

DAFTAR PUSTAKA

- Agustina, R., & Raharjo, B. B. (2015). Faktor Risiko Yang Berhubungan Dengan Kejadian Hipertensi Usia Produktif (25-54 Tahun). *Unnes Journal of Public Health*, 4(4), 146–158.
- Aristi, D. L. A., Rasni, H., Susumaningrum, L. A., Susanto, T., & Siswoyo, S. (2020). Hubungan Konsumsi Makanan Tinggi Natrium dengan Kejadian Hipertensi pada Buruh Tani di Wilayah Kerja Puskesmas Panti Kabupaten Jember. *Buletin Penelitian Sistem Kesehatan*, 23(1), 53–60.
- Asmita. D. Nababan. (2020). Hubungan Pola Makan Dengan Status Hipertensi Pada Orang Dewasa Usia 40-60 Tahun Di Desa Paniaran Kecamatan Siborongborong. 54.
- Agustini, Zuhro. 2013. Hubungan Asupan Lemak (Lemak Jenuh, Tak Jenuh, Kolesterol) dan Natrium terhadap Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi di Poli Penyakit Dalam RSP Batu. Universitas Brawijaya Malang
- Aji Ari Widiyanto, (2018). Hubungan pola makan dan gaya hidup dengan angka kejadian hipertensi pralansia dan lansia di Wilayah Kerja Puskesmas I Kembaran. *Jurnal. Jakarta*
- Br Purba, R. H. (2021). Literature Review : Gambaran Pola Makan Pada Penderita Hipertensi (Vol. 3, Issue March).
- Budiarti, (2020). Hubungan Asupan Natrium, Lemak dan Rasio Lingkar Pinggang Plinggul (RLPP) Terhadap Tekanan Darah Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Pasar Ikan Kota Bengkulu. *Sustainability (Switzerland)*, 4(1), 1–9.
- Crie Handini, M., & Sirait, A. (2019). Gaya Hidup Suku Batak Yang Menderita Penyakit Jantung Koroner (Studi Ethnografi Di Rsud Dr. Pirngadi Medan Tahun 2018). *Jurnal Ilmiah Kohesi*, 3(3), 1–13.

- Dalyoko, D. A. P., Ambarwati. (2011). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kontrol Hipertensi Pada Lansia Di Pos Pelayanan Terpadu Wilayah Kerja Puskesmas Mojosongo Boyolali. *Jurnal Kesehatan*, 4(1), 201–214.
- Dewi, Y. C. (2017). Hubungan Asupan Lemak dengan Tekanan Darah pada Pegawai Negeri Sipil di Dinas Kesehatan Kota Surakarta. *Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta*.
- Devi, Nirmala. 2010. *Nutrition and Food*. PT. Kompas Media Nusantara, Jakarta
- Fauziyyah, A. N., Mustakim, M., & Sofiany, I. R. (2021). Pola Makan dan Kebiasaan Olahraga Remaja. *Jurnal Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 2(2), 115–122. <https://doi.org/10.15294/jppkmi.v2i2.51971>
- Ghidurus M, Turtor M, Boskou G, Niculita P, Stan V. Nutritional and Health Aspects Related to Frying. *Romanian Biotechnological University of Bucharest*. 2010;Vol.15,No.6
- Hanum, P., & Lubis, R. (2017). Hubungan Karakteristik dan Dukungan Keluarga Lansia Dengan Kejadian Stroke Pada Lansia Hipertensi Di Rumah Sakit Umum Pusat Haji Adam Malik Medan Support from the Elderly Families, Stroke in the Elderly with Hypertension. *Jumantik*, 3(1), 72–88.
- Harianja, B., P Nadapdap, T., & Anto, A. (2022). Analisis Faktor Yang Memengaruhi Kejadian Hipertensi Pada Suku Batak Di Wilayah Kerja Puskesmas Cikampak Kabupaten Labuhan Batu Selatan. *Jurnal Kesmas Prima Indonesia*, 3(1), 7–1
- Kurniasih, D. R., & Aruben, (2018). Hubungan Konsumsi Natrium, Kalium, Kafein, Kebiasaan Merokok dan Aktivitas Fisik dengan Hipertensi pada Lansia di Desa Wilayah Kerja Puskesmas Duren Kabupaten Semarang Tahun 2018. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*.

- Lebalado, L. P., & Mulyati, T. (2014). Pengaruh Pemberian Jus Mentimun (*Cucumis sativus* L.) Terhadap Tekanan Darah Sistolik dan Diastolik Pada Penderita Hipertensi. *Journal of Nutrition College*, 3(3), 396–403.
- Mapagerang, R., & Alimin, M. (2018). Hipertensi Dengan Kontrol Diet Rendah Garam. *Jikp(Jurnal Ilmiah Kesehatan Pencerah)*, 7(1), 1–8.
- MISBAH. (2006). Hubungan antara kebiasaan hidup dengan kejadian hipertensi pada lansia.
- Murray RK, Daryl KG, Victor WR. 2009. *Biokimia Harper*. Edisi 27. Jakarta: EGC
- Nurwijayanti, N. (2018). Pola Makan, Kebiasaan Sarapan dan Status Gizi Berhubungan Dengan Prestasi Belajar Siswa SMK di Kota Kediri. *Care : Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan*, 6(1), 54.
- Pangan, S. K. (2006). kementerian kesehatan republik indonesia. *Survey Konsumsi Pangan, 1999(December)*, 1–6.
- Panjaitan, I. A. (2018) Hubungan Asupan Serat, Asupan Natrium dan Aktivitas Fisik Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia di Kecamatan Salak Kabupaten Pakpak Bharat Tahun 2017, Universitas Sumatera Utara.
- Rusiani, H. (2017). Gambaran Pola Konsumsi Pada Lansia Penderita Hipertensi. *Skripsi*, April, 1–63.
- Rihiantoro, T., & Widodo, M. (2018). Hubungan Pola Makan dan Aktivitas Fisik dengan Kejadian Hipertensi di Kabupaten Tulang Bawang. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Sai Betik*, 13(2), 159.
- Rohatin, A., & Prayuda, C. W. (2020). Hubungan Asupan Natrium, Kalium dengan Hipertensi pada Lansia di Poliklinik Penyakit Dalam. *Jurnal Fakultas Ilmu Kesehatan*, 1(1), 13.
- Soekirman, (2016). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Penyakit Hipertensi di Kelurahan Tegal Rejo Jawa Tengah.

- Supratman, A. (2019). Hubungan Gaya Hidup Dengan Kejadian Hipertensi Pada Usia Dewasa Muda (20-44 Tahun) di Wilayah Kerja Puskesmas Kampung Dalam Pontianak Timur.
- Sudoyo AW. Buku ajar ilmu penyakit dalam, jilid 1, cetakan kedua, Pusat Penerbitan Departemen Ilmu Penyakit Dalam FKUI Jakarta, 2007
- Sari, N. (2019). Hubungan Asupan Zat Gizi Mikro Natrium dan Kalium dengan Tekanan Darah pada Lansia di Kabupaten Probolinggo. In Skripsi Universitas Brawijaya
- Hawper, 2010 Asupan Gizi dan Status Gizi Sebagai Faktor Risiko Hipertensi Pada Lansia di Puskesmas Bengkulu. The Indonesian Journal of Clinical Nutrition. Vol.4 No 1.
- Helen et all, 2018. Pola Makan Dan Kebiasaan Makan Suku Batak Toba. Jurnal. FKM. Univ. Islam Negeri Sumatera Utara.
- Herawati, Novia Tri., Dedi Alamsyah., & Andri Dwi Hernawan. (2020) Hubungan antara Asupan Lemak, Gula, Garam dan Aktifitas Fisik dengan Kejadian Hipertensi pada Usia 20-40 Tahun Studi Kasus Posbindu PTM di Desa Secapah Sengkubang Wilayah Kerja Puskesmas Mempawah Hilir. Jurnal Penelitian Kesehatan. 7(1) : 34-43.
- Hall, J. E. (2019). Buku Ajar Fisiologi Kedokteran Edisi 13. Elsevier Health Sciences.
- Widyarni, A., & Dhewi, S. (2021). Hubungan Pengetahuan Dan Pola Makan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Pra Lansia Di Wilayah Kerja UPT Puskesmas Marabahan Kabupaten Barito Kuala Tahun 2021.
- Wulandari, R. (2020). Hubungan Asupan Gizi dan Status Gizi Dengan Tekanan Darah Sistolik Pada Komunitas Vegetarian Di Vihara Maitreya Kota Bengkulu Tahun 2020 (Vol. 68, Issue 1).
- Wulandari, D., Farkhatun, & Widayani, S. (2021). Upaya Meningkatkan Status Gizi Pada Lansia Melalui Pola Makan dan Gaya Hidup Sehat. Jurnal Ilmiah Ultras, 4(2), 50–51.

- Yonata, A., & Pratama, A. S. P. (2016). Hipertensi sebagai Faktor Pencetus Terjadinya Stroke. *Jurnal Majority*, 5(3), 17–21.
- Yenti, W. (2019) Hubungan Asupan Lemak dan Natrium, Aktivitas Fisik dan Status Gizi dengan Hipertensi pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Belimbing Kota Padang Tahun 2019. Universitas Andalas.
- Zainuddin, A., & Yunawati, I. (2018). Asupan Natrium dan Lemak Berhubungan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia di Wilayah Poasia Kota Kendari. *Seminar Nasional Teknologi Terapan Berbasis Kearifan Lokal*, 1(1), 581-588. Zaenurrohman.

Lampiran 1.

Master Tabel

No	Nama	Umur (Tahun)	JK	Pendidikan	Pekerjaan	Tekanan Darah	Kategori Status Hipertensi	Asupan Lemak			Rata-rata asupan lemak	Kategori asupan lemak	Asupan Natrium			Rata-rata asupan natrium	Kategori asupan natrium
								H-1	H-2	H-3			H-1	H-2	H-3		
1	BG	50	PR	SMA	IRT	150/90 mmHg	Hipertensi	30.0	51.0	60.0	47.00	Cukup	2350.0	2342.4	2521.2	2404.53	Lebih
2	ND	41	LK	SMA	Karyawan	120/80 mmHg	Normal	50.3	33.0	47.0	43.43	Kurang	2550.1	2202.6	2493.3	2415.33	Lebih
3	RS	50	LK	SMP	Petani	160/90 mmHg	Hipertensi	56.8	40.0	50.0	48.93	Cukup	2273.8	2739.3	2446.2	2486.43	Lebih
4	MS	44	PR	SMP	IRT	156/90 mmHg	Hipertensi	55.4	37.0	49.0	47.13	Kurang	1659.3	1065.0	1749.5	1491.27	Cukup
5	SS	58	LK	SMP	Petani	142/90 mmHg	Hipertensi	65.0	55.0	46.0	55.33	Cukup	3912.2	2033.2	1476.8	2474.07	Lebih
6	HO	60	PR	SMP	IRT	169/100 mmHg	Hipertensi	42.3	48.0	50.0	46.77	Cukup	2481.4	2064.9	2657.3	2401.20	Lebih
7	TS	62	PR	SMP	IRT	154/90 mmHg	Hipertensi	65.8	56.0	44.0	55.27	Cukup	2079.4	2487.0	2654.0	2406.80	Lebih
8	LM	60	LK	SMP	Petani	155/90 mmHg	Hipertensi	49.5	50.0	50.0	49.83	Cukup	2588.3	2194.1	2476.0	2419.47	Lebih
9	TT	80	PR	SMP	IRT	111/70 mmHg	Normal	35.0	23.0	40.0	32.67	Kurang	2216.0	1965.6	1452.2	1877.93	Cukup
10	HS	57	LK	SMP	Petani	180/94 mmHg	Hipertensi	66.0	50.0	52.0	56.00	Cukup	2346.2	2536.0	2372.5	2418.23	Lebih
11	RN	50	LK	SMP	Wiraswas ta	150/90 mmHg	Hipertensi	83.0	61.0	78.0	74.00	Lebih	3513.5	2006.7	2097.3	2539.17	Lebih
12	HT	64	PR	SMP	Petani	197/100 mmHg	Hipertensi	69.4	70.0	62.0	67.13	Lebih	2721.7	2745.5	2664.2	2710.47	Lebih
13	RH	51	PR	SMP	Petani	157/90 mmHg	Hipertensi	35.6	40.0	45.0	40.20	Cukup	2617.8	2327.1	2261.0	2401.97	Lebih
14	RO	69	PR	SD	IRT	151/90 mmHg	Hipertensi	56.4	43.0	65.0	54.80	Lebih	3038.4	2744.1	2362.0	2714.83	Lebih
15	GS	54	PR	SMA	Petani	165/90 mmHg	Hipertensi	43.0	69.0	51.0	54.33	Cukup	1064.5	1562.4	963.0	1196.63	Cukup
16	RB	53	PR	SMA	IRT	120/80 mmHg	Normal	69.0	53.0	60.0	60.67	Lebih	2378.2	2322.1	2571.1	2423.80	Lebih
17	JM	59	LK	SMP	Petani	150/90 mmHg	Hipertensi	20.0	33.0	44.0	32.33	Kurang	2280.5	2541.0	2390.2	2403.90	Lebih
18	MS	62	PR	SMP	IRT	164/90 mmHg	Hipertensi	18.6	25.0	45.0	29.53	Kurang	2454.6	2552.0	2235.4	2414.00	Lebih

19	EN	41	PR	SMP	IRT	112/80 mmHg	Normal	69.5	71.0	77.5	72.67	Lebih	2341.3	2465.2	345.0	1717.17	Cukup
20	RM	49	PR	SMA	IRT	110/70 mmHg	Normal	39.0	50.0	53.0	47.33	Kurang	1904.4	402.0	2602.6	1636.33	Cukup
21	HS	51	LK	SMA	Wiraswas ta	160/92 mmHg	Hipertensi	66.0	76.0	78.0	73.33	Lebih	3173.2	2860.1	1461.0	2498.10	Lebih
22	JN	56	LK	SMP		Petani	Hipertensi	65.0	80.0	77.0	74.00	Lebih	2445.8	2848.3	1942.1	2412.07	Lebih
23	RO	54	PR	SD	IRT	114/80 mmHg	Normal	32.4	39.0	46.0	39.13	Kurang	1922.7	1056.9	1638.4	1539.33	Cukup
24	MG	53	PR	SMP	IRT	113/70 mmHg	Normal	22.5	33.0	50.0	35.17	Kurang	1964.2	384.0	1723.3	1357.17	Cukup
25	MS	72	LK	SMP	Petani	145/90 mmHg	Hipertensi	40.3	50.0	52.0	47.43	Cukup	2100.5	1634.6	1047.0	1594.03	Cukup
26	SR	76	PR	SMP	Petani	157/96 mmHg	Hipertensi	69.6	44.0	55.0	56.20	Lebih	2464.3	2217.0	1938.0	2206.43	Cukup
27	JT	43	PR	SD	Petani	120/80 mmHg	Normal	74.0	77.0	69.0	73.33	Lebih	1567.6	526.2	2423.2	1505.67	Cukup
28	NH	60	PR	SMA	Petani	120/80 mmHg	Normal	41.0	38.0	48.0	42.33	Cukup	2679.2	2162.1	2397.4	2412.90	Lebih
29	RS	69	PR	SMP	Petani	112/80 mmHg	Normal	30.0	23.0	40.0	31.00	Kurang	2363.3	2299.3	2548.3	2403.63	Lebih
30	HA	55	PR	SMP	Wiraswas ta	100/80 mmHg	Normal	27.0	33.0	42.0	34.00	Kurang	2044.8	2947.5	2326.4	2439.57	Lebih
31	DH	57	PR	SMA		Petani	Normal	25.0	48.0	51.0	41.33	Cukup	1037.0	631.0	1622.0	1096.67	Cukup
32	HS	52	PR	SMP	Petani	114/70 mmHg	Normal	29.0	50.0	38.0	39.00	Kurang	1093.3	1403.3	2060.0	1518.87	Cukup
33	SS	67	PR	SMP	Petani	118/70 mmHg	Normal	32.5	43.0	55.0	43.50	Cukup	2250.0	852.1	1762.9	1621.67	Cukup
34	TB	78	PR	SMA	Petani	120/80 mmHg	Normal	58.0	45.0	61.0	54.67	Lebih	1345.0	1042.4	1855.3	1414.23	Cukup
35	RH	65	PR	SMA	IRT	120/80 mmHg	Normal	19.5	28.0	50.0	32.50	Kurang	1941.7	862.2	1764.0	1522.63	Cukup
36	ML	61	PR	SMP	Petani	159/97 mmHg	Hipertensi	62.0	43.0	58.0	54.33	Cukup	2374.1	2548.0	2325.3	2415.80	Lebih
37	MS	50	PR	SMA	Petani	120/80 mmHg	Normal	50.0	54.0	76.0	60.00	Lebih	1453.6	472.2	1683.6	1203.13	Cukup
38	TS	68	PR	SMP	Petani	114/80 mmHg	Normal	34.0	47.0	46.0	42.33	Cukup	1316.3	589.7	1735.0	1213.67	Cukup
39	EN	58	LK	SMP	Petani	148/94 mmHg	Hipertensi	44.0	37.0	46.0	42.33	Kurang	2634.1	764.0	1936.5	1778.20	Cukup
40	JT	47	LK	SMA	Petani	145/90 mmHg	Hipertensi	88.0	89.4	77.0	84.80	Lebih	2202.0	1221.9	922.3	1448.73	Cukup

Lampiran 2. Pengolahan Data

1. Karakteristik Sampel Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Laki-laki	12	30,0	30,0	30,0
	Perempuan	28	70,0	70,0	100,0
	Total	40	100,0	100,0	

2. Karakteristik Sampel Berdasarkan Umur

Umur					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Dewasa Akhir (41-45 Tahun)	4	10,0	10,0	10,0
	Lansia Awal (46-55 Tahun)	14	35,0	35,0	45,0
	Lansia Akhir (56-65 Tahun)	14	35,0	35,0	80,0
	Manula (>65 Tahun)	8	20,0	20,0	100,0
	Total	40	100,0	100,0	

3. Karakteristik Sampel Berdasarkan Pendidikan

Pendidikan					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	SD	3	7,5	7,5	7,5
	SMP	25	62,5	62,5	70,0
	SMA	12	30,0	30,0	100,0
	Total	40	100,0	100,0	

4. Karakteristik Sampel Berdasarkan Pekerjaan

Pekerjaan				
	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid IRT	13	32,5	32,5	32,5
Petani	23	57,5	57,5	90,0
Karyawan	1	2,5	2,5	92,5
Wiraswasta	3	7,5	7,5	100,0
Total	40	100,0	100,0	

5. Frekuensi Asupan Lemak

Kategori Asupan Lemak				
	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Kurang	13	32,5	32,5	32,5
Cukup	15	37,5	37,5	70,0
Lebih	12	30,0	30,0	100,0
Total	40	100,0	100,0	

6. Frekuensi Asupan Natrium

Kategori Asupan Natrium				
	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Cukup	19	47,5	47,5	47,5
Lebih	21	52,5	52,5	100,0
Total	40	100,0	100,0	

7. Frekuensi Status Hipertensi

Kategori Status Hipertensi

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Normal	17	42,5	42,5	42,5
Hipertensi	23	57,5	57,5	100,0
Total	40	100,0	100,0	

8. Hubungan Asupan Lemak dengan Kejadian Hipertensi

Case Processing Summary

	Cases					
	Valid		Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
Kategori Asupan Lemak * Kategori Status Hipertensi	40	100,0%	0	0,0%	40	100,0%

Kategori Asupan Lemak * Kategori Status Hipertensi
Crosstabulation

			Kategori Status Hipertensi		Total
			Normal ≤120/80 mmHg	Hipertensi >12 0/80mmHg	
Kategori Asupan Lemak	Kurang	Count	8	5	13
		Expected Count	5,5	7,5	13,0
		% within Kategori Asupan Lemak	61,5%	38,5%	100,0%
		% within Kategori Status Hipertensi	47,1%	21,7%	32,5%
		% of Total	20,0%	12,5%	32,5%
	Cukup	Count	4	11	15
		Expected Count	6,4	8,6	15,0
		% within Kategori Asupan Lemak	26,7%	73,3%	100,0%
		% within Kategori Status Hipertensi	23,5%	47,8%	37,5%
		% of Total	10,0%	27,5%	37,5%
	Lebih	Count	5	7	12
		Expected Count	5,1	6,9	12,0
		% within Kategori Asupan Lemak	41,7%	58,3%	100,0%
		% within Kategori Status Hipertensi	29,4%	30,4%	30,0%
		% of Total	12,5%	17,5%	30,0%
Total	Count	17	23	40	
	Expected Count	17,0	23,0	40,0	
	% within Kategori Asupan Lemak	42,5%	57,5%	100,0%	
	% within Kategori Status Hipertensi	100,0%	100,0%	100,0%	
	% of Total	42,5%	57,5%	100,0%	

Chi-Square Tests

	Value	Df	Asymptotic Significance (2-sided)
Pearson Chi-Square	3,470 ^a	2	,176
Likelihood Ratio	3,527	2	,171
N of Valid Cases	40		

a. 0 cells (0,0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 5,10.

9. Hubungan Asupan Natrium dengan Kejadian Hipertensi

Case Processing Summary

	Cases					
	Valid		Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
Kategori Asupan Natrium * Kategori Status Hipertensi	40	100,0%	0	0,0%	40	100,0%

Kategori Asupan Natrium * Kategori Status Hipertensi Crosstabulation

			Kategori Status Hipertensi		Total
			Normal ≤120/80 mmHg	Hipertensi >120/80m mHg	
Kategori Asupan Natrium	Cukup	Count	13	6	19
		Expected Count	8,1	10,9	19,0
		% within Kategori Asupan Natrium	68,4%	31,6%	100,0%
		% within Kategori Status Hipertensi	76,5%	26,1%	47,5%
		% of Total	32,5%	15,0%	47,5%
	Lebih	Count	4	17	21
		Expected Count	8,9	12,1	21,0
		% within Kategori Asupan Natrium	19,0%	81,0%	100,0%
		% within Kategori Status Hipertensi	23,5%	73,9%	52,5%
		% of Total	10,0%	42,5%	52,5%
Total		Count	17	23	40
		Expected Count	17,0	23,0	40,0
		% within Kategori Asupan Natrium	42,5%	57,5%	100,0%
		% within Kategori Status Hipertensi	100,0%	100,0%	100,0%
		% of Total	42,5%	57,5%	100,0%

Chi-Square Tests

	Value	Df	Asymptotic Significance (2-sided)	Exact Sig. (2- sided)	Exact Sig. (1- sided)
Pearson Chi-Square	9,950 ^a	1	,002		
Continuity Correction ^b	8,033	1	,005		
Likelihood Ratio	10,399	1	,001		
Fisher's Exact Test				,003	,002
N of Valid Cases	40				

- a. 0 cells (0,0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 8,07.
- b. Computed only for a 2x2 table

Lampiran 3.

PERNYATAAN KETERSEDIAAN MENJADI SUBJEK PENELITIAN (INFORMED CONSENT)

Yang bertanda tangan dibawah ini, saya

Nama :

Tempat Tgl Lahir :

Alamat :

Dengan ini bersedia turut berpartisipasi menjadi responden penelitian ini sampai selesai dengan judul penelitian “Hubungan asupan lemak dan natrium dengan kejadian hipertensi pada suku batak toba didusun Kampung Beringin” yang akan dilakukan oleh :

Nama : Elvi Shinta Uli Br.Sitorus

Alamat : Jl. Petapahan Prona 1 Kec. Lubuk Pakam
Kab. Deli serdang

Instansi : Poltekkes Kemenkes Medan Jurusan
Gizi Prodi-DIV

No. HP : 082160678447

Demikian surat pernyataan ini saya perbuat dengan sesungguhnya tanpa ada paksaan dari siapapun.

Lubuk Pakam,.....2023

Peneliti

Responden

(Elvi Shinta Uli Br. Sitorus)

(.....)

Lampiran 4. Food Recall

HASIL PERHITUNGAN DIET HARI KE-1/HT

Nama Makanan carbohydr.	Jumlah	energy
----------------------------	--------	--------

pagi 07.00

nasi putih	100 g	130,0 kcal	28,6 g
ikan asin kering	85 g	260,0 kcal	0,0 g
tempe goreng	65 g	230,1 kcal	9,9 g
sayur asem	65 g	31,8 kcal	3,7 g

Meal analysis: energy 652,0 kcal (44 %), carbohydrate 42,3 g (32 %)

siang 13.00

nasi putih	100 g	130,0 kcal	28,6 g
telur asin	70 g	108,6 kcal	0,8 g
ikan asin kembung	70 g	78,5 kcal	0,0 g
sayur daun singkong	60 g	37,1 kcal	2,2 g

Meal analysis: energy 354,2 kcal (24 %), carbohydrate 31,6 g (24 %)

snack 04.00

mie ayam	100 g	141,0 kcal	28,3 g
----------	-------	------------	--------

Meal analysis: energy 141,0 kcal (9 %), carbohydrate 28,3 g (21 %)

malam 19.00

nasi putih	100 g	130,0 kcal	28,6 g
daging sapi	75 g	201,7 kcal	0,0 g
sayur bayam	60 g	7,2 kcal	1,1 g

Meal analysis: energy 338,9 kcal (23 %), carbohydrate 29,7 g (23 %)

=====			
HASIL PERHITUNGAN			
=====			
Zat Gizi	hasil analisis nilai	rekendasi nilai/hari	persentase pemuhan
energy	1486,1 kcal	1900,0 kcal	78 %
water	0,0 g	2700,0 g	0 %
protein	125,2 g(35%)	48,0 g(12 %)	261 %
fat	48,4 g(29%)	77,0 g(< 30 %)	63 %
carbohydr.	131,9 g(36%)	351,0 g(> 55 %)	38 %
dietary fiber	5,3 g	30,0 g	18 %
alcohol	0,0 g	-	-
PUFA	10,2 g	10,0 g	102 %
cholesterol	512,2 mg	-	-
Vit. A	617,8 µg	800,0 µg	77 %
carotene	0,0 mg	-	-
Vit. E	0,0 mg	-	-
Vit. B1	0,5 mg	1,0 mg	47 %
Vit. B2	0,9 mg	1,2 mg	77 %
Vit. B6	1,9 mg	1,2 mg	157 %
folic acid eq.	0,0 µg	-	-
Vit. C	21,6 mg	100,0 mg	22 %
sodium	4049,7 mg	2000,0 mg	202 %
potassium	2014,1 mg	3500,0 mg	58 %
calcium	309,5 mg	1000,0 mg	31 %
magnesium	347,3 mg	310,0 mg	112 %
phosphorus	1120,1 mg	700,0 mg	160 %
iron	8,8 mg	15,0 mg	59 %
zinc	8,9 mg	7,0 mg	127 %

=====

HASIL PERHITUNGAN DIET HARI KE-2/HT

=====

Nama Makanan	Jumlah	energy	carbohydr.
--------------	--------	--------	------------

pagi 07.00

nasi putih	100 g	130,0 kcal	28,6 g
daging ayam	65 g	185,2 kcal	0,0 g
tumis bayam belu	55 g	36,3 kcal	0,5 g

Meal analysis: energy 351,5 kcal (23 %), carbohydrate 29,1 g (19 %)

siang 13.00

nasi putih	100 g	130,0 kcal	28,6 g
ikan asin gabus	70 g	171,5 kcal	0,0 g
kerang	65 g	67,0 kcal	2,9 g
sayur nangka belu	55 g	36,3 kcal	4,8 g

Meal analysis: energy 404,7 kcal (27 %), carbohydrate 36,2 g (23 %)

snack 04.00

kerupuk singkong	100 g	288,0 kcal	70,2 g
telur ayam bagian kuning	80 g	222,4 kcal	1,8 g

Meal analysis: energy 510,4 kcal (33 %), carbohydrate 72,0 g (46 %)

malam 19.00

nasi putih	50 g	65,0 kcal	14,3 g
ikan asin kembung	70 g	78,5 kcal	0,0 g
tahu goreng	50 g	103,0 kcal	0,9 g
tumis terong belu	50 g	12,0 kcal	2,8 g

Meal analysis: energy 258,4 kcal (17 %), carbohydrate 18,0 g (12 %)

HASIL PERHITUNGAN

Zat Gizi	hasil analisis Nilai	rekomendasi nilai/hari	persentase pemenuhan
energy	762,5 kcal	1800,0 kcal	42 %
water	0,0 g	2250,0 g	0 %
protein	53,9 g(29%)	46,0 g(12 %)	117 %
fat	25,4 g(30%)	65,0 g(< 30 %)	39 %
carbohydr.	77,7 g(42%)	293,0 g(> 55 %)	27 %
dietary fiber	3,5 g	30,0 g	12 %
alcohol	0,0 g	-	-
PUFA	3,8 g	10,0 g	38 %
cholesterol	623,5 mg	-	-
Vit. A	424,0 µg	800,0 µg	53 %
carotene	0,0 mg	-	-
Vit. E	0,0 mg	-	-
Vit. B1	0,4 mg	1,0 mg	40 %
Vit. B2	0,5 mg	1,2 mg	44 %
Vit. B6	1,0 mg	1,2 mg	87 %
folic acid eq.	0,0 µg	-	-
Vit. C	34,9 mg	100,0 mg	35 %
sodium	1902,6 mg	2000,0 mg	95 %
potassium	1062,0 mg	3500,0 mg	30 %
calcium	142,7 mg	1000,0 mg	14 %
magnesium	150,5 mg	300,0 mg	50 %
phosphorus	601,8 mg	700,0 mg	86 %
iron	7,6 mg	10,0 mg	76 %
zinc	3,8 mg	7,0 mg	54 %

=====

HASIL PERHITUNGAN DIET HARI KE-3/HT

=====

Nama Makanan	Jumlah	energy	carbohydr.
--------------	--------	--------	------------

pagi 07.00

nasi putih	50 g	65,0 kcal	14,3 g
ikan asin teri	60 g	201,1 kcal	0,0 g
tumis terong belu	50 g	12,0 kcal	2,8 g

Meal analysis: energy 278,0 kcal (26 %), carbohydrate 17,1 g (15 %)

siang 13.00

nasi putih	100 g	130,0 kcal	28,6 g
semur daging ayam belu	60 g	275,3 kcal	0,0 g
sayur bayam jagung	50 g	18,5 kcal	4,2 g

Meal analysis: energy 423,9 kcal (40 %), carbohydrate 32,8 g (28 %)

snack 04.00

roti manis	80 g	227,9 kcal	45,4 g
teh manis	60 g	7,7 kcal	1,9 g

Meal analysis: energy 235,7 kcal (22 %), carbohydrate 47,3 g (41 %)

malam 19.00

nasi putih	50 g	65,0 kcal	14,3 g
ikan asin pari	60 g	50,3 kcal	0,0 g
sayur gambas	50 g	15,1 kcal	3,8 g

Meal analysis: energy 130,4 kcal (12 %), carbohydrate 18,1 g (16 %)

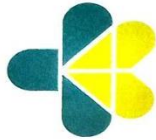
HASIL PERHITUNGAN

Zat Gizi	hasil analisis nilai	rekomendasi nilai/hari	persentase pemenuhan
energy	356,0 kcal	1800,0 kcal	20 %
water	0,0 g	2250,0 g	0 %
protein	21,6 g(25%)	46,0 g(12 %)	47 %
fat	12,5 g(31%)	65,0 g(< 30 %)	19 %
carbohydr.	38,4 g(44%)	293,0 g(> 55 %)	13 %
dietary fiber	1,7 g	30,0 g	6 %
alcohol	0,0 g	-	-
PUFA	1,2 g	10,0 g	12 %
cholesterol	26,6 mg	-	-
Vit. A	34,7 µg	800,0 µg	4 %
carotene	0,0 mg	-	-
Vit. E	0,0 mg	-	-
Vit. B1	0,1 mg	1,0 mg	11 %
Vit. B2	0,1 mg	1,2 mg	11 %
Vit. B6	0,2 mg	1,2 mg	18 %
folic acid eq.	0,0 µg	-	-
Vit. C	1,5 mg	100,0 mg	2 %
sodium	540,8 mg	2000,0 mg	27 %
potassium	367,9 mg	3500,0 mg	11 %
calcium	354,6 mg	1000,0 mg	35 %
magnesium	58,7 mg	300,0 mg	20 %
phosphorus	357,4 mg	700,0 mg	51 %
iron	1,2 mg	10,0 mg	12 %
zinc	1,8 mg	7,0 mg	26 %

Lampiran 5. Dokumentasi Penelitian



Lampiran 6. Surat Izin Peneliti



**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
DIREKTORAT JENDERAL TENAGA KESEHATAN
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MEDAN**

Jl. Jamin Ginting KM. 13,5 Kel. Laucih Medan Tuntungan Kode Pos : 20136
Telepon : 061- 8368633 Fax : 061- 8368644
Website : www.poltekkes-medan.ac.id email : poltekkes_medan@yahoo.com



Lubuk Pakam, 5 Juli 2023

Nomor : KM.03.01/00/02/03/0998-1 /2023
Lampiran : -
Perihal : Izin Penelitian

Kepada Yth:
Kepala Dusun Kampung Beringin

di _
Tempat

Sesuai dengan kurikulum Prodi Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika dimana mahasiswa semester VIII diwajibkan menyusun Skripsi. Berkenaan dengan hal tersebut kami mohon izin bagi mahasiswa bimbingan Dr. Ir. Zuraidah Nasution, M.Kes untuk melakukan Penelitian di Dusun Kampung Beringin, Adapun nama mahasiswa tersebut, adalah:

Nama : Elvi Shinta Uli Br. Sitorus

NIM : P01031219118

Judul : Hubungan Asupan Lemak dan Natrium dengan Kejadian Hipertensi pada Suku Batak Toba di Dusun Kampung Beringin.

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

Ketua Jurusan Gizi



Riris Oppusunggu, S.Pd, M.Kes
NIP.196906231990032001



Lampiran 7. Balasan Surat Izin Penelitian



**PEMERINTAH KABUPATEN LABUHANBATU SELATAN
KECAMATAN TORGAMBA
DESA ASAM JAWA**

Jln. Protokol No.140 Aek Batu Email : Desaasamjawa@gmail.com, Website www.Asamjawa.co.id

KODEPOS 21572

Asam Jawa, 08 Juli 2023

No : 140/ 33 /AJ/2023
Sifat : Biasa
Lamp : -
Perihal: **Balasan Surat Izin
Penelitian Penyelesaian Skripsi**

Kepada Yth,
Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan
di_ Tempat

Dengan hormat,

Menindaklanjuti Surat Kementrian Kesehatan Republik Indonesia Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan No.03.01/00/02/03/1321/2023 tanggal 05 Juli 2023, Perihal Permohonan Izin Penelitian Penyelesaian Skripsi kepada mahasiswi:

Nama : **Elvi Shinta Uli BR Sitorus**
NIK : 1222034809990005
NIM : P01031219118
Fakultas : Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan
Program Studi : Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika Jurusan Gizi
Alamat : Dusun Kampung Beringin

Bersama ini kami sampaikan bahwa mahasiswi tersebut di atas dapat kami terima untuk melaksanakan Penelitian Penyelesaian Skripsi di Dusun Kampung Beringin, Desa Asam Jawa terhitung mulai Juli 2023. Dengan judul Skripsi "**Hubungan Asupan Lemak dan Natrium Dengan Kejadian Hipertensi Pada Suku Batak Toba Di Dusun Kampung Beringin**".

Demikian kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasamanya kami ucapkan terimakasih.



Kepala Desa Asam Jawa

HENDRA KUSBANDI, ST

Penata Tk. I (III/d)

NIP : 19830829 201001 1 024

**PERSETUJUAN KEPK TENTANG
PELAKSANAAN PENELITIAN BIDANG KESEHATAN
Nomor: 01.25.24/KEPK/POLTEKKES KEMENKES MEDAN 2023**

Yang bertanda tangan di bawah ini, Ketua Komisi Etik Penelitian Kesehatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan, setelah dilaksanakan pembahasan dan penilaian usulan penelitian yang berjudul :

**“ Hubungan Asupan Lemak Dan Natrium Dengan Kejadian Hipertensi
Pada Suku Batak Toba Di Dusun Kampung Beringin”**

Yang menggunakan manusia dan hewan sebagai subjek penelitian dengan ketua Pelaksana/
Peneliti Utama : **Elvi Shinta Uli Br. Sitorus**
Dari Institusi : **Prodi D-IV Gizi Poltekkes Kemenkes Medan**

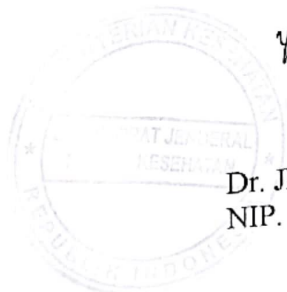
Dapat disetujui pelaksanaannya dengan syarat :
Tidak bertentangan dengan nilai – nilai kemanusiaan dan kode etik penelitian..
Melaporkan jika ada amandemen protokol penelitian.
Melaporkan penyimpangan/ pelanggaran terhadap protokol penelitian.
Melaporkan secara periodik perkembangan penelitian dan laporan akhir.
Melaporkan kejadian yang tidak diinginkan.

Persetujuan ini berlaku sejak tanggal ditetapkan sampai dengan batas waktu pelaksanaan penelitian seperti tertera dalam protokol dengan masa berlaku maksimal selama 1 (satu) tahun.

Medan, 26 Oktober 2023
Komisi Etik Penelitian Kesehatan
Poltekkes Kemenkes Medan

yi Ketua,


Dr. Jhonson P Sihombing, MSc, Apt.
NIP. 196901302003121001



Lampiran 8. Surat Pernyataan

Lampiran 8. Surat Pernyataan

PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Elvi Shinta Uli Br. Sitorus
Nim : P01031219118

Menyatakan bahwa data penelitian yang terdapat di skripsi saya adalah benar saya ambil dan bila tidak saya bersedia mengikuti ujian ulang (Ujian Utama) saya batalkan.

Yang Membuat Pernyataan



(Elvi Shinta Uli Br. Sitorus)

Lampiran 9

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Nama Lengkap : Elvi Shinta Uli Br. Sitorus

Tempat/Tgl Lahir : Torgamba, 08 September 1999

Alamat Rumah : Dusun Kampung Beringin, Kecamatan
Torgamba, Kabupaten Labuhanbatu Selatan

No Hp/Telp : 082160678447

Riwayat Pendidikan :

1. SD NEGERI 112243 KOTAPINANG
2. SMP NEGERI 1 KOTAPINANG
3. SMA NEGERI 1 KOTAPINANG

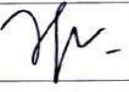
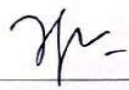
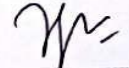
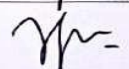
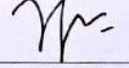
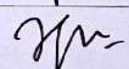
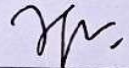
Hobby : Berenang

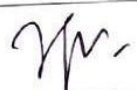
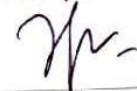
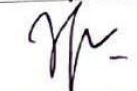
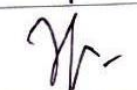
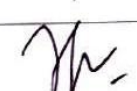
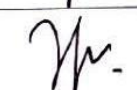
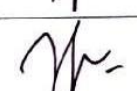
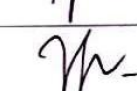
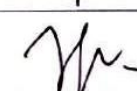
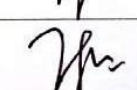
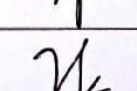
Motto : “Fokus pada tujuan, bukan hambatan”

Lampiran 10. Bukti Bimbingan

Lampiran 10. Bukti Bimbingan

Nama : Elvi Shinta Uli Br. Sitorus
Nim : P01031219118
Judul : Hubungan asupan lemak dan natrium dengan
kejadian hipertensi pada suku batak toba di dusun
kampung beringin
Nama Pembimbing : Prof. Dr. Ir. Zuraidah Nasution, M.Kes

No	Tanggal	Topik Bimbingan	T.Tangan Mahasiswa	T.Tanda Pembimbing
1.	7 april 2022	Menghubungkan dosen pembimbing untuk melakukan pengenalan dan mendapatkan arahan		
2.	8 april 2022	Bergabung di WAG dan mendapatkan arahan		
3.	19 april 2022	Pengajuan judul kepada dosen pembimbing		
4.	20 april 2022	Menyepakati judul yang akan diteliti dan sasaran skripsi		
5.	24 Mei 2022	Revisi BAB I		
6.	28 Juni 2022	Revisi BAB II		
7.	22 Juli 2022	Revisi BAB I, II, III		
8.	25 Juli 2022	Revisi definisi oprasional		
9.	29 Agustus 2022	Persetujuan Usulan Penelitian		

10.	17 Mei 2023	Acc Usulan Proposal		
11.	24 Juli 2023	Diskusi hasil penelitian		
12.	26 Juli 2023	Diskusi Bab IV		
13.	31 Juli 2023	Diskusi dan Revisi Bab IV dan V		
14.	3 Agustus 2023	Persetujuan ACC Untuk Melakukan Seminar Hasil Skripsi		
15.	11 Agustus 2023	Perbaikan setelah seminar hasil dengan pembimbing		
16.	14 Agustus 2023	Perbaikan data Bab IV dan Bab V		
17.	15 Agustus 2023	Acc Skripsi dengan pembimbing		
18.	18 Agustus 2023	Perbaikan Abstrak dengan pembimbing		
19.	28 Desember 2023	Perbaikan setelah seminar hasil dengan penguji 1		
20.	12 Desember 2023	Perbaikan setelah seminar hasil dengan penguji 2		
21.	8 Desember 2023	Parafrase dan turnitin		
22.	13 Desember 2023	ACC Skripsi		