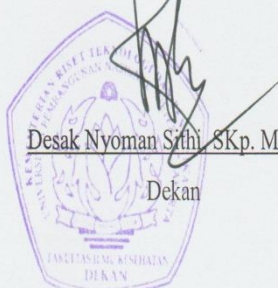
Desak Nyoman Srih, SKp. MARS

Dekan



Ikha Deviyanti Puspita, S.Gz, RD, MKM

Ka. Prodi



Ditetapkan di : Depok

Tanggal Ujian : 11 Juli 2017

HUBUNGAN KEBIASAAN KONSUMSI LEMAK DAN NATRIUM TERHADAP KEJADIAN HIPERTENSI PADA LANSIA DI PUSKESMAS RANGKAPAN JAYA DEPOK TAHUN 2017

Dicky Bay Hakki Meliala

Abstrak

Hipertensi merupakan kondisi meningkatnya tekanan darah dari arteri yang bersifat sistemik atau berlangsung secara terus-menerus dalam jangka waktu lama. Semakin meningkatnya usia maka lebih beresiko terhadap peningkatan tekanan darah terutama tekanan darah sistolik. Prevalensi hipertensi di Jawa Barat sebesar 25,8%. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan kebiasaan konsumsi lemak dan natrium terhadap kejadian hipertensi pada lansia di Puskesmas Rangkapan Jaya Depok dengan besar sampel 69 responden. Penelitian ini adalah penelitian analitik observasional dengan desain studi *cross sectional*, penelitian ini dilaksanakan pada bulan Mei 2017. Berdasarkan penelitian, 78,3% responden menderita hipertensi. Hasil uji bivariat dengan *chi-square* menunjukkan ada hubungan antara kebiasaan konsumsi lemak ($p=0,001$), kebiasaan konsumsi natrium ($p=0,003$) dengan kejadian hipertensi pada lansia. Untuk mengurangi kasus hipertensi diperlukan edukasi kepada lansia mengenai makanan yang harus dihindari dan penyebarluasan media terkait dengan pencegahan hipertensi oleh Dinas Kesehatan Kota Depok.

Kata Kunci : Hipertensi, lansia, konsumsi lemak, konsumsi natrium

THE RELATIONSHIP OF HABITUAL OF FAT AND SODIUM CONSUMPTION TOWARD HYPERTENSION IN THE ELDERLY AT PUSKESMAS RANGKAPAN JAYA DEPOK TAHUN 2017

Dicky Bay Hakki Meliala

Abstract

Hypertension is blood pressure which increasing from artery that had systemic characteristic and occurred continuously in a long period. The older people were, the higher risk they got toward the increasing blood pressure, especially systolic. The prevalence of hypertension in West Java was about 25,8%. The research aimed to analyze the relationship of habitual of fat and sodium consumption toward hypertension in the elderly at Puskesmas Rangkapan Jaya Depok for 69 samples from each respondent. This research accomplished on May 2017 by using observasional analytic research with *cross sectional* study design. Based on the research, 78,3% respondents suffered from hypertension. The result of bivariate test that applied *chi-square* pointed out that there was a relationship between the habitual of fat consumption ($p=0,001$), and sodium consumption ($p=0,003$) toward hypertension in the elderly. To reduce hypertension's case, Depok health service should gave an education to the elderly about food that should be avoided and a dissemination of the media related to the prevention of hypertension.

Keywords : Hypertension, elderly, fat consumption, sodium consumption

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT atas segala karunia-Nya sehingga skripsi ini berhasil diselesaikan. Judul yang dipilih dalam penelitian ini adalah “Hubungan Kebiasaan Konsumsi Lemak Dan Natrium Terhadap Kejadian Hipertensi Pada Lansia Di Puskesmas Rangkapan Jaya Depok Tahun 2017”. Terima kasih penulis ucapkan kepada Ibu Ikha Deviyanti Puspita S.Gz, RD, MKM selaku dosen pembimbing yang dengan sabar dan teliti saat memberikan arahan dan masukan serta motivasi yang bermanfaat dalam proses bimbingan.

Disamping itu, ucapan terima kasih juga disampaikan kepada ibu Desak Nyoman Sithi S.Kp, MARS selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta, Ibu Ikha Deviyanti Puspita S.Gz, RD, MKM selaku Kepala Program Studi Ilmu Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta, Bapak Nanang Nasrullah S.Tp, M.Si selaku penguji II, Ibu Widayani Wahyuningtyas SE, MM selaku penguji I, dan seluruh dosen, staf dan karyawan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta serta ucapan terima kasih kepada kakek saya Prof. Drs. H. Tama Sembiring, SH, MM dan kedua orang tua saya Bapak Ralem Sembiring Ibu Indraini dan kedua abang saya Ade Putra Pradana SE, MM serta Ir. Iyan Datsa. Tidak lupa penulis juga sampaikan terima kasih kepada sahabat-sahabat Hapsari Murti, Dayu, Novi, Ufai, Lina, Helena, Debinita, Lintang, Norist, Firli, Wahyu, Yehuda, Aryo dan teman-teman yang telah membantu penulisan skripsi ini yang tidak dapat disebutkan satu persatu.

Jakarta, 28 Juli 2017

Penulis

Dicky Bay Hakki Meliala

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 Tujuan Penelitian.....	4
I.3 Rumusan Masalah.....	5
I.4 Manfaat Penelitian	5
I.5 Hipotesis.....	6
I.6 Ruang Lingkup	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	7
II.1 Hipertensi.....	7
II.2 Komplikasi Hipertensi	19
II.3 Terapi Farmakologi	20
II.4 Lanjut Usia.....	21
II.5 Kerangka Teori.....	24
II.6 Kerangka Konsep	25
BAB III METODE PENELITIAN	26
III.1 Waktu Dan Tempat Penelitian.....	26
III.2 Desain Penelitian.....	26
III.3 Populasi Dan Sampel	26
III.4 Instrumen Penelitian.....	28
III.5 Teknik Pengumpulan Data	29
III.6 Analisis Data.....	31
III.7 Etika Penelitian	32
III.8 Definisi Operasional.....	34
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	36
IV.1 Gambaran Umum Wilayah Penelitian	36
IV.2 Hasil Dan Pembahasan Univariat	40
IV.3 Hasil Dan Pembahasan Bivariat	43
IV.4 Keterbatasan Penelitian	46

BAB V PENUTUP	47
V.1 Kesimpulan	47
V.2 Saran	47
DAFTAR PUSTAKA	49
RIWAYAT HIDUP	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Klasifikasi Tekanan Darah Menurut JNC 7 Tahun 2003	9
Tabel 2 Klasifikasi Tekanan Darah Menurut WHO Tahun 2005.....	9
Tabel 3 Kandungan Asam Lemak Dalam Makanan.....	13
Tabel 4 Angka Kecukupan Gizi Lansia	22
Tabel 5 Distribusi Responden Berdasarkan Kategori Tekanan Darah	40
Tabel 6 Distribusi Responden Berdasarkan Kebiasaan Konsumsi Lemak	41
Tabel 7 Distribusi Responden Berdasarkan Kebiasaan Konsumsi Natrium	42
Tabel 8 Hubungan Kebiasaan Konsumsi Lemak Dengan Hipertensi.....	43
Tabel 9 Hubungan Kebiasaan Konsumsi Natrium Dengan Hipertensi	45

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Kerangka Teori.....	24
Gambar 2 Kerangka Konsep	25

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Surat Izin Penelitian
- Lampiran 2 *Ethical Clearance*
- Lampiran 3 Berita Acara Komprehensif
- Lampiran 4 *Informed Concern*
- Lampiran 5 Food Frequency Questionnaire
- Lampiran 6 Output *Kolmogorov-Smirnov*
- Lampiran 7 Output Univariat
- Lampiran 8 Output Bivariat