

**KARYA TULIS ILMIAH**

**HUBUNGAN PENGETAHUAN TENTANG HIPERTENSI, ASUPAN LEMAK  
DAN NATRIUM DENGAN STATUS GIZI DI POSYANDU LANSIA, GONILAN,  
KARTASURA, SUKOHARJO**



Karya Tulis Ilmiah ini disusun untuk memenuhi Salah Satu Syarat Memperoleh  
Ijazah Diploma Gizi

Disusun oleh :

**HEMA NUR ALIFAH SEPTIANA**  
J300120019

**PROGRAM STUDI ILMU GIZI  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA  
2015**

**PROGRAM STUDI ILMU GIZI  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA  
KARYA TULIS ILMIAH**

**ABSTRAK**

**Hema Nur Alifah Septiana. J 300 120 019**

**HUBUNGAN PENGETAHUAN TENTANG HIPERTENSI, ASUPAN LEMAK DAN NATRIUM DENGAN STATUS GIZI DI POSYANDU LANSIA, GONILAN, KARTASURA, SUKOHARJO**

**Pendahuluan** : Masa lanjut usia merupakan hal yang sangat penting dan perlu perhatian dengan serius. Jika pada usia ini status gizi lansia tidak diperhatikan dengan baik, maka dikemudian hari kemungkinan akan terjadi gangguan status gizi. Faktor-faktor yang mempengaruhi status gizi ada dua yaitu faktor tidak langsung dan faktor langsung. Faktor tidak langsung antara lain adalah kemiskinan, pendidikan, dan pengetahuan yang mempengaruhi ketersediaan pangan dan pelayanan kesehatan. Faktor langsung antara lain infeksi dan asupan makanan.

**Tujuan** : Mengetahui hubungan pengetahuan tentang hipertensi, asupan lemak dan natrium dengan status gizi di posyandu lansia, gonilan, kartasura, sukoharjo.

**Metode Penelitian** : Jenis penelitian ini adalah deskriptif *observasional* dengan metode pendekatan *cross-sectional*. Data pengetahuan tentang Hipertensi diperoleh dari wawancara menggunakan kuesioner. Data berat badan diperoleh dengan mengukur berat badan menggunakan timbangan injak dengan ketelitian 0,1 kg. Data tinggi badan diperoleh langsung dengan mengukur tinggi badan menggunakan microtoise dengan ketelitian 0,1 cm. Data tingkat asupan lemak dan asupan natrium diperoleh langsung melalui *form recall* 24 jam yang lalu. Data status gizi diperoleh melalui rumus indeks masa tubuh ( IMT). Untuk menguji hubungan antar variabel digunakan uji *Rank Spearman* dan *Pearson Product Moment* , hipotesis diterima jika  $p < 0.05$ .

**Hasil** : Uji statistik *Rank Spearman* hubungan antara pengetahuan tentang Hipertensi dengan status gizi menunjukkan nilai p sebesar 0.259 ( $p > 0.05$ ). Uji statistik *Pearson Product Moment* hubungan antara asupan lemak dengan status gizi menunjukkan nilai p sebesar 0.755 ( $p > 0.05$ ). Uji statistik *Rank Spearman* hubungan antara asupan natrium dengan status gizi menunjukkan nilai p sebesar 0,399 ( $p > 0.05$ ).

**Kesimpulan** : Tidak ada hubungan antara pengetahuan tentang Hipertensi, asupan lemak dan natrium dengan status gizi diposyandu lansia didesa Gonilan, Kartasura, Sukoharjo.

Kata kunci : Pengetahuan tentang hipertensi, asupan lemak, asupan natrium, status gizi.

Kepustakaan : 1997-2010.

**DEPARTEMEN OF NUTRITION SCIENCE  
FACULTY OF HEALTH SCIENCE  
MUHAMMADIYAH UNIVERSITY OF SURAKARTA  
SCIENTIFIC PAPER**

**ABSTRACT**

**Hema Nur Alifah Septiana. J 300 120 019**

**RELATED KNOWLEDGE OF HYPERTENSION, FAT AND SODIUM INTAKE WITH NUTRITIONAL STATUS IN ELDERLY INTEGRATED SERVICE POST, GONILAN, KARTOSURO**

**Introduction:** *The elderly is very important and needs serious attention. If at this age the nutritional status of the elderly are not considered properly, then the future may lead to a disruption of nutritional status. Factors that affect the nutritional status there are two factors of indirect and direct factors. Indirect factors including poverty, education, and knowledge which affect the availability of food and health services. Direct factors include infection and food intake.*

**Objective:** *To determine the relationship of knowledge about hypertension, fat and sodium intake and nutritional status in elderly integrated service post, gonilan, Kartosuro.*

**Method:** *The study was descriptive observational cross-sectional method. Hypertension knowledge of the data obtained from interviews using questionnaires. Weight data obtained by measuring the weight using scales stamped to the nearest 0.1 kg. Height data obtained directly by measuring the height using microtoise to the nearest 0.1 cm. Data intake levels of fat and sodium intake obtained directly via the form recall 24 hours ago. Data obtained through the formula nutritional status body mass index (BMI). To examine the relationship between variables used Spearman Rank test and Pearson Product Moment, the hypothesis was accepted if  $p < 0.05$ .*

**Results:** *The statistical test of Rank Spearman correlation between knowledge about hypertension and nutritional status showed a value of 0.259 ( $p > 0.05$ ). Statistical test Pearson product moment correlation between fat intake and nutritional status showed a value of 0.755 ( $p > 0.05$ ). Rank Spearman statistical test of the relationship between sodium intake and nutritional status showed a value of 0.399 ( $p > 0.05$ ).*

**Conclusion:** *There is no correlation between knowledge of hypertension, fat and sodium intake and nutritional status of elderly village diposyandu Gonilan, Kartosuro*

**Keywords:** *Knowledge of hypertension, fat intake, sodium intake, nutritional status.*

**Bibliography:** *1997-2010.*

**HUBUNGAN PENGETAHUAN TENTANG HIPERTENSI, ASUPAN LEMAK  
DAN NATRIUM DENGAN STATUS GIZI**

**DI POSYANDU LANSIA, GONILAN, KARTASURA, SUKOHARJO**



**PROGRAM STUDI ILMU GIZI  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA**

**2015**

## HALAMAN PERSETUJUAN

Judul Penelitian : Hubungan Pengetahuan tentang Hipertensi,  
Asupan Lemak dan Natrium dengan Status Gizi  
di Posyandu Lansia, Gonilan, Kartasura,  
Sukoharjo

Nama Mahasiswa : Hema Nur Alifah Septiana

Nomor Induk Mahasiswa : J 300 120 019


Telah diuji dan dinilai Tim Penguji Karya Tulis Ilmiah Program Studi Ilmu Gizi  
Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta  
pada tanggal 09 September 2015 dan telah diperbaiki  
sesuai dengan masukan Tim Penguji.


Surakarta, 14 September 2015

Menyetujui


Pembimbing I

Pembimbing II

  
(Dr. Mutalazimah, SKM., M.Kes)  
NIK/ NIDN. 786/ 06-1711-7301

  
(Luluk Ria Rakhma, S.Gz., M.Gizi)  
NIK.100.1553

Mengetahui,  
Ketua Program Studi Ilmu Gizi  
Fakultas Ilmu Kesehatan  
Universitas Muhammadiyah Surakarta

  
(Setyaningrum Rahmawaty, A., M.Kes., Ph.D)  
NIK. 744/NIDN. 06-2312-7301

## HALAMAN PENGESAHAN

Judul Penelitian : Hubungan Pengetahuan tentang Hipertensi,  
Asupan Lemak dan Natrium dengan Status Gizi  
di Posyandu Lansia, Gonilan, Kartasura,  
Sukoharjo

Nama Mahasiswa : Hema Nur Alifah Septiana

Nomor Induk Mahasiswa : J 300 120 019

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji Karya Tulis Ilmiah  
Program Studi Ilmu Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan  
Universitas Muhammadiyah Surakarta pada tanggal 09 September 2015  
dan dinyatakan telah memenuhi syarat untuk diterima.

Surakarta, 14 September 2015

Penguji I : Dr. Mutalazimah, SKM., M.Kes

Penguji II : Rusdin Rauf, STP., MP

Penguji II : Nur Lathifah M, S.Gz., MS

Mengetahui,

Fakultas Ilmu kesehatan  
Universitas Muhammadiyah Surakarta  
Dekan



Dr. Suwaji, M.Kes

NIP. 195314231983031002

NIDN. 00-2311-5301

## PERNYATAAN

Judul Karya Tulis Ilmiah : Hubungan Pengetahuan Tentang Hipertensi,  
Asupan Lemak dan Natrium dengan Status Gizi  
di Posyandu Lansia, Gonilan, Kartasura,  
Sukoharjo

Nama Mahasiswa : Hema Nur Alifah Septiana

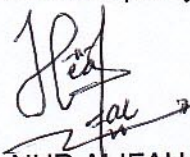
Nomor Induk Mahasiswa : J300120019

Fakultas/ Jurusan : Ilmu Kesehatan /D III Gizi

Saya bertandatangan dibawah ini, menyatakan bahwa karya dengan judul tersebut merupakan karya *original* (hasil karya sendiri) dan belum pernah dipublikasikan atau merupakan karya dari orang lain, kecuali dalam bentuk kutipan dari beberapa sumber yang telah dicantumkan. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya dan apabila terbukti terdapat pelanggaran dari dalamnya, maka saya bersedia untuk menanggung dan menerima segala konsekuensinya, sebagai bentuk tanggungjawab dari saya.

Surakarta, 4 September 2015

Yang membuat pernyataan,



HEMA NUR ALIFAH SEPTIANA

## MOTTO

وَلَا تَمْشِ فِي الْأَرْضِ مَرَحًا إِنَّكَ لَنْ تَخْرِقَ الْأَرْضَ وَلَنْ تَبْلُغَ الْجِبَالَ طُولًا

“Dan janganlah engkau berjalan di muka bumi ini dengan sombong, karena sesungguhnya engkau tidak akan dapat menembus bumi dan tidak akan mampu menjulung seperti gunung”

(QS. Al-Isra : 37)

“Kepuasan terletak pada usaha yang kita lakukan bukan pada hasil. Usaha dengan keras adalah kemenangan yang hakiki”

(Penulis)

“Setiap pekerjaan dapat diselesaikan dengan mudah bila dikerjakan tanpa keengganan”

(Penulis)



## HALAMAN PERSEMBAHAN

Tiada yang maha pengasih dan maha penyayang selain Engkau Ya ALLAH. Syukur Alhamdulillah berkat rahmat dan karunia-Mu ya Allah, saya bisa menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini. Karya Tulis Ilmiah ini saya persembahkan kepada:

1. Kedua orangtuaku tercinta, Ayahanda Maryanto dan Ibunda Heni Purwaningsih ini anakmu mencoba memberikan yang terbaik untukmu. Betapa diri ini ingin melihat kalian bangga padaku. Betapa tak ternilai kasih sayang dan pengorbanan kalian padaku. Terimakasih atas dukungan moroil maupun materil untukku selama ini. Terimakasih kepada Allah SWT atas kemudahannya.
2. Dosen-dosenku yang telah menjadi orang tua keduaku, yang namanya tidak bisa aku sebutkan satu persatu yang selalu memberikan motivasi untukku, selalu peduli dan perhatian, ucapan terimakasih yang tak terhingga atas ilmu yang telah kalian berikan sangatlah bermanfaat untukku.
3. Dosen pembimbingku ibu Dr. Mutalazimah, SKM.,M.Kes dan ibu Luluk Ria Rakhma,S.Gz.,M.Gizi yang telah memberiku bimbingan , dan saran dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiahku ini sehingga menjadi sebuah Karya Tulis Ilmiah yang sempurna dan mendapatkan nilai yang baik.
4. Untuk teman-teman seperjuanganku

## **BIODATA**

### **A. Identitas**

Nama : Hema Nur Alifah Septiana  
Tempat, Tanggal Lahir : Gunungkidul, 14 September 1993  
Jenis Kelamin : Perempuan  
Agama : Islam  
Alamat : Sambeng IV, Sambirejo, Ngawen,  
Gunungkidul

### **B. Riwayat Pendidikan**

1. Lulus TK Masyithoh
2. Lulus SD Negeri Sambeng 1
3. Lulus SMP Negeri 1 Ngawen
4. Lulus SMA Negeri 1 Cawas
5. Mahasiswi Program Studi DIII Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta sejak tahun 2012

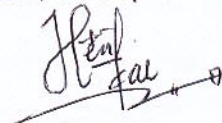
## KATA PENGANTAR

Alhamdulillah, segala puji bagi Allah Yang Maha Pengasih pelimpah Cinta. Yang Maha Penyayang yang tiada Terbilang. Dialah satu-satunya Dzat yang memberikan perlindungan dari kejahatan baik hidup di dunia ini maupun di akhirat kelak. Dialah yang sesungguhnya Maha Pemberi Petunjuk, yang tiada dapat menyesatkan yang tidak akan mungkin ada yang dapat menunjukinya setelah itu.

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadiran Tuhan Yang Maha Esa yangtelah memberikan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan karya tulis ilmiah ini dengan judul "HUBUNGAN PENGETAHUAN TENTANG HIPERTENSI, ASUPAN LEMAK DAN NATRIUM DENGAN STATUS GIZI DI POSYANDU LANSIA, GONILAN, KARTASURA, SUKOHARJO". Karya tulis ilmiah ini disusun untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh ijazah Diploma III Gizi.

Selain itu, penyusun menyadari dalam penyusunan karya tulis ilmiah ini banyak kekurangan dan banyak kesalahan.

Surakarta, 09 September 2015



Penulis

## DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN SAMPUL.....	i
ABSTRAK DALAM BAHASA INDONESIA.....	ii
ABSTRAK DALAM BAHASA INGGRIS .....	iii
HALAMAN JUDUL.....	iv
HALAMAN PERSETUJUAN .....	v
HALAMAN PENGESAHAN.....	vi
PERNYATAAN KEASLIAN .....	vii
MOTTO .....	viii
HALAMAN PERSEMBAHAN .....	ix
BIODATA.....	x
KATA PENGANTAR.....	xi
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR TABEL.....	xix
DAFTAR GAMBAR.....	xv
DAFTAR LAMPIRAN .....	xvi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	3
C. Tujuan penelitian .....	3
D. Manfaat Penelitian .....	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	5
A. Pengetahuan .....	5
B. Hipertensi .....	9
C. Lemak.....	18
D. Natrium.....	21
E. Status Gizi .....	22
F. Kerangka Teori .....	26
G. Kerangka Konsep .....	27
BAB III METODE PENELITIAN.....	28
A. Jenis dan Rancangan Penelitian.....	28
B. Waktu dan Tempat Penelitian .....	28

C. Populasi dan Sampel Penelitian .....	29
D. Variabel Penelitian.....	31
E. Definisi Operasional.....	31
F. Pengumpulan Data .....	32
G. Langkah Penelitian .....	34
H. Pengolahan Data .....	36
I. Analisis Data.....	37
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	39
A. Hasil .....	39
B. Pembahasan .....	48
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	55
A. Kesimpulan .....	55
B. Saran .....	56
DAFTAR PUSTAKA.....	57

## DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Pengelompokkan Tekanan Darah dan Hipertensi .....	15
2. Klasifikasi berat badan berdasarkan IMT .....	27
3. Data Penelitian .....	39
4. Distribusi Umur Lansia.....	43
5. Distribusi Jenis Kelamin Lansia .....	43
6. Distribusi Berat Badan Lansia.....	45
7. Distribusi Tinggi Badan Lansia.....	43
8. Distribusi Status Gizi Lansia .....	45
9. Distribusi Asupan Lemak Lansia.....	48
10. Distribusi Asupan Natrium Lansia .....	49
11. Distribusi Pengetahuan tentang Hipertensi.....	50
12. Hubungan Pengetahuan tentang Hipertensi dengan Status Gizi.....	51
13. Hubungan Asupan Lemak dengan Status Gizi.....	53
14. Hubungan Asupan Natrium dengan Status Gizi.....	56

## DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Kerangka Teori.....	27
2. Kerangka Konsep.....	28

## DAFTAR LAMPIRAN

1. Data Usia
2. Data Jenis Kelamin
3. Data Berat Badan
4. Data Tinggi Badan
5. Hasil Analisis Data Pengetahuan tentang Hipertensi
6. Hasil Analisis Data Asupan Lemak
7. Hasil Analisis Data Asupan Natrium
8. Hasil Analisis Data Rata-Rata Asupan Lemak dan Natrium
9. Hasil Uji Kenormalan Data Pengetahuan
10. Hasil Uji Kenormalan Data Asupan Lemak
11. Hasil Uji Kenormalan Data Asupan Natrium
12. Hasil Uji Kenormalan Data Status Gizi
13. Crosstabs
14. Correlations
15. Form Food Recall 1x 24 Jam
16. Kuisisioner Data Identitas Responden
17. Pernyataan Ketersediaan menjadi Responden
18. Kuisisioner Pengetahuan Lansia tentang Hipertensi