

DAFTAR PUSTAKA

- Agustini, A. (2019). Hubungan pengetahuan, sikap dan dukungan Keluarga dengan pencegahan hipertensi pada lansia. *Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan*, V(10), 1–17.
<https://ejournal.akperypib.ac.id/wp-content/uploads/2019/07/MEDISINA-Jurnal-Keperawatan-dan-Kesehatan-AKPER-YPIB-MajalengkaVolume-V-Nomor-10-Juli-2019-11.pdf>
- Akbar, F., Nur, H., Humaerah, U. I., Keperawatan, A., Wonomulyo, Y., & Gatot Subroto, J. (2020). Karakteristik Hipertensi Pada Lanjut Usia Di Desa Buku (Characteristics of Hypertension in the Elderly). *Jwk*, 5(2), 2548–4702.
- Ansar, J., Dwinata, I., & M, A. (2019). Determinan Kejadian Hipertensi Pada Pengunjung Posbindu DiWilayah Kerja Puskesmas Ballaparang Kota Makassar. *Jurnal Nasional Ilmu Kesehatan*, 1(3), 28–35.
- Asmarani, F. L. (2019). Peningkatan Pengetahuan Lansia Mengenai Osteoporosis Melalui Pemberian Pendidikan Kesehatan Dengan Media Audio Visul Di Desa Karangbendo Bantul Yogyakarta. *Jurnal Keperawatan Respati Yogyakarta*, 6(1), 491.
<https://doi.org/10.35842/jkry.v6i1.261>
- Fadillah, A. D., Suyatno, & Nugraheni, S. A. (2019). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kesesuaian Praktik Gizi pada Lansia Berdasarkan 10 Pesan Gizi Seimbang (Studi di Kelurahan Sambiroto Kota Semarang). *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 7(4), 708–719.
<http://ejournal3.undip.ac.id/index.php/jkm>
- Fadlilah, S., Hamdani Rahil, N., & Lanni, F. (2020). Analisis Faktor Yang Mempengaruhi Tekanan Darah Dan Saturasi Oksigen Perifer (Spo2). *Jurnal Kesehatan Kusuma Husada*, Spo 2, 21–30.
<https://doi.org/10.34035/jk.v11i1.408>
- Fitriyaningsih, E., Affan, I., Andriani, A., & Iskandar, I. (2021). Peningkatan pengetahuan lansia dengan edukasi gizi penyakit hipertensi. *Jurnal PADE: Pengabdian & Edukasi*, 3(2), 47.
<https://doi.org/10.30867/pade.v1i2.705>
- Gaol, F. M. L. (n.d.). *Gambaran Tingkat Kecemasan Lansia Penderita Osteoporosis Terhadap Pemenuhan Kebutuhan Mobilisasi Di Puskesmas Pancur Batu.*
- Hadisuyitno, J., Cerdasari, C., & Riyadi, B. D. (2021). HUBUNGAN PENGETAHUAN GIZI SEIMBANG DAN POLA KONSUMSI MAKAN MAHASISWA Balanced nutritional knowledge relationship and Students' eat consumption patterns. *Jurnal Gizi KH*, 2021(1), 28–32.

- Handayani, I., Setyaningsih, A., & Muhlishoh, A. (2024). *Hubungan Status Gizi dan Tingkat Pengetahuan Gizi Seimbang terhadap Kejadian Hipertensi Lansia Di Kecamatan Bulu Kabupaten Sukoharjo Fakultas Ilmu Kesehatan , Universitas Kusuma Husada Surakarta , Indonesia Fakultas Kesehatan , Universitas Ngudi Waluyo , . 9(1), 50–62.*
- Irawan, A., Sarniyati, & Friandi, R. (2022). Hubungan Pengetahuan Dengan Sikap Masyarakat Terhadap Penderita Skizofrenia Di Wilayah Kerja Puskesmas Kumun Tahun 2022. *Prosiding*, 1(2), 705–713.
- Islamy, I. El, Simamora, L., Syahri, A., Zaini, N., Sagala, N. A., & Dwi, A. (2023). Faktor Determinan Kejadian Hipertensi di Desa Sikeben Kecamatan Sibolangit Kabupaten Deli Serdang. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 23(1), 601. <https://doi.org/10.33087/jiubj.v23i1.2808>
- Kementerian Kesehatan RI. (2018). *Profil Kesehatan Indonesia 2015* (Vol. 1227, Issue July). <https://doi.org/10.1002/qj>
- Kiik, S. M., Sahar, J., & Permatasari, H. (2018). Peningkatan Kualitas Hidup Lanjut Usia (Lansia) Di Kota Depok Dengan Latihan Keseimbangan. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 21(2), 109–116. <https://doi.org/10.7454/jki.v21i2.584>
- Kumala, dewi lidia, & Sandra, P. yuni. (2021). Prosiding Seminar Nasional Kesehatan 2021 Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat Universitas Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan Literature. *Penerapan Terapi Menghardik Pada Gangguan Persepsi Sensori Halusinasi Pendengaran*, 2332.
- Lenaini, I. (2021). Teknik Pengambilan Sampel Purposive Dan Snowball Sampling. *HISTORIS: Jurnal Kajian, Penelitian & Pengembangan Pendidikan Sejarah*, 6(1), 33–39. <http://journal.ummat.ac.id/index.php/historis>
- Maulidina, H. (2019). Tanpa Judul. *Pedoman Pengobatan Masyarakat Dokter Nyeri* 2, 2, 1–13.
- Morika, H. D., Nur, S. A., Jekzond, H., & Amalia, R. F. (2020). Hubungan Tingkat Pengetahuan dan Aktivitas Fisik Terhadap Kejadian Hipertensi pada Lansia. *Seminar Nasional Syedza Santika*, 20–27.
- Nugroho, R. F., Hindaryani, N., & Saputri, K. (2022). Pengaruh Edukasi Gizi Seimbang Terhadap Pengetahuan Gizi Pada Lansia Di Desa Botoputih, Kecamatan Tikung Kabupaten Lamongan, Jawa Timur. *Seminar Nasional Pengabdian Kepada Masyarakat 2021*, 1(1), 107–113. <https://doi.org/10.33086/snpm.v1i1.783>
- Oktaria, M., Hardono, H., Wijayanto, W. P., & Amiruddin, I. (2023). Hubungan Pengetahuan dengan Sikap Diet Hipertensi pada Lansia.

Jurnal Ilmu Medis Indonesia, 2(2), 69–75.
<https://doi.org/10.35912/jimi.v2i2.1512>

Oktober, N. (2022). *SAFARI: Jurnal Pengabdian Masyarakat Indonesia Diet Pada Penderita Hipertensi Di Komplek Singgalang Lubuk Buaya Kota Padang Diet for Hypertension Sufferers in the Singgalang Lubuk Buaya Complex , Padang City* PENDAHULUAN Hipertensi adalah peningkatan abno. 2(4), 141–148.

Pakpahan, J. E. S., & Pujiati, L. (2019). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Gizi Pada Lansia Terhadap Berat Badan Di Puskesmas Hampan Perak. *Jurnal Keperawatan Flora*, 12(1), 1–7.

Ramadhani, D. T., Rahmad, F., & Haryatmo. (2023). Ahmar metastasis health journal. *Ahmar Metastasis Health Journal*, 2(4), 207–215.
file:///C:/Users/ASUS/Downloads/4.+Pengaruh+Kunjungan+Antenatal+Care+Dan+Pengalaman+Persalinan+Terhadap+Depresi+Pada+Ibu+Hamil.pdf

Raudhoh, S., & Pramudiani, D. (2021). Lansia Asik, Lansia Aktif, Lansia Poduktif. *Medical Dedication (Medic): Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat FKIK UNJA*, 4(1), 126–130.
<https://doi.org/10.22437/medicaldedication.v4i1.13458>

Sa'adah L, Martadani L, & Taqiyuddin A. (2021). Analisis Perbedaan Kinerja Karyawan pada Pt. Surya Indah Food Multirasa Jombang. *Jurnal Inovasi Penelitian*, 2(2), 515.

Siwi, A. S., & Susanto, A. (2020). Jurnal of Bionursing Analisis Faktor-Faktor Yang Memengaruhi Kejadian Hipertensi. *Jurnal of Bionursing*, 3(2), 164–166.

Suhartini, Ermawati, T., Hamzah, Z., & Meilawati, Z. (2017). Profil Tekanan Darah Pada Lansia di Kecamatan Arjasa Kabupaten Jember. *Warta Pengabdian*, 11(4), 170–176.
<https://doi.org/10.19184/wrtp.v11i4.7239>

Syamsi, N., & Asmi, A. S. (2019). Gambaran Tingkat Pengetahuan Lansia Terhadap Hipertensi Di Puskesmas Kampala Sinjai. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 7(1), 17–21.
<https://doi.org/10.35816/jiskh.v7i1.65>

Organisasi Kesehatan Dunia, Grup Bank Dunia, O., Rudi, A., Rizka Alhamidah, N., Pujianti, N., Ribeiro, N., Ojakaa, D., Olango, S., Jarvis, J., Ribeiro, N., L'Esperance, V., Gravelle, H., Schofield, P., Santos, R., Ashworth, M., KUWATANABI, M. A., Hasibuan, A.N., Harkins, P.J., Lundgren, J.D., Spresser, C.D.,... Inayati, A. (2014). Analisis struktur kovarians indikator terkait kesehatan pada lansia yang tinggal di rumah dengan fokus pada rasa subjektif kesehatan. *Jurnal Organisasi Kesehatan Dunia, Grup Bank Dunia, OECD*, Juli, 1–100.
<http://elibrary.almaata.ac.id/1714/%0Ahttps://osf.io/yejcm/%0Ahttps://el>

library.almaata.ac.id%0Ahttps://bmjopen.bmj.com/lookup/doi/10.1136/
bmjopen-2019
030624%0Ahttps://ppjp.ulm.ac.id/journal/index.php/JPKMI/article/view
/2758%0Ahttp://stikara.ac.id/jupermik

Woro Astuti, D., Hervidea, R., Tubagus, E., & Jayadi, A. (2022).
Pengabdian Kepada Masyarakat Penyuluhan Penerapan Gizi
Seimbang Pada Lansia Uptd Pelayanan Sosial Lansia Tresna
Werdha. *Asmat Jurnal Pengabmas*, 1(2), 66–72.
<https://doi.org/10.47539/ajp.v1i2.17>

Lampiran 1. Informed Consent

PERNYATAAN KETERSEDIAAN MENJADI SAMPEL PENELITIAN (INFORMED CONSENT)

Yang bertanda tangan dibawah ini, saya :

Nama :
Tempat Tgl Lahir :
Alamat :

Bersedia dan sanggup menjadi sampel dalam penelitian ini sampai judul penelitian selesai “Hubungan pengetahuan gizi seimbang dengan kejadian tekanan darah pada lansia.” Yang segera dilakukan :

Nama : WIWINDA SITINJAK
Alamat : Jln sagu 13 no 17
Instansi : Poltekkes Kemenkes Medan Jurusan Gizi Prodi-DIII
No. HP : 081268163209

Oleh karena itu saya membuat surat pernyataan ini dengan sukarela dan tanpa adanya paksaan.

Tanjung Morawa, 2024

Peneliti

Sampel

(WIWINDA SITINJAK)

(.....)

Lampiran 2. Data Identitas Sampel

IDENTITAS RESPONDEN

Hari/Tanggal :
Identitas Responden
Nama :
Tanggal Lahir :
Alamat :
No Hp :
Data Tekanan Darah
Tekanan Darah : mmHg

Lampiran 3. Kuesioner

Kuesioner Responden Tentang Pengetahuan Gizi Seimbang

Identifikasi Sampel

Nama :

Usia :

Jenis kelamin :

No Hp :

Pengetahuan Gizi Seimbang

1. Pengertian gizi seimbang untuk lanjut usia adalah?
 - a. Susunan makanan tidak megandung zat gizi
 - b. Susunan makanan yang hanya satu jenis makanan
 - c. Makanan yang mengandung beragam jenis
 - d. Makanan yang tinggi akan kandungan lemak saja
2. Makanan gizi seimbang adalah?
 - a. Makanan yang beranekaragam
 - b. Makanan tinggi lemak
 - c. Makanan junk food
 - d. Makanan tinggi karbohidrat
3. Apa manfaat utama karbohidrat bagi tubuh?
 - a. Sumber utama energi bagi tubuh
 - b. Menjaga tubuh tetap hangat
 - c. membentuk sel-sel darah merah
 - d. Membentuk antibodi
4. Apa contoh makanan yang mengandung sumber lemak?
 - a. Daging ayam dengan kulit
 - b. Buah dan sayur
 - c. Tempe
 - d. Ikan

5. Apa contoh makanan yang mengandung sumber protein nabati?
 - a. Bayam, kangkung dan sawi
 - b. Daging, ikan dan telur
 - c. Jagung, ubi dan singkong
 - d. Tempe, tahu, dan kacang-kacangan
6. Berapa kali anjuran makan utama dalam sehari?
 - a. 1 kali
 - b. 5 kali
 - c. 7 kali
 - d. 3 kali
7. Apa saja jenis makanan dengan menu gizi seimbang?
 - a. Makanan pokok, protein hewani-nabati
 - b. Makanan pokok, protein hewani-nabati, lemak, buah dan sayuran
 - c. Makanan pokok, lemak, buah dan sayuran
 - d. Makanan pokok, protein hewani-nabati, buah dan sayuran
8. Apa sumber serat yang harus dikonsumsi?
 - a. Daging
 - b. Ikan
 - c. Buah dan sayuran
 - d. Tahu
9. Apa bahan makanan yang termasuk golongan karbohidrat?
 - a. Jagung
 - b. Daging ayam
 - c. Tempe
 - d. Bayam
10. Apa jenis buah yang banyak mengandung vitamin C?
 - a. Durian
 - b. Alpukat
 - c. Nangka
 - d. Jambu biji

11. Sumber apa saja yang mengandung vitamin D alami?
 - a. Kuning telur
 - b. Susu kedelai
 - c. Sinar matahari
 - d. Ikan tuna
12. Mengganggu proses pencernaan karena kurang mengonsumsi serat dapat menyebabkan...
 - a. Gangguan pencernaan
 - b. Sembelit
 - c. Asites
 - d. Perut kembung
13. Apa saja manfaat sarapan pagi bagi tubuh?
 - a. Mencegah diabetes
 - b. Menurunkan percaya diri
 - c. Meningkatkan fokus dan produktivitas
 - d. Mencegah osteoporosis
14. Apa yang terjadi pada tubuh jika konsumsi makanan kurang dari yang dibutuhkan?
 - a. Berat badan terlalu kurus
 - b. Berat badan gemuk
 - c. Berat badan normal
 - d. Berat badan obesitas
15. Apa penyebab dari konsumsi makanan sumber energi tinggi yang melebihi kebutuhan secara terus-menerus akan menyebabkan?
 - a. Kekurangan gizi
 - b. Meningkatkan kekuatan fisik
 - c. Berat badan normal
 - d. Obesitas

Sumber : (Shaliha, 2022).

Lampiran 4. Surat Survei Pendahuluan Penelitian



KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
DIREKTORAT JENDERAL TENAGA KESEHATAN
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MEDAN
Jl. Jamin Ginting KM. 13,5 Kel. Laueh Medan Tuntungan Kode Pos :20136
Telepon : 061-8368633 - Fax : 061-8368644
Website : www.poltekkes-medan.ac.id, email : poltekkes_medan@yahoo.com



Lubuk Pakam, 16 November 2023

Nomor : KM.03.01/00/02/03/2303-1/2023
Lampiran : -
Perihal : Surat Survei Penelitian

Kepada Yth:
Kepala Puskesmas Dalu Sepuluh

di _
Tempat

Sesuai dengan kurikulum Prodi Diploma III Gizi dimana mahasiswa semester V diwajibkan menyusun Proposal Karya Tulis Ilmiah. Berkenaan dengan hal tersebut kami mohon izin bagi mahasiswa bimbingan Dr. Mahdiah, DCN, M.Kes untuk melakukan Survei Penelitian di Puskesmas Dalu Sepuluh, Adapun nama mahasiswa tersebut, adalah:

No	Nama	NIM	Judul
1	Lina Sari Indah	P01031121016	Hubungan Status Gizi dengan Kejadian Hipertensi pada Lansia di Puskesmas Dalu Sepuluh.
2	Christine Natalia N	P01031121008	Hubungan Konsumsi Sayur dan Asupan Lemak Jenuh dengan Tekanan Darah pada Lansia di Puskesmas Dalu Sepuluh.
3	Rita Yani Butar Butar	P01031121129	Hubungan Asupan Natrium dan Kebiasaan Konsumsi Kopi dengan Tekanan Darah pada Lansia di Puskesmas Dalu Sepuluh.
4	Wwinda Sitinjak	P01031121145	Hubungan Pengetahuan Gizi Seimbang terhadap Kejadian Hipertensi pada Lansia di Puskesmas Dalu Sepuluh.

Demikian kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasamanya diucapkan terima kasih.



Ketua Jurusan Gizi
Riris Oppusunggu, S.Pd, M.Kes
NIP.196906231990032001



Dipindai dengan CamScanner

Lampiran 5. Surat Balasan Survei Pendahuluan



PEMERINTAH KABUPATEN DELI SERDANG
DINAS KESEHATAN
UPT PUSKESMAS DALU SEPULUH
Jl. Sei Blumai Desa Dalu Sepuluh B Kode Pos 20362
Pos-el : puskesdalusepuluh@gmail.com



Nomor : 2567 / PDS/XI/2023
Lamp : ---
Hal : Memberikan Izin Penelitian

Kepada Yth
Ketua Jurusan Gizi
Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan
Di Medan

Dengan hormat,

- Sehubungan dengan surat Poltekkes Medan No : KM.03.01/00/02/03/2303.1/2023 Tentang Surat Survei Penelitian
- Maka dengan ini Kepala Puskesmas Dalu Sepuluh Kec. Tanjung Morawa Kab. Deli Serdang memberikan izin penelitian yang dilakukan oleh :

No	Nama	NIM	Judul
1	Wiwinda Sitinjak	P01031121145	Hubungan Pengetahuan Gizi Seimbang terhadap Kejadian Hipertensi pada Lansia di Puskesmas Dalu Sepuluh

- Demikianlah kami sampaikan kepada Ketua Jurusan Gizi Poltekkes Medan untuk dapat dimaklumi.

Dalu Sepuluh, 20 Nopember 2023
Kepala UPT Puskesmas Dalu



Ditandatangani Secara Elektronik :
Kepala UPT Puskesmas Dalu Sepuluh
Dinas Kesehatan
Kabupaten Deli Serdang

drg. Hj. Sri Astuti Hariyani, M.K.M
Pembina (IV/a)
NIP. 19771130 201001 2 011

1. Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan Sertifikat Elektronik yang diterbitkan BSR (Balai Sertifikasi Elektronik)
2. UU ITE Nomor 19 Tahun 2016 tentang Informasi dan Transaksi Elektronik



Lampiran 6. Surat Komisi Etik Penelitian Polkesmed

 **Kementerian Kesehatan**
Poltekkes Medan
Komisi Etik Penelitian Kesehatan
Jalan Jamin Ginting KM. 13,5
Medan, Sumatera Utara 20137
(061) 8368633
<https://poltekkes-medan.ac.id>

KETERANGAN LAYAK ETIK / DESCRIPTION OF ETHICAL APPROVAL
"ETHICAL APPROVAL"
No: 01.25 921 /KEPK/POLTEKKES KEMENKES MEDAN 2024

Protokol Penelitian yang diusulkan oleh :
The Research Protocol Proposed By

Peneliti Utama : WIWINDA SITINJAK
Principal In Investigator

Nama Institusi : Prodi D-III Gizi Poltekkes Kemenkes Medan
Name of the Institution

Dengan Judul :
Title

**"HUBUNGAN PENGETAHUAN GIZI SEIMBANG DENGAN KEJADIAN
TEKANAN DARAH PADA LANSIA DI DESA TELAGASARI"**

Dinyatakan layak etik sesuai 7 (tujuh) Standar WHO 2011, Yaitu 1)Nilai Sosial, 2)Nilai ilmiah, 3) Pemerataan Beban dan Manfaat, 4)Risiko, 5)Bujukan/Eksploitasi, 6)Kerahasiaan dan Privacy, dan 7) Persetujuan Setelah Penjelasan, yang merujuk pada pedoman CIOMS 2016. Hal ini seperti yang ditunjukkan oleh terpenuhinya indikator.

Declared to be ethically appropriate in accordance to 7 (seven) WHO 2011 Standards, 1) Social Values , 2)Scientific Values , 3)Equitable Assessment and Benefits, 4)Risks, 5)Persuasion/Exploitation, 6) Confidentiality and Privacy, and 7)Informed Consent, referring to the 2016 CIOMS guidelines. This is as indicated by the fulfillment of the indicators of each standard

Pernyataan Layak Etik ini berlaku selama kurun waktu 5 Juni 2024 sampai 5 Mei 2025
This declaration of ethics applies during the period 5 June 2024 until 5 June 2025

Medan, 5 June 2024
Ketua/chairperson


dr. Lestari Rahmah, MKT.
NIP.197106222002122003

Lampiran 7. Master Tabel

Nama	Jenis Kelamin	Umur	Tekanan Darah	Kategori Tekanan Darah	Nilai Pengetahuan		Kategori Pengetahuan
Tamalia	Perempuan	67	150/90	Tinggi	9	60,0	Cukup
Riadi	Laki-laki	70	145/92	Tinggi	8	53,3	Kurang
Nasih	Perempuan	70	121/75	Rendah	8	53,3	Kurang
Jumira	Perempuan	65	148/95	Tinggi	8	53,3	Kurang
Sukandi	Laki-laki	70	126/88	Rendah	5	33,3	Kurang
Suryani	Perempuan	60	125/83	Rendah	10	66,7	Cukup
Nuryani	Perempuan	60	145/80	Tinggi	9	60,0	Cukup
Sumahdi	Laki-laki	60	127/89	Rendah	10	66,7	Cukup
Kasimen	Perempuan	70	148/90	Tinggi	8	53,3	Kurang
Kariman	Laki-laki	70	124/80	Rendah	7	46,7	Kurang
Ngatini	Perempuan	70	141/86	Tinggi	5	33,3	Kurang
Ribut	Laki-laki	70	121/80	Rendah	5	33,3	Kurang
Sukimah	Perempuan	67	151/86	Tinggi	7	46,7	Kurang
Daliem	Perempuan	70	129/87	Rendah	6	40,0	Kurang
Sumiah	Perempuan	70	120/80	Rendah	6	40,0	Kurang
Juminah	Perempuan	68	140/90	Tinggi	7	46,7	Kurang
Hendra wasito	Laki-laki	65	140/91	Tinggi	5	33,3	Kurang
Sutarno	Laki-laki	70	140/92	Tinggi	5	33,3	Kurang
Kamalia	Perempuan	68	140/93	Tinggi	6	40,0	Kurang
Sumanir	Perempuan	60	141/94	Tinggi	10	66,7	Cukup
Naseh	Perempuan	67	140/95	Tinggi	11	73,3	Cukup
Temu	Perempu	64	142/96	Tinggi	6	40,0	Kurang

	an						
Karsine m	Perempuan	70	140/97	Tinggi	7	46,7	Kurang
Tukimah	Perempuan	66	140/90	Tinggi	8	53,3	Kurang
Waikem	Perempuan	70	142/91	Tinggi	8	53,3	Kurang
Jawarni	Perempuan	68	120/82	Rendah	8	53,3	Kurang
Lasmini	Perempuan	60	146/93	Tinggi	8	53,3	Kurang
Legiah	Perempuan	63	129/75	Rendah	8	53,3	Kurang
Legini Ginting	Perempuan	65	170/98	Tinggi	9	60,0	Cukup
Tugono	Laki-laki	60	129/69	Rendah	10	66,7	Cukup
Tumi	Perempuan	64	124/76	Rendah	8	53,3	Kurang
Ponisah	Perempuan	66	121/77	Rendah	6	40,0	Kurang
Puji Ariani	Perempuan	62	142/93	Tinggi	5	33,3	Kurang
Sri Supati	Perempuan	66	129/82	Rendah	7	46,7	Kurang
Sulastri	Perempuan	67	120/88	Rendah	9	60,0	Cukup
Sukarni	Perempuan	63	127/89	Rendah	9	60,0	Cukup
Sumini	Perempuan	66	143/74	Tinggi	5	33,3	Kurang
Saikem	Perempuan	65	123/91	Rendah	9	60,0	Cukup
Kusbandia	Perempuan	69	165/84	Tinggi	7	46,7	Kurang
Ngadine m	Perempuan	60	155/86	Tinggi	5	33,3	Kurang
Nuraini	Perempuan	63	127/76	Rendah	9	60,0	Cukup
Ngadina h	Perempuan	66	126/91	Rendah	8	53,3	Kurang
Nesly Siaturi	Perempuan	67	175/82	Tinggi	9	60,0	Cukup
Wagiatik	Perempuan	69	130/80	Normal	6	40,0	Kurang
Riatik	Perempuan	70	136/89	Normal	7	46,7	Kurang
Sugini	Perempu	65	155/99	Tinggi	8	53,3	Kurang

	an						
Seni	Perempuan	61	178/80	Tinggi	9	60,0	Cukup
Siti Purwani	Perempuan	67	178/97	Tinggi	5	33,3	Kurang
Siyem	Perempuan	66	121/79	Rendah	10	66,7	Cukup
Agustina	Perempuan	60	158/82	Tinggi	8	53,3	Kurang
Paina	Perempuan	63	122/80	Rendah	9	60,0	Cukup
Hatijah	Perempuan	60	153/94	Tinggi	6	40,0	Kurang
Jarifin Girsang	Laki-laki	70	169/83	Tinggi	5	33,3	Kurang
Erni Damanik	Perempuan	60	152/80	Tinggi	7	46,7	Kurang
Suhodo	Laki-laki	60	156/85	Tinggi	10	66,7	Cukup
Nursia	Perempuan	60	185/80	Tinggi	11	73,3	Cukup
Lasimen	Perempuan	60	146/90	Tinggi	9	60,0	Cukup
Ngatemi	Perempuan	66	124/72	Rendah	10	66,7	Cukup
Nurcolis	Perempuan	60	176/95	Tinggi	8	53,3	Kurang
Kamto	Laki-laki	66	165/87	Tinggi	6	40,0	Kurang
Supatmi ati	Perempuan	66	140/70	Tinggi	10	66,7	Cukup
Sunarto	Laki-laki	60	138/76	Normal	11	73,3	Cukup
Nursiah	Perempuan	60	174/80	Tinggi	8	53,3	Kurang
Sri Harto	Perempuan	60	145/90	Tinggi	9	60,0	Cukup
Nadina	Perempuan	61	140/90	Tinggi	9	60,0	Cukup
Pur	Perempuan	60	145/80	Tinggi	10	66,7	Cukup
Harmalni	Perempuan	60	140/80	Tinggi	9	60,0	Cukup
Suruta	Perempuan	60	147/83	Tinggi	11	73,3	Cukup
Ugiono	Laki-laki	65	156/98	Tinggi	12	80,0	Cukup
Suwarni	Perempuan	60	134/85	Normal	5	33,3	Kurang
Usbandi a	Perempuan	60	170/80	Tinggi	7	46,7	Kurang

Suwastri	Perempuan	60	135/80	Normal	12	80,0	Baik
Nurila	Perempuan	60	136/87	Normal	12	80,0	Baik
Handayani	Perempuan	60	139/80	Normal	8	53,3	Kurang
Ngadini	Perempuan	70	140/90	Tinggi	8	53,3	Kurang
Faizah	Perempuan	70	150/80	Tinggi	11	73,3	Cukup
Suminah	Perempuan	60	125/80	Rendah	10	66,7	Cukup
Tono sanjaya	Laki-laki	60	140/70	Tinggi	12	80,0	Baik
Sumardi	Perempuan	64	125/80	Rendah	10	66,7	Cukup
Rumi	Perempuan	64	140/90	Tinggi	9	60,0	Cukup
Artik	Perempuan	70	130/80	Normal	5	33,3	Kurang
Jumirat	Perempuan	65	130/80	Normal	8	53,3	Kurang
Sugiem	Perempuan	64	130/80	Normal	8	53,3	Kurang
Sumiati	Perempuan	66	115/80	Rendah	7	46,7	Kurang
Musia	Laki-laki	66	104/57	Rendah	9	60,0	Cukup
Sunarno	Laki-laki	70	162/88	Tinggi	8	53,3	Kurang
Marini	Perempuan	63	139/66	Normal	8	53,3	Kurang
Sukarsi	Perempuan	61	102/73	Rendah	5	33,3	Kurang
Basarudin	Laki-laki	70	148/91	Tinggi	4	26,7	Kurang
Trimo	Laki-laki	70	176/92	Tinggi	12	80,0	Baik
Sukadinah	Perempuan	63	152/80	Tinggi	12	80,0	Baik
Iswati	Perempuan	63	171/80	Tinggi	10	66,7	Cukup
Dioto	Laki-laki	68	120/67	Rendah	7	46,7	Kurang
Tika	Perempuan	66	130/80	Normal	12	80,0	Baik
Wasiah	Perempuan	70	149/78	Tinggi	10	66,7	Cukup

Lampiran 8. Output Spss

A. Univariat

1. Tabel frekuensi berdasarkan jenis kelamin

Kategori Nilai Pengetahuan * Kategori Tekanan darah Crosstabulation

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Laki-Laki	19	20,0	20,0	20,0
	Perempuan	76	80,0	80,0	100,0
	Total	95	100,0	100,0	

2. Tabel frekuensi berdasarkan umur

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	60-65 tahun	50	52,6	52,6	52,6
	Diatas 65 tahun	45	47,4	47,4	100,0
	Total	95	100,0	100,0	

3. Tabel frekuensi berdasarkan pengetahuan gizi seimbang

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Baik	6	6,3	6,3	6,3
	Cukup	35	36,8	36,8	43,2
	Kurang	54	56,8	56,8	100,0
	Total	95	100,0	100,0	

4. Tabel frekuensi berdasarkan tekanan darah

Kategori Tekanan darah

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Normal	12	12,6	12,6	12,6
	Rendah	28	29,5	29,5	42,1
	Tinggi	55	57,9	57,9	100,0
	Total	95	100,0	100,0	

B. bivariate

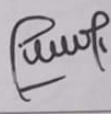
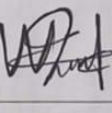
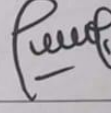
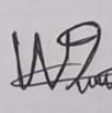
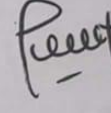
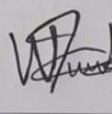
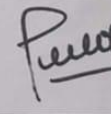
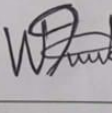
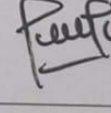
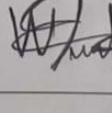
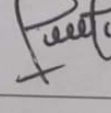
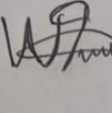
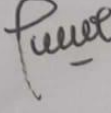
1. Hubungang Pengetahuan Gizi Seimbang Dengan Kejadian Tekanan Darah

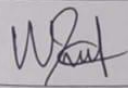
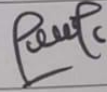
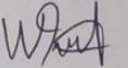
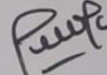
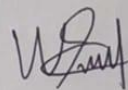
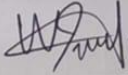
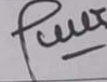
			Kategori Tekanan darah			Total
			Normal	Rendah	Tinggi	
Kategori Nilai Pengetahuan	Baik	Count	3	0	3	6
		Expected Count	,8	1,8	3,5	6,0
		% within Kategori Nilai Pengetahuan	50,0%	0,0%	50,0%	100,0%
		% within Kategori Tekanan darah	25,0%	0,0%	5,5%	6,3%
		% of Total	3,2%	0,0%	3,2%	6,3%
	Cukup	Count	1	13	21	35
		Expected Count	4,4	10,3	20,3	35,0
		% within Kategori Nilai Pengetahuan	2,9%	37,1%	60,0%	100,0%
		% within Kategori Tekanan darah	8,3%	46,4%	38,2%	36,8%
		% of Total	1,1%	13,7%	22,1%	36,8%
	Kurang	Count	8	15	31	54
		Expected Count	6,8	15,9	31,3	54,0
		% within Kategori Nilai Pengetahuan	14,8%	27,8%	57,4%	100,0%
		% within Kategori Tekanan darah	66,7%	53,6%	56,4%	56,8%
		% of Total	8,4%	15,8%	32,6%	56,8%
Total	Count		12	28	55	95
	Expected Count		12,0	28,0	55,0	95,0
	% within Kategori Nilai Pengetahuan		12,6%	29,5%	57,9%	100,0%
	% within Kategori Tekanan darah		100,0%	100,0%	100,0%	100,0%
	% of Total		12,6%	29,5%	57,9%	100,0%

Lampiran 9. Bukti Bimbingan Karya Tulis Ilmiah

Lampiran 9. Bukti Bimbingan Karya Tulis Ilmiah

Nama : Wiwinda Sitingjak
 Nim : P01031121145
 Judul : Hubungan Pengetahuan Gizi Seimbang Dengan Kejadian Tekanan Darah Pada Lansia
 Dosen Pembimbing : Dr. Mahdiah, DCN, M.Kes

No	Tanggal	Topik Bimbingan	T. Tangan Mahasiswa	T. Tangan Dosen Pembimbing
1.	14 September 2023	Penyerahan surat dosen pembimbing dan pengenalan		
2.	15 September 2023	Diskusi topik masalah yang akan menjadi topik penelitian		
3.	17 Oktober 2023	Pengajuan judul penelitian dan Mencari referensi topik seperti jurnal		
4.	7 November 2023	Perbaikan judul yang tepat		
5.	11 November 2023	Pengajuan Bab I, Bab II, Bab III		
6.	14 November 2023	Revisi Bab I, Bab II, Bab III		
7.	16 November 2023	Meminta izin untuk penelitian kepada Kepala Puskesmas Dalu Sepuluh		

19	18 November 2024	ACC revisi Usulan penelitian		
	26 November 2024	ACC revisi Usulan Penelitian Dari Penguji 1		
20	28 November 2024	ACC Revisi Usulan Penelitian Dari Penguji 2		
21	11 Desember 2024	Jilid Lux		

Lampiran 10. Dokumentasi



Lampiran 11. Daftar Riwayat Hidup

Nama : Wiwinda Sitinjak

Tempat, Tanggal Lahir : Medan, 02 Januari 2003

Jumlah Anggota Keluarga : 4 Orang

Alamat Rumah : Jl. Sagu 13 No 17 Perumnas Simalingkar

No Hp / Telepon : 081268163209

Riwayat Pendidikan

SD : SD Swasta Katolik Budi Murni 2 Medan

SMP : SMP Negeri 41 Medan

SMA : SMA Swasta Katolik St. Petrus Medan

Lampiran 12. Surat Pernyataan Keaslian KTI

Lampiran 12. Surat Pernyataan Keaslian KTI

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Wiwinda Sitinjak

NIM : P01031121145

Menyatakan bahwa data penelitian yang terdapat di Karya Tulis Ilmiah saya adalah benar saya ambil dan bila tidak saya bersedia mengikuti ujian ulang.

Yang membuat pernyataan



Wiwinda Sitinjak
Wiwinda Sitinjak