

DAFTAR PUSTAKA

- Adi, A. C. (2016). *Ilmu Gizi Teori dan Aplikasi*. Buku Kedokteran EGC.
- Agnes Savitri, E. D., Prasetyo Budi, N., & Puspita Sari, R. (2021). *Hubungan Pola Makan Dengan Tekanan Darah Pada Orang Dewasa Di Perumahan Mustika Blok H6 Rt 05 Rw 07 Kabupaten Tangerang*. 1(6), 84–90.
- Agustin, R. (2019). *Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia di Puskesmas Lubuk Buaya Tahun 2019*.
- Ahmad Fakhiruddin, P. (2020). *Profil Tekanan Darah Pasien Penyakit Ginjal Kronik Non-Dialisis Di Poliklinik Rawat Jalan Rsup Dr. Wahidin Sudirohusodo Dan Rsp Universitas Hasanuddin*.
- AKG. (2019). *Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 28 Tahun 2019 Tentang Angka Kecukupan Gizi Yang Dianjurkan Untuk Masyarakat Indonesia*.
- Ansar, J., Dwinata, I., & M, A. (2019). Determinan Kejadian Hipertensi Pada Pengunjung Posbindu Di Wilayah Kerja Puskesmas Ballaparang Kota Makassar. *Jurnal Nasional Ilmu Kesehatan (JNIK)*, 1, 28–35.
- Aprilia, B. (2007). *Hubungan Antara Status Gizi, Konsumen Garam Serta Keteraturan Minum Obat Dengan Tekanan Darah Penderita Hipertensi*.
- Bekawan, Alberta, L. T., & Bahrudin, M. (2012). *Hubungan Pola Konsumsi Natrium Dengan Kejadian Hipertensi*. V(3), 126–130.
- Br Purba, R. H. (2021). *Literature Review : Gambaran Pola Makan Pada Penderita Hipertensi* (Vol. 3, Issue March).
- Cinintya, R. F., Rachmawati, D. A., & Hermansyah, Y. (2017). Hubungan Konsumsi Karbohidrat dengan Tingkat Tekanan Darah pada Komunitas Lansia di Summersari Jember. *Journal of Agromedicine and Medical Sciences*, 3(1), 13.
- D. Nababan, A. (2020). *Hubungan Pola Makan Dengan Status Hipertensi Pada Orang Dewasa Usia 40-60 Tahun Di Desa Panieran Kecamatan Siborongborong*.
- Damanik, R. (2011). *Nutrisi dan Tekanan Darah*. Departemen Gizi Masyarakat, Fakultas Ekologi Manusia Institut Pertanian Bogor, 1–8.
- Dwi Anggara, F. H., & Prayitno, N. (2013). *Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Tekanan Darah Di Puskesmas Telaga Murni, Cikarang Barat Tahun 2012*. 5(1), 20–25.
- Dwi Linggarsih, H. (2020). *Gambaran Pengetahuan, Sikap Dan Pola Makan Remaja Pengguna Media Sosial Di Sman Kota Bengkulu Tahun 2020* (Vol. 21, Issue 1).

- 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.
- Firmansyah, Y., Ernawati, E., & Prawiro, E. L. (2020). Sistem Skoring Untuk Memprediksi Kejadian Hipertensi Pada Usia Produktif Di Kota Medan (Preliminary Study). *Jurnal Muara Sains, Teknologi, Kedokteran Dan Ilmu Kesehatan*, *4*(1), 55.
- Fiyolla, D., Shovie Rizqiea, N., & Suryandari, D. (2021). *Hubungan Pola Makan Dengan Tekanan Darah Pada Remaja Akhir Mahasiswa Sarjana Keperawatan Tingkat I Universitas Kusuma Husada Surakarta*. 59, 1–10.
- Ginting, W. M., Sudaryati, E., & Sarumpae, S. (2018). Pengaruh Asupan Protein Terhadap Kejadian Hipertensi Pada Wanita Usia Subur Dengan Obesitas Di Puskesmas Patumbak Tahun 2017. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Imelda*, *4*(1), 15–18.
- Gusti Ilyasa, F., Abduh, R., & Indah, B. (2013). *Hubungan Antara Obesitas, Pola Makan, Aktifitas Fisik, Merokok Dan Lama Tidur Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia*. 32.
- Hasiando, C. N., Amar, M. I., & Fatmawati, I. (2018). Hubungan Kebiasaan Konsumsi Natrium , Lemak Dan Durasi Tidur Dengan Hipertensi Pada Lansia Di Puskesmas Cimanggis Kota Depok Tahun 2018 Relationship between Sodium Consumption Habits , Fat and Sleep Duration with Hypertension in the Elderly at Puskesmas C. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat*, *11*, 214–218.
- Herawati, N. T., Alamsyah, D., & Hernawan, A. D. (2020). Hubungan antara Asupan Gula, Lemak, Garam, dan Aktifitas Fisik dengan Kejadian Hipertensi pada Usia 20 – 44 Tahun Studi Kasus Posbindu PTM di Desa Secapah Sengkubang Wilayah Kerja Puskesmas Mempawah Hilir. *Jurnal Mahasiswa Dan Penelitian Kesehatan*, *7*(1), 34–43.
- Huzaipah, A. A. (2019). Hubungan Pola Makan dan Aktivitas Fisik dengan Kejadian Hipertensi pada Usia Dewasa Muda (26-45 tahun) di Rumah Sakit Umum Daerah Arifin Achmad Provinsi Riau Tahun 2018. *Repository.Helvetia.Ac.Id*. <http://repository.helvetia.ac.id/1727/>
- Istianah. (2018). Hubungan pola makan dan aktivitas fisik dengan tekanan darah pada remaja putri di pesantren al-munawwir krapyak yogyakarta. *Naskah Publikasi*.
- Kartika, L. A., Afi fah, E., & Suryani, I. (2017). Asupan lemak dan aktivitas fi sik serta hubungannya dengan kejadian hipertensi pada pasien rawat jalan. *JURNAL GIZI DAN DIETETIK INDONESIA*, *1*.
- Kasumayanti, E., & Maharani. (2020). Faktor yang Berhubungan Dengan Kejadian Hipertensi Usia Produktif Di Desa Pulau Jambu

Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Kuok. *Jurnal Ners*, 4(23), 47–55.

Kemkes RI. (2018). *Klasifikasi Hipertensi*.
<https://p2ptm.kemkes.go.id/infographic-p2ptm/hipertensi-penyakit-jantung-dan-pembuluh-darah/page/28/klasifikasi-hipertensi>

Kurniyanti, N., Aryanti, Armanto, Nesyana, & Indah. (2022). Hubungan Asupan Makronutrien dan Mikronutrien terhadap Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi. *Indonesian Journal of Health*, 02(03), 147–154.

Muchtadi, D. (2008). Nutrifikasi Pangan: Nutrifikasi Protein. In *Universitas Terbuka* (Issue Bagian 1, pp. 1–41).

Muloni, Z., P. (2018). *Hubungan Pengetahuan, Sikap, Pola Makan dengan Kadar Kolesterol Wanita Usia Subur (WUS) di Desa Bangun Sari Baru Kecamatan Tanjung Morawa*.

Nurchoyin, M. (2014). Hubungan Kadar Garam Masakan Rumah dan Profil Tekanan Darah Ibu Rumah Tangga di Ciputat Timur. *Repository.Uinjkt.Ac.Id*.
<http://repository.uinjkt.ac.id/dspace/handle/123456789/25950>
<http://repository.uinjkt.ac.id/dspace/handle/123456789/25602>

Purba, M. S. W. (2021). Literature Review: Hubungan Tindakan Hemodialisa Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Penderita Penyakit Gagal Ginjal Kronik.

Purwani, R., & Widyastuti, N. (2015). Hubungan Asupan Protein Dengan Tekanan Darah Pada Remaja. *Journal of Nutrition College*, 4(4), 534–540. <https://doi.org/10.14710/jnc.v4i4.10159>

Purwono, J., Sari, R., Ratnasari, A., & Budianto, A. (2020). Pola Konsumsi Garam Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia. *Jurnal Wacana Kesehatan*, 5(1), 531. <https://doi.org/10.52822/jwk.v5i1.120>

Ramadhani, P. A., & Adrian, M. (2015). Hubungan Tingkat Stres, Asupan Natrium, dan Riwayat Makan dengan Kejadian Stroke. *Media Gizi Indonesia*, 10(2), 104–110.

Ramadhini, A. F., Yuliantini, E., Haya, M., Kesehatan, P., Kesehatan, K., Gizi, J., Jenuh, L., & Jenuh, L. T. (2019). Konsumsi Protein, Lemak Jenuh Dan Lemak Tak Jenuh Terhadap Kejadian Hipertensi Pada Wanita Menopause Di Wilayah Kerja Puskesmas Sukamerindu Kota Bengkulu. *Jurnal Kesehatan Poltekkes Palembang*, 14(2), 70–75.

Ramadhini, D., & Suryati. (2018). Hubungan kebiasaan konsumsi makanan asin dengan kejadian hipertensi pada lansia di desa labuhan labo kota padangsidiempuan tahun 2018. *Jurnal Kesehatan Ilmiah Indonesia*, 3(2), 22–28.

Riskesdas. (2018). Laporan Provinsi Sumatera Utara Riskesdas 2018. In

Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.

- Robert, D., N. Ranti, I., & C. Karundeng, S. (2015). *Pola Makan Dan Asupan Natrium Pada Lansia Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Tareran*. 7(1).
- Santi, D. D. (2015). Hubungan Tingkat Konsumsi Garam Terhadap Kejadian Hipertensi Di Nagari Lunang Barat Wilayah Kerja Puskesmas Tanjung Beringin Kecamatan Lunang Kabupaten Pesisir Selatan Tahun 2014. In *Skripsi*.
- Savoia, C. (2021). *Carbohydrates and Hypertension : The Quality*. August, 431–433. <https://doi.org/10.1161/HYPERTENSIONAHA.121.16997>
- Simanjuntak, D. (2018). Hubungan Pola Makan Dengan Tekanan Darah Pada Lansia Di Dusun IV Desa Tanjung Anom. *Skripsi*, 72.
- Sirajuddin, Surmita, & Astuti, T. (2018). *Survei Konsumsi Pangan*.
- Siswanto, Y., & Lestari, I, P. (2020). Status Gizi Dan Merokok Sebagai Kejadian Determinan dari Hipertensi Pada Remaja. *Jurnal Ilmiah Permas: Jurnal Ilmiah STIKES Kendal*.
- Suci, S. P. (2011). *Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Pola Makan Mahasiswa Kesehatan Masyarakat Fakultas Kedokteran Dan Ilmu Kesehatan Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta Tahun 2011*.
- Sukmawati. (2013). Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Hipertensi Stadium 1 dan 2 pada lansia Desa Borimatangkasa Dusun Bontossunggu Kec. Bajeng Barat. In *Journal of Chemical Information and Modeling* (Vol. 01, Issue 01).
- Supratman, A. (2019). *Hubungan Gaya Hidup Dengan Kejadian Hipertensi Pada Usia Dewasa Muda (20-44 Tahun) di Wilayah Kerja Puskesmas Kampung Dalam Pontianak Timur*.
- Susanti, M. R. (2017). Hubungan Asupan Natrium dan Kalium dengan Tekanan Darah pada Lansia di Kelurahan Pajang. In *Ilmu Kesehatan* (Vol. 3, Issue 1).
- Widianawati, R. (2014). *Hubungan Pola Makan dengan Kejadian Hipertensi di Poli Umum Puskesmas Sukodono*.
- Widyaningrum, S. (2012). Hubungan Antara Konsumsi Makanan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia. In *Journal of Chemical Information and Modeling* (Vol. 53, Issue 9).
- 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).
- Yulianda, H. (2021). *Hubungan Frekuensi Konsumsi Makanan Asin Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia Di Provinsi Riau*.

Lampiran 1. Master Tabel

Master Tabel 1 Karakteristik Responden

NO	NAMA	UMUR	Pendidikan	Pekerjaan	JK	TD	Kategori TD	BB	Jenis Makanan
1	AD	63	SD	wiraswasta	L	110/80	Normal	63	Beragam
2	SN	58	SMA	IRT	P	168/85	Hipertensi	53	Tidak Beragam
3	IR	26	SMP	IRT	P	104/70	Normal	52	Beragam
4	MY	65	SMP	BURUH	L	115/80	Normal	61	Beragam
5	JD	30	SD	wiraswasta	L	102/80	Normal	48	Beragam
6	SA	48	SMP	IRT	P	165/85	Hipertensi	51	Tidak Beragam
7	SY	36	SMP	wiraswasta	L	108/70	Normal	55	Beragam
8	UT	37	SD	IRT	P	120/82	Normal	65	Beragam
9	ES	42	SMP	IRT	P	118/79	Normal	56	Beragam
10	KN	48	SD	BURUH	L	120/75	Normal	58	Beragam
11	AAS	46	SMK	wiraswasta	P	130/87	Normal	50	Tidak Beragam
12	PA	32	S1	IRT	P	110/70	Normal	45	Beragam
13	MW	50	SD	wiraswata	P	105/70	Normal	53	Beragam
14	RK	53	SD	IRT	P	130/89	Normal	60	Tidak Beragam
15	WS	30	SMA	wiraswasta	P	115/70	Normal	62	Beragam
16	JU	61	SD	BURUH	L	181/95	Hipertensi	59	Tidak Beragam
17	NH	58	SD	IRT	P	130/80	Normal	70	Tidak Beragam
18	ISM	63	SD	IRT	P	110/70	Normal	67	Beragam
19	AI	50	SMA	wiraswasta	L	135/77	Normal	50	Tidak Beragam
20	MA	34	SMP	IRT	P	108/70	Normal	45	Tidak Beragam
21	ET	60	SMA	IRT	P	115/75	Normal	75	Tidak Beragam
22	DS	35	SMA	BURUH	L	135/77	Normal	70	Beragam
23	TK	61	SD	IRT	P	140/85	Hipertensi	70	Tidak Beragam
24	SO	50	SMA	wiraswasta	L	120/80	Normal	52	Beragam
25	RD	35	SMP	IRT	P	135/85	Normal	72	Tidak Beragam
26	SU	57	SD	IRT	P	119/70	Normal	64	Beragam
27	YS	32	SD	IRT	P	110/80	Normal	53	Beragam
28	SR	58	SD	IRT	P	138/80	Normal	52	Tidak Beragam
29	PG	57	SMA	wiraswasta	L	120/70	Normal	52	Tidak Beragam
30	RW	55	SMK	wiraswasta	P	150/75	Hipertensi	55	Tidak Beragam
31	IR	43	SMA	IRT	P	133/90	Normal	78	Beragam
32	LA	28	SMP	IRT	P	117/77	Normal	75	Beragam
33	AR	28	SMK	IRT	P	130/80	Normal	70	Tidak Beragam
34	SM	39	SMK	IRT	P	120/80	Normal	55	Beragam
35	SI	60	SD	wiraswasta	P	120/79	Normal	55	Beragam
36	SF	38	SMA	IRT	P	134/84	Normal	50	Beragam
37	SH	53	SD	BURUH	L	150/70	Hipertensi	63	Beragam
38	AN	33	SMA	wiraswasta	p	110/80	Normal	68	Beragam

NO	NAMA	UMUR	Pendidikan	Pekerjaan	JK	TD	Kategori TD	BB	Jenis Makanan
39	MA	31	S1	IRT	P	123/80	Normal	89	Tidak Beragam
40	ES	61	SMA	PENSIUN	L	150/86	Hipertensi	52	Tidak Beragam
41	RI	51	SD	IRT	P	119/87	Normal	53	Beragam
42	AT	55	SMK	IRT	P	130/70	Normal	55	Beragam
43	NB	58	SMP	IRT	P	130/66	Normal	62	Tidak Beragam
44	EI	36	SMK	wiraswasta	P	121/80	Normal	72	Tidak Beragam
45	NA	26	SMA	wiraswasta	P	111/77	Normal	42	Beragam
46	EW	39	SMA	IRT	P	130/82	Normal	69	Beragam
47	VA	42	SMK	IRT	P	135/80	Normal	90	Beragam
48	NG	54	SMA	IRT	P	130/77	Normal	66	Tidak Beragam
49	SR	42	SMK	IRT	P	160/90	Hipertensi	70	Beragam
50	SK	45	SMP	IRT	P	168/78	Hipertensi	67	Beragam
51	PM	44	SD	IRT	P	141/80	Hipertensi	50	Beragam
52	SF	54	SMP	Becak	L	160/77	Hipertensi	56	Beragam
53	JR	30	SMA	IRT	P	130/90	Normal	80	Beragam
54	SI	53	SMA	IRT	P	144/78	Hipertensi	78	Tidak Beragam
55	DK	27	SMA	IRT	P	112/80	Normal	58	Beragam
56	KM	56	SMP	IRT	P	150/90	Hipertensi	79	Tidak Beragam
57	DI	23	SMA	Mahasiswa	P	110/80	Normal	67	Beragam
58	WO	63	SMP	BURUH	L	120/70	Normal	70	Beragam
59	JU	64	SD	IRT	P	150/85	Hipertensi	60	Tidak Beragam
60	JH	37	SMA	IRT	P	115/70	Normal	75	Beragam
61	SD	46	D3	wiraswasta	L	120/80	Normal	78	Beragam
62	AD	38	SMP	IRT	P	112/71	Normal	61	Tidak Beragam
63	KH	42	SD	IRT	P	168/90	Hipertensi	40	Tidak Beragam
64	PH	40	SMA	wiraswasta	L	110/70	Normal	63	Beragam
65	LS	50	SMA	wiraswasta	L	135/80	Normal	50	Beragam
66	SR	44	S1	Guru	P	125/75	Normal	55	Tidak Beragam
67	HU	29	SMK	Mahasiswa	P	120/80	Normal	49	Beragam
68	TO	58	SD	Buruh	L	150/80	Hipertensi	58	Tidak Beragam
69	SN	53	SMP	IRT	P	144/83	Hipertensi	55	Tidak Beragam
70	WA	27	SMA	IRT	P	115/77	Normal	55	Beragam
71	RA	60	SMP	IRT	P	161/75	Hipertensi	80	Tidak Beragam
72	TH	43	SMP	wiraswasta	P	115/75	Normal	55	Beragam
73	GB	43	SD	wiraswasta	L	130/80	Normal	72	Tidak Beragam
74	SM	62	SMA	wiraswasta	L	145/77	Hipertensi	65	Tidak Beragam
75	SH	53	SMA	Buruh	L	156/80	Hipertensi	70	Beragam
76	AY	40	SMA	PNS	L	130/80	Normal	88	Tidak Beragam
77	OM	51	SMA	Buruh	L	117/70	Normal	54	Beragam
78	SW	43	SMA	IRT	P	110/70	Normal	43	Beragam
79	SR	48	SMA	IRT	P	166/78	Hipertensi	56	Tidak Beragam

NO	NAMA	UMUR	Pendidikan	Pekerjaan	JK	TD	Kategori TD	BB	Jenis Makanan
80	HO	57	SMA	wiraswasta	L	120/80	Normal	57	Beragam
81	SN	56	SMA	IRT	P	165/89	Hipertensi	68	Tidak Beragam
82	AK	58	SMA	Buruh	L	144/87	Hipertensi	50	Tidak Beragam
83	ID	58	SMP	IRT	P	153/88	Hipertensi	63	Tidak Beragam
84	WI	36	SMP	wiraswasta	P	135/80	Normal	57	Beragam
85	SM	63	SD	IRT	P	133/85	Normal	52	Beragam
86	SL	46	SD	IRT	P	130/85	Normal	59	Beragam
87	SS	55	SD	IRT	P	150/77	Hipertensi	70	Tidak Beragam
88	SV	33	S1	IRT	P	110/70	Normal	85	Beragam
89	TKM	59	SMP	Pensiun	L	171/80	Hipertensi	70	Tidak Beragam
90	IS	55	SMP	wiraswasta	P	122/80	Normal	70	Beragam
91	ID	44	SMA	IRT	P	117/80	Normal	62	Beragam
92	NM	27	SMP	IRT	P	105/71	Normal	57	Beragam
93	TT	51	SMP	IRT	P	177/81	Hipertensi	51	Beragam
94	AN	42	SMP	Buruh	P	141/87	Hipertensi	65	Beragam
95	SR	50	SMK	IRT	P	131/88	Normal	80	Beragam
96	BB	42	SMP	wiraswasta	L	120/71	Normal	50	Beragam
97	CC	55	SMP	BURUH	L	110/78	Normal	50	Beragam
98	SC	54	SMA	BURUH	L	118/73	Normal	70	Beragam
99	EW	29	SMA	IRT	P	120/71	Normal	40	Beragam
100	SJ	30	SMA	wiraswasta	P	101/72	Normal	47	Beragam

Master Tabel 2 Asupan Zat Gizi Responden

NO	NAMA	Asupan Karbohidrat					Asupan Protein				
		Hari 1	Hari 2	Rata - Rata	Hasil pencapaian KH %	Kategori KH	Hari 1	Hari 2	Rata - Rata	Hasil pencapaian P %	Kategori P
1	AD	413.3	275	344.15	101.22	Normal	70.8	149.8	110.3	169.69	Lebih
2	SN	257.9	311.7	284.8	101.71	Normal	33	50	41.5	69.17	Kurang
3	IR	189.4	284.1	236.75	65.76	Kurang	62.8	65.5	64.15	106.92	Normal
4	MY	110	301.6	205.8	74.84	Kurang	38.7	54.4	46.55	72.73	Kurang
5	JD	201.2	425	313.1	75.45	Kurang	35.5	46.3	40.9	62.92	Kurang
6	SA	244.1	288.2	266.15	78.28	Kurang	92.7	64.4	78.55	130.92	Lebih
7	SY	321.8	308.3	315.05	75.92	Kurang	50	49.9	49.95	76.85	Kurang
8	UT	381.8	313.4	347.6	102.24	Normal	55.2	79.4	67.3	112.17	Normal
9	ES	331.2	367.2	349.2	102.71	Normal	53.2	53.3	53.25	88.75	Kurang
10	KN	317	314.7	315.85	76.11	Kurang	59.1	81.3	70.2	108.00	Normal
11	AAS	340.6	324.5	332.55	97.81	Normal	89.6	117.8	103.7	172.83	Lebih
12	PA	320.9	325.5	323.2	95.06	Normal	74.4	72.5	73.45	122.42	Lebih
13	MW	301.9	258.6	280.25	100.09	Normal	38.9	60	49.45	82.42	Kurang
14	RK	414.5	291.1	352.8	126.00	Lebih	67.9	130.2	99.05	165.08	Lebih
15	WS	353	277.3	315.15	92.69	Normal	53.3	45	49.15	81.92	Kurang
16	JU	500.7	613.6	557.15	163.87	Lebih	40	51.5	45.75	70.38	Kurang
17	NH	302.5	401.2	351.85	125.66	Lebih	83.2	49.2	66.2	110.33	Normal
18	ISM	320	254.5	287.25	102.59	Normal	100	61.7	80.85	134.75	Lebih
19	AI	322.6	261	291.8	85.82	Kurang	77.8	71.2	74.5	114.62	Normal
20	MA	406.8	378.4	392.6	115.47	Normal	76.7	79.5	78.1	130.17	Lebih
21	ET	266	329.8	297.9	106.39	Normal	81.7	61.6	71.65	119.42	Normal
22	DS	388	284	336	80.96	Kurang	86.5	123.2	104.85	161.31	Lebih
23	TK	398	257.6	327.8	117.07	Normal	84.5	74.8	79.65	132.75	Lebih
24	SO	324.7	331.8	328.25	96.54	Normal	73.3	78.2	75.75	116.54	Normal
25	RD	310	335.8	322.9	94.97	Normal	80	68	74	123.33	Lebih
26	SU	360.5	255.3	307.9	109.96	Normal	82.7	49.9	66.3	110.50	Normal
27	YS	294.9	313.9	304.4	89.53	Normal	81.7	55.3	68.5	114.17	Normal
28	SR	370.5	326.3	348.4	124.43	Lebih	106.1	82.3	94.2	157.00	Lebih
29	PG	388.1	403.5	395.8	116.41	Normal	77.4	62	69.7	107.23	Normal
30	RW	401.2	265.4	333.3	119.04	Normal	107.5	72.9	90.2	150.33	Lebih
31	IR	286.5	344.9	315.7	92.85	Normal	49.7	75.8	62.75	104.58	Normal
32	LA	350.1	375.9	363	100.83	Normal	63.9	67.8	65.85	109.75	Normal
33	AR	314.7	264.1	289.4	80.39	Kurang	79.3	85.5	82.4	137.33	Lebih
34	SM	297.4	293.3	295.35	86.87	Kurang	97.8	75.5	86.65	144.42	Lebih
35	SI	285.3	308.9	297.1	106.11	Normal	56.3	44.1	50.2	83.67	Kurang
36	SF	265	256.4	260.7	76.68	Kurang	58.9	65.8	62.35	103.92	Normal
37	SH	450.1	517.3	483.7	142.26	Lebih	88.7	114.3	101.5	156.15	Lebih
38	AN	354.4	326.4	340.4	100.12	Normal	85	58.2	71.6	119.33	Normal

NO	NAMA	Asumsi Karbohidrat					Asumsi Protein				
		Hari 1	Hari 2	Rata - Rata	Hasil pencapaian KH %	Kategori KH	Hari 1	Hari 2	Rata - Rata	Hasil pencapaian P %	Kategori P
39	MA	276.9	317.3	297.1	87.38	Kurang	86.9	72.5	79.7	132.83	Lebih
40	ES	389.3	425.3	407.3	119.79	Normal	85.1	123.7	104.4	160.62	Lebih
41	RI	218.1	326.8	272.45	97.30	Normal	50.7	50	50.35	83.92	Kurang
42	AT	335.9	290.7	313.3	111.89	Normal	60.9	58.9	59.9	99.83	Normal
43	NB	323.3	355.1	339.2	121.14	Lebih	78.2	86.8	82.5	137.50	Lebih
44	EI	283.4	290.1	286.75	84.34	Kurang	56.1	62.8	59.45	99.08	Normal
45	NA	244.4	286.3	265.35	73.71	Kurang	54.2	55	54.6	91.00	Normal
46	EW	296	387.7	341.85	100.54	Normal	73.7	80.5	77.1	128.50	Lebih
47	VA	249.7	224.9	237.3	69.79	Kurang	50	45.4	47.7	79.50	Kurang
48	NG	274.7	304	289.35	103.34	Normal	65.6	68	66.8	111.33	Normal
49	SR	244.1	386.9	315.5	92.79	Normal	53.1	92.4	72.75	121.25	Lebih
50	SK	460.8	284.4	372.6	109.59	Normal	84.9	96.3	90.6	151.00	Lebih
51	PM	338.1	304.7	321.4	94.53	Normal	62.4	91.6	77	128.33	Lebih
52	SF	335.3	363	349.15	102.69	Normal	84.9	89.9	87.4	134.46	Lebih
53	JR	231.7	363	297.35	87.46	Kurang	60.3	85.6	72.95	121.58	Lebih
54	SI	214.2	302.7	258.45	92.30	Normal	67.5	68.8	68.15	113.58	Normal
55	DK	310.1	265.7	287.9	79.97	Kurang	93.1	63.4	78.25	130.42	Lebih
56	KM	377.5	289.8	333.65	119.16	Normal	128.9	73.3	101.1	168.50	Lebih
57	DI	289.8	267	278.4	77.33	Kurang	73.3	72.3	72.8	121.33	Lebih
58	WO	273.1	300.8	286.95	84.40	Kurang	70.9	61.8	66.35	102.08	Normal
59	JU	313.6	317.6	315.6	112.71	Normal	81.7	76.9	79.3	132.17	Lebih
60	JH	246.7	216.5	231.6	68.12	Kurang	62.3	73	67.65	112.75	Normal
61	SD	454.3	371.5	412.9	99.49	Normal	88	96.6	92.3	142.00	Lebih
62	AD	295.6	311.9	303.75	89.34	Normal	64.6	63.1	63.85	106.42	Normal
63	KH	344.7	412.5	378.6	111.35	Normal	111.6	103	107.3	178.83	Lebih
64	PH	307.8	319.4	313.6	75.57	Kurang	68.7	65.1	66.9	102.92	Normal
65	LS	358.5	319.4	338.95	99.69	Normal	82.4	65.1	73.75	113.46	Normal
66	SR	378.6	281.9	330.25	97.13	Normal	85.7	61.5	73.6	122.67	Lebih
67	HU	315	399.1	357.05	99.18	Normal	49.6	53.1	51.35	85.58	Kurang
68	TO	307.4	430.1	368.75	108.46	Normal	56.4	96.9	76.65	117.92	Normal
69	SN	261.7	374.6	318.15	113.63	Normal	49.3	70.5	59.9	99.83	Normal
70	WA	304.4	362.6	333.5	92.64	Normal	53.1	62.9	58	96.67	Normal
71	RA	338.4	348.6	343.5	122.68	Lebih	72.3	74.5	73.4	122.33	Lebih
72	TH	273.8	347	310.4	91.29	Normal	67	55.9	61.45	102.42	Normal
73	GB	350.3	471.8	411.05	99.05	Normal	95.5	83.7	89.6	137.85	Lebih
74	SM	602.7	427.3	515	183.93	Lebih	120.8	118.9	119.85	199.75	Lebih
75	SH	437.4	343.7	390.55	114.87	Normal	86.7	64.9	75.8	116.62	Normal
76	AY	360.5	302.1	331.3	79.83	Kurang	75.8	66.5	71.15	109.46	Normal
77	OM	380.8	324.8	352.8	103.76	Normal	77	81.8	79.4	122.15	Lebih
78	SW	336.9	309.5	323.2	95.06	Normal	67.3	67.4	67.35	112.25	Normal

NO	NAMA	Asupan Karbohidrat					Asupan Protein				
		Hari 1	Hari 2	Rata - Rata	Hasil pencapaian KH %	Kategori KH	Hari 1	Hari 2	Rata - Rata	Hasil pencapaian P %	Kategori P
79	HO	386.7	254	320.35	94.22	Normal	88.3	88.4	88.35	147.25	Lebih
80	SN	323	290.8	306.9	90.26	Normal	63.9	92.9	78.4	120.62	Lebih
81	AK	344	227.7	285.85	102.09	Normal	109.8	88.3	99.05	165.08	Lebih
82	ID	310.2	299.8	305	89.71	Normal	122	92.2	107.1	164.77	Lebih
83	WI	331.5	203.2	267.35	95.48	Normal	84.8	73.1	78.95	131.58	Lebih
84	SM	294.7	351.8	323.25	95.07	Normal	67.2	64.3	65.75	109.58	Normal
85	SL	314	328.9	321.45	114.80	Normal	79.3	89.2	84.25	140.42	Lebih
86	SS	301.1	377.5	339.3	99.79	Normal	114.8	65.8	90.3	150.50	Lebih
87	SV	343.1	340.4	341.75	122.05	Lebih	77.7	80.7	79.2	132.00	Lebih
88	TKM	320.6	396.7	358.65	105.49	Normal	71.5	66.5	69	115.00	Normal
89	IS	423.1	373.7	398.4	117.18	Normal	79.9	140.9	110.4	169.85	Lebih
90	ID	323	281.7	302.35	107.98	Normal	72.55	79.4	75.975	126.63	Lebih
91	NM	256	277.1	266.55	78.40	Kurang	56.4	52.8	54.6	91.00	Normal
92	TT	282.9	294.3	288.6	80.17	Kurang	62.5	65.9	64.2	107.00	Normal
93	AN	342.5	297.6	320.05	114.30	Normal	91.9	52.4	72.15	120.25	Lebih
94	SR	342.8	278.8	310.8	91.41	Normal	54.4	85.7	70.05	116.75	Normal
95	BB	307.6	304	305.8	109.21	Normal	80.8	65.7	73.25	122.08	Lebih
96	CC	323	279.6	301.3	88.62	Kurang	86.5	51.5	69	115.00	Normal
97	SC	264.2	339.6	301.9	88.79	Kurang	80.3	74	77.15	118.69	Normal
98	EW	325.6	306.5	316.05	92.96	Normal	74.1	68.8	71.45	109.92	Normal
99	SJ	308.4	293.6	301	83.61	Kurang	57.8	68.3	63.05	105.08	Normal
100	HO	263.7	297.2	280.45	82.49	Kurang	64.5	61.3	62.9	104.83	Normal

NO	NAMA	Asupan Lemak					Asupan Natrium				
		Hari 1	Hari 2	Rata - Rata	Hasil pencapaian L %	Kategori L	Hari 1	Hari 2	Rata - Rata	Hasil pencapaian N %	Kategori N
1	AD	20	87.4	53.7	89.50	Normal	1342.1	2762.7	2052.4	157.88	Lebih
2	SN	83.9	77.5	80.7	161.40	Lebih	570.3	136.8	353.55	25.25	Kurang
3	IR	57	70	63.5	97.69	Normal	728.9	286.9	507.9	33.86	Kurang
4	MY	37.2	65.2	51.2	102.40	Normal	171	145.2	158.1	14.37	Kurang
5	JD	90.4	100	95.2	136.00	Lebih	261	971.7	616.35	41.09	Kurang
6	SA	65	45.7	55.35	92.25	Normal	560.9	343.9	452.4	30.16	Kurang
7	SY	42.5	25.9	34.2	48.86	Kurang	203.7	973.7	588.7	39.25	Kurang
8	UT	86.9	59.1	73	121.67	Lebih	84.6	159.1	121.85	8.12	Kurang
9	ES	87.9	45.5	66.7	111.17	Normal	234.6	257.7	246.15	16.41	Kurang
10	KN	39	60.8	49.9	71.29	Kurang	161.9	1340.3	751.1	50.07	Kurang
11	AAS	95.3	81.1	88.2	147.00	Lebih	1048	1782.7	1415.35	94.36	Normal
12	PA	42.6	46.3	44.45	74.08	Kurang	171.1	122	146.55	9.77	Kurang
13	MW	48.5	33.9	41.2	82.40	Kurang	241.1	146.2	193.65	13.83	Kurang
14	RK	135	46	90.5	181.00	Lebih	278.6	1821.8	1050.2	75.01	Kurang
15	WS	32.2	38.9	35.55	59.25	Kurang	686.5	63.9	375.2	25.01	Kurang
16	JU	79.1	40	59.55	99.25	Normal	2234.7	392.9	1313.8	101.06	Normal
17	NH	92.2	25	58.6	117.20	Normal	691.8	194.4	443.1	31.65	Kurang
18	ISM	64.1	19.2	41.65	83.30	Kurang	220.2	229.7	224.95	16.07	Kurang
19	AI	73.9	48.7	61.3	102.17	Normal	207.6	1026.6	617.1	47.47	Kurang
20	MA	64.1	50.5	57.3	95.50	Normal	285.2	1001.7	643.45	42.90	Kurang
21	ET	20.6	14.7	17.65	35.30	Kurang	2084.2	319.4	1201.8	85.84	Kurang
22	DS	47.7	24	35.85	51.21	Kurang	3026.3	1863.4	2444.85	162.99	Lebih
23	TK	66.8	41	53.9	107.80	Normal	918.4	1326.8	1122.6	80.19	Kurang
24	SO	27.8	43.3	35.55	59.25	Kurang	154	257.5	205.75	15.83	Kurang
25	RD	57.4	20.1	38.75	64.58	Kurang	1460.3	79.7	770	51.33	Kurang
26	SU	27.6	30.5	29.05	58.10	Kurang	589.3	599.1	594.2	42.44	Kurang
27	YS	98.7	42.3	70.5	117.50	Normal	141.7	141.9	141.8	9.45	Kurang
28	SR	83.1	44.4	63.75	127.50	Lebih	1694.1	1206.7	1450.4	103.60	Normal
29	PG	38.8	27.6	33.2	55.33	Kurang	1493.3	483.5	988.4	76.03	Kurang
30	RW	59	41.6	50.3	100.60	Normal	1458.3	214.6	836.45	59.75	Kurang
31	IR	13.7	16.7	15.2	25.33	Kurang	1308.4	1564.3	1436.35	95.76	Normal
32	LA	40.9	31.8	36.35	55.92	Kurang	166.6	219.9	193.25	12.88	Kurang
33	AR	16.9	78.8	47.85	73.62	Kurang	963.2	361.3	662.25	44.15	Kurang
34	SM	52.2	50.9	51.55	85.92	Kurang	429.1	142.5	285.8	19.05	Kurang
35	SI	35.5	38	36.75	73.50	Kurang	196.3	76.6	136.45	9.75	Kurang
36	SF	61.5	29.6	45.55	75.92	Kurang	318.5	110	214.25	14.28	Kurang
37	SH	80.6	43.6	62.1	103.50	Normal	2043.6	4013	3028.3	232.95	Lebih
38	AN	64.3	49.9	57.1	95.17	Normal	137.4	204	170.7	11.38	Kurang

NO	NAMA	Asupan Lemak					Asupan Natrium				
		Hari 1	Hari 2	Rata - Rata	Hasil pencapaian L %	Kategori L	Hari 1	Hari 2	Rata - Rata	Hasil pencapaian N %	Kategori N
39	MA	22.2	36.7	29.45	49.08	Kurang	455.9	223.9	339.9	22.66	Kurang
40	ES	15.9	60.8	38.35	63.92	Kurang	2493.7	1425.8	1959.75	150.75	Lebih
41	RI	19.3	34.5	26.9	53.80	Kurang	81.2	170.9	126.05	9.00	Kurang
42	AT	84.9	32.2	58.55	117.10	Normal	276.4	1421.8	849.1	60.65	Kurang
43	NB	74.1	33.2	53.65	107.30	Normal	1013.3	821.5	917.4	65.53	Kurang
44	EI	31.6	43.9	37.75	62.92	Kurang	1303.9	172.3	738.1	49.21	Kurang
45	NA	20.1	31.2	25.65	39.46	Kurang	737.5	200.6	469.05	31.27	Kurang
46	EW	37.9	31	34.45	57.42	Kurang	1395.8	606.5	1001.15	66.74	Kurang
47	VA	24.5	44.7	34.6	57.67	Kurang	443.5	195.2	319.35	21.29	Kurang
48	NG	57.9	41.9	49.9	99.80	Normal	202.1	66.8	134.45	9.60	Kurang
49	SR	70.4	75.6	73	121.67	Lebih	595.5	2235.1	1415.3	94.35	Normal
50	SK	96.1	39.7	67.9	113.17	Normal	1204.3	1930.8	1567.55	104.50	Normal
51	PM	60.7	84.5	72.6	121.00	Lebih	588.8	3595.5	2092.15	139.48	Lebih
52	SF	73.5	38.8	56.15	93.58	Normal	2423.4	2914.6	2669	205.31	Lebih
53	JR	26.9	32.2	29.55	49.25	Kurang	1830.5	2643.3	2236.9	149.13	Lebih
54	SI	50.9	43.6	47.25	94.50	Normal	1310.2	146.1	728.15	52.01	Kurang
55	DK	31.5	24.1	27.8	42.77	Kurang	1642.5	1309.2	1475.85	98.39	Normal
56	KM	69	68	68.5	137.00	Lebih	2245	288.1	1266.55	90.47	Normal
57	DI	68	34	51	78.46	Kurang	288.1	225.6	256.85	17.12	Kurang
58	WO	38.1	43.6	40.85	68.08	Kurang	727.6	704.2	715.9	55.07	Kurang
59	JU	49	49.1	49.05	98.10	Normal	1604.3	2414.4	2009.35	143.53	Lebih
60	JH	53.7	60.5	57.1	95.17	Normal	224.2	1998.8	1111.5	74.10	Kurang
61	SD	69.4	69.2	69.3	99.00	Normal	159.7	497.2	328.45	21.90	Kurang
62	AD	43.6	33.4	38.5	64.17	Kurang	181.4	238.2	209.8	13.99	Kurang
63	KH	46.8	61.7	54.25	90.42	Normal	1964.4	1190.8	1577.6	105.17	Normal
64	PH	12.5	25.1	18.8	26.86	Kurang	149.2	482.1	315.65	21.04	Kurang
65	LS	22.9	25.1	24	40.00	Kurang	790.8	482.1	636.45	48.96	Kurang
66	SR	42.2	22.5	32.35	53.92	Kurang	647	731.8	689.4	45.96	Kurang
67	HU	38.1	40.4	39.25	60.38	Kurang	211.2	88.6	149.9	9.99	Kurang
68	TO	60.3	86	73.15	121.92	Lebih	512.8	1640.8	1076.8	82.83	Kurang
69	SN	80.4	42.3	61.35	122.70	Lebih	245.8	1045.1	645.45	46.10	Kurang
70	WA	36.8	62.8	49.8	76.62	Kurang	274.8	457.7	366.25	24.42	Kurang
71	RA	54.8	70.4	62.6	125.20	Lebih	374	3187	1780.5	127.18	Lebih
72	TH	24.1	27.3	25.7	42.83	Kurang	98.6	251.6	175.1	11.67	Kurang
73	GB	57.4	18.5	37.95	54.21	Kurang	2882.2	795.1	1838.65	122.58	Lebih
74	SM	70	54.1	62.05	124.10	Lebih	3804.7	2905.9	3355.3	239.66	Lebih
75	SH	48.1	36.2	42.15	70.25	Kurang	2550.4	227.7	1389.05	106.85	Normal
76	AY	45.9	42.5	44.2	63.14	Kurang	505.9	225.5	365.7	24.38	Kurang
77	OM	60	52.2	56.1	93.50	Normal	464.7	496.2	480.45	36.96	Kurang
78	SW	56.7	47.1	51.9	86.50	Kurang	110.8	477.1	293.95	19.60	Kurang

NO	NAMA	Asupan Lemak					Asupan Natrium				
		Hari 1	Hari 2	Rata - Rata	Hasil pencapaian L %	Kategori L	Hari 1	Hari 2	Rata - Rata	Hasil pencapaian N %	Kategori N
79	HO	62.7	62.4	62.55	104.25	Normal	2360	1435.3	1897.65	126.51	Lebih
80	SN	63.9	50.4	57.15	95.25	Normal	93.7	350.5	222.1	17.08	Kurang
81	AK	109.6	132.2	120.9	241.80	Lebih	1334.6	1520.3	1427.45	101.96	Normal
82	ID	20.6	29.8	25.2	42.00	Kurang	3697	618.5	2157.75	165.98	Lebih
83	WI	80	50	65	130.00	Lebih	2019.9	1421.5	1720.7	122.91	Lebih
84	SM	68.2	67.9	68.05	113.42	Normal	625.4	283.4	454.4	30.29	Kurang
85	SL	31.4	114.5	72.95	145.90	Lebih	122	1904.5	1013.25	72.38	Kurang
86	SS	57	39.2	48.1	80.17	Kurang	2668.1	1769.4	2218.75	147.92	Lebih
87	SV	49	77.2	63.1	126.20	Lebih	1655.6	841.6	1248.6	89.19	Normal
88	TKM	17.8	22.8	20.3	33.83	Kurang	131.3	255.4	193.35	12.89	Kurang
89	IS	80.5	65	72.75	121.25	Lebih	1145.1	2015.1	1580.1	121.55	Lebih
90	ID	33.2	40.5	36.85	73.70	Kurang	322.2	753.9	538.05	38.43	Kurang
91	NM	55.6	20.3	37.95	63.25	Kurang	144.1	181.8	162.95	10.86	Kurang
92	TT	51.1	32	41.55	63.92	Kurang	104.3	685.4	394.85	26.32	Kurang
93	AN	59.9	29.2	44.55	89.10	Normal	2440.8	1807.2	2124	151.71	Lebih
94	SR	70.2	80.5	75.35	125.58	Lebih	2463.7	1240.8	1852.25	123.48	Lebih
95	BB	31.3	55.7	43.5	87.00	Kurang	510.9	874.5	692.7	49.48	Kurang
96	CC	67.3	59	63.15	105.25	Normal	180.9	251.9	216.4	14.43	Kurang
97	SC	26.5	31.1	28.8	48.00	Kurang	516.9	471.1	494	38.00	Kurang
98	EW	29	37.5	33.25	55.42	Kurang	1331	182.5	756.75	58.21	Kurang
99	SJ	60.7	10.7	35.7	54.92	Kurang	137.7	123.3	130.5	8.70	Kurang
100	HO	32.8	10.2	21.5	35.83	Kurang	444.3	92.8	268.55	17.90	Kurang

Lampiran 2. Olahan data

1. Uji Univariat

1) Distribusi Frekuensi Pendidikan

Pendidikan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	D3	1	1.0	1.0	1.0
	S1	4	4.0	4.0	5.0
	SD	24	24.0	24.0	29.0
	SMA	35	35.0	35.0	64.0
	SMK	10	10.0	10.0	74.0
	SMP	26	26.0	26.0	100.0
	Total	100	100.0	100.0	

2) Distribusi Frekuensi Jenis Kelamin

Jenis_Kelamin

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	L	29	29.0	29.0	29.0
	P	71	71.0	71.0	30.0
	Total	100	100.0	100.0	

3) Distribusi Frekuensi Tekanan Darah

Kategori_TD

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Hipertensi	28	28.0	28.0	28.0
	Normal	72	72.0	72.0	100.0
	Total	100	100.0	100.0	

4) Distribusi Frekuensi Asupan Karbohidrat

Kategori_KH

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Kurang	28	28.0	28.0	28.0
	Lebih	9	9.0	9.0	37.0
	Normal	63	63.0	63.0	100.0
	Total	100	100.0	100.0	

5) Distribusi Frekuensi Asupan Protein

Kategori_Protein

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Kurang	53	53.0	53.0	53.0
	Lebih	14	14.0	14.0	67.0
	Normal	33	33.0	33.0	100.0
	Total	100	100.0	100.0	

6) Distribusi Frekuensi Asupan Lemak

Kategori_Lemak

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Kurang	51	51.0	51.0	51.0
	Lebih	19	19.0	19.0	70.0
	Normal	30	30.0	30.0	100.0
	Total	100	100.0	100.0	

7) Distribusi Frekuensi Asupan Natrium

Kategori_Natrium

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Kurang	70	70.0	70.0	70.0
	Lebih	18	18.0	18.0	88.0
	Normal	12	12.0	12.0	100.0
	Total	100	100.0	100.0	

8) Distribusi Frekuensi Jenis Makanan

Kategori_Jenis_Makanan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Beragam	62	62.0	62.0	62.0
	Tidak Beragam	38	38.0	38.0	38.0
	Total	100	100.0	100.0	

2. Uji Bivariat

1) Hubungan Asupan Karbohidrat Dengan Tekanan Darah

Kategori_KH * Kategori_TD Crosstabulation

			Kategori_TD		Total
			Hipertensi	Normal	
Kategori_KH	Kurang	Count	1	27	28
		Expected Count	7.8	20.2	28.0
	Lebih	Count	5	4	9
		Expected Count	2.5	6.5	9.0
	Normal	Count	22	41	63
		Expected Count	17.6	45.4	63.0
Total	Count		28	72	100
	Expected Count		28.0	72.0	100.0

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymptotic Significance (2- sided)
Pearson Chi-Square	13.175 ^a	2	.001
Likelihood Ratio	16.081	2	.000
N of Valid Cases	100		

a. 1 cells (16.7%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 2.52.

2) Hubungan Asupan Protein Dengan Tekanan Darah Kategori_Protein * Kategori_TD Crosstabulation

			Kategori_TD		
			Hipertensi	Normal	Total
Kategori_Protein	Kurang	Count	5	48	53
		Expected Count	14.8	38.2	53.0
	Lebih	Count	9	5	14
		Expected Count	3.9	10.1	14.0
	Normal	Count	14	19	33
		Expected Count	9.2	23.8	33.0
Total		Count	28	72	100
		Expected Count	28.0	72.0	100.0

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymptotic Significance (2- sided)
Pearson Chi-Square	21.611 ^a	2	.000
Likelihood Ratio	22.233	2	.000
N of Valid Cases	100		

a. 1 cells (16.7%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 3.92.

3) Hubungan Asupan Lemak Dengan Tekanan Darah

Kategori_Lemak * Kategori_TD Crosstabulation

			Kategori_TD		
			Hipertensi	Normal	Total
Kategori_Lemak	Kurang	Count	3	48	51
		Expected Count	14.3	36.7	51.0
	Lebih	Count	13	6	19
		Expected Count	5.3	13.7	19.0
	Normal	Count	12	18	30
		Expected Count	8.4	21.6	30.0
Total	Count	28	72	100	
	Expected Count	28.0	72.0	100.0	

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymptotic Significance (2- sided)
Pearson Chi-Square	29.917 ^a	2	.000
Likelihood Ratio	31.692	2	.000
N of Valid Cases	100		

a. 0 cells (.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 5.32.

4) Hubungan Asupan Natrium Dengan Tekanan Darah

Kategori_Natrium * Kategori_TD Crosstabulation

			Kategori_TD		
			Hipertensi	Normal	Total
Kategori_Natrium	Kurang	Count	7	63	70
		Expected Count	19.6	50.4	70.0
	Lebih	Count	13	5	18
		Expected Count	5.0	13.0	18.0
	Normal	Count	8	4	12
		Expected Count	3.4	8.6	12.0
Total		Count	28	72	100
		Expected Count	28.0	72.0	100.0

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymptotic Significance (2- sided)
Pearson Chi-Square	37.610 ^a	2	.000
Likelihood Ratio	36.532	2	.000
N of Valid Cases	100		

a. 1 cells (16.7%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 3.36.

5) Hubungan Jenis Makanan Dengan Tekanan Darah

Kategori_Jenis_Makanan * Kategori_TD Crosstabulation

			Kategori_TD		Total
			Hipertensi	Normal	
Kategori_Jenis_Makanan	Beragam	Count	8	54	62
		Expected Count	17.4	44.6	62.0
	Tidak Beragam	Count	20	18	38
		Expected Count	10.6	27.4	38.0
Total	Count		28	72	100
	Expected Count		28.0	72.0	100.0

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymptotic Significance (2- sided)
Pearson Chi-Square	18.445 ^a	1	.000
Continuity Correction ^b	16.527	1	.000
N of Valid Cases	100		

a. 0 cells (0.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 10.64.

Lampiran 3. Kuisisioner Penelitian

LEMBAR KUESIONER

HUBUNGAN POLA MAKAN DAN ASUPAN NATRIUM DENGAN
TEKANAN DARAH DI DESA BUNTU BEDIMBAR
KECAMATAN TANJUNG MORAWA

Tanggal Wawancara :

Lokasi Wawancara :

Pewawancara :

I. Tekanan Darah

Sistolik : mmHg

Diastolik : mmHg

II. Identitas Responden

1. Nama Responden :
2. Umur : (Tahun)
3. Jenis Kelamin : Laki – laki / Perempuan
4. Berat badan : kg
5. Pendidikan :
6. Pekerjaan :
7. Alamat :
8. Riwayat Hipertensi pada keluarga : ada/tidak

Lampiran 4. Formulir Food Recall 24 jam

FORMULIR FOOD RECALL 2 X 24 JAM TIDAK BERTURUT-TURUT

Hari/Tanggal :

Hari Ke :

Waktu Makan	Menu Makanan	Bahan Makanan	Ukuran		Konversi				
			URT	*Berat (gram)	Energi (kkal)	KH (gr)	Protein (gr)	Lemak (gr)	Natrium (mg)
Pagi									
Selingan									
Siang									
Selingan									
Malam									
Selingan									

Lampiran 5. Kebersediaan Menjadi Responden

**PERSETUJUAN KEBERSEDIAAN MENJADI SUBJEK PENELITIAN
(INFORMED CONSENT)**

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama :

Umur :

Jenis Kelamin :

Dengan ini bersedia turut berpartisipasi menjadi responden penelitian dengan judul “Hubungan Pola Makan dan Asupan Natrium dengan Tekanan Darah di Desa Buntu Bedimbar Kecamatan Tanjung Morawa” yang akan dilakukan oleh :

Nama : Aulia Rahmadani

Instansi : Poltekkes Kemenkes Medan Jurusan Gizi Program
Studi Sarjana Terapan Gizi Dan Dietetika

Alamat : Jln. Batu Berlian, Sidodadi, Kota Kisaran Barat

No. Hp 083124656766

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

Peneliti

Tanjung Morawa,

2023

Responden

(Aulia Rahmadani)

()

Lampiran 6. Bukti Bimbingan

BUKTI BIMBINGAN SKRIPSI

Nama : AULIA RAHMADANI
 NIM : P01031219007
 Judul Skripsi : Hubungan Pola Makan dan Asupan Natrium
 Dengan Tekanan Darah di Desa Buntu
 Bedimbar Kecamatan Tanjung Morawa
 Pembimbing : Dr. Ir. Zuraidah Nasution, M.Kes

No.	Tanggal	Judul/Topik Bimbingan	T. Tangan Mahasiswa	T. Tanda Pembimbing
1.	07 April 2022	Memperkenalkan diri dan menghubungi dosen	AmR ^d	W-
2.	08 April 2022	Diskusi penentuan topik penelitian	AmR ^d	W-
3.	19 April 2022	Pengajuan judul kepada dosen pembimbing	AmR ^d	W-
4.	20 April 2022	Menyepakati judul yang akan diteliti dan sasaran skripsi	AmR ^d	W-
5.	24 Mei 2022	Revisi BAB I	AmR ^d	W-
6.	23 Juni 2022	Revisi BAB II	AmR ^d	W-
7.	27 Juni 2022	Revisi BAB III dan diskusi kuisisioner	AmR ^d	W-
8.	13 Juli 2022	Revisi BAB I – BAB III	AmR ^d	W-
9.	18 Juli 2022	Revisi definisi operasional	AmR ^d	W-
10.	25 Juli 2022	Persetujuan Usulan Penelitian	AmR ^d	W-

11.	01 Agustus 2023	Seminar Proposal	AmR ⁴	Y-
12.	22 Mei 2023	Mengurus surat penelitian	AmR ⁴	Y-
13.	25 Mei – 06 Juni 2023	Melakukan Penelitian	AmR ⁴	Y-
14.	26 Juni 2023	Revisi BAB I – BAB V	AmR ⁴	Y-
15.	27 Juni 2023	Acc BAB I – BAB V	AmR ⁴	Y-
16.	05 Juli 2023	Seminar Hasil	AmR ⁴	Y-
17.	13 September 2023	Perbaikan setelah seminar hasil dengan pembimbing	AmR ⁴	Y-
18.	25 September 2023	Perbaikan setelah seminar hasil dengan penguji I	AmR ⁴	Y-
19.	10 Oktober 2023	Perbaikan setelah seminar hasil dengan penguji II	AmR ⁴	Y-
20.	12 Oktober 2023	Diskusi dengan pembimbing terkait penulisan abstrak	AmR ⁴	Y-
21.	30 Oktober 2023	Fix Skripsi	AmR ⁴	Y-

Lampiran 7. Pernyataan Keaslian Skripsi

PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Aulia Rahmadani

NIM : P01031219007

Menyatakan bahwa data penelitian yang terdapat di Skripsi saya adalah benar saya ambil dan bila tidak saya bersedia mengikuti ujian ulang (ujian utama saya dibatalkan).

Yang Membuat Pernyataan,



(Aulia Rahmadani)

Lampiran 8.

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Nama : Aulia Rahmadani

Tempat, Tanggal Lahir : Medan, 09 Desember 2001

Alamat : Komplek DPR Sidodadi
Kec. Kota Kisaran Barat
Kab. Asahan
Prov. Sumatera Utara

No. Handphone : 0831-2465-6766

Riwayat Pendidikan : 1. SD Negeri 010085 Kisaran
2. SMP Negeri 2 Kisaran
3. SMAN 4 Kisaran

Hobby : Mendengarkan musik dan menulis

Moto : Just because it's hard, doesn't mean it's impossible.

Lampiran 9. Surat Izin Penelitian



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, 22 Mei 2023

Nomor : KM.03.01/00/02/03/ 0903 /2023
Lampiran : -
Perihal : Izin Penelitian

Kepada Yth:
Kepala Desa Buntu Bedimbar

di _
Tempat

Sesuai dengan kurikulum Diploma Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika Jurusan Gizi dimana mahasiswa semester VIII diwajibkan menyusun Skripsi. Berkenaan dengan hal tersebut kami mohon izin bagi mahasiswa bimbingan Ibu Dr.Ir Zuraidah Nasution, M.Kes untuk melakukan Penelitian di Desa Buntu Bedimbar. Adapun nama mahasiswa tersebut, adalah:

Nama : Aulia Rahmadani
Nim : P01031219007
Judul : Hubungan Pola Makan dan Asupan Natrium Dengan Tekanan Darah
Di Desa Buntu Bedimbar Kecamatan Tanjung Morawa.

Demikian kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasamanya diucapkan terima kasih



Lampiran 10. Surat Balasan Penelitian



PEMERINTAH KABUPATEN DELI SERDANG
KECAMATAN TANJUNG MORAWA
DESA BUNTU BEDIMBAR

Jl. Sultan Serdang No. 05 Dusun X Desa Buntu Bedimbar
Telepon (061) 7942373 Kode Pos 20362
E-mail : buntubedimbar05@gmail.com

Buntu Bedimbar, 29 Mei 2023

Nomor : 475/1430,
Lamp : -
Hal : Izin penelitian Ilmiah

Kepada
Yth : **Bapak Dekan Fakultas Keguruan Politeknik
Kesehatan Kemenkes Medan**
Di -
Medan

Dengan Hormat,

Sehubungan dengan Surat dari Dekan Fakultas KM.03.01/00/02/03/0903/2023 tanggal 22 Mei 2023 perihal Permohonan Izin penelitian Ilmiah.

Berkenaan dengan hal tersebut di atas, dengan ini diterangkan bahwa Mahasiswa / Mahasiswi **Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan**, Yaitu :

No.	Nama	L/P	Program Studi	NPM
1.	AULIA RAHMADANI	PR	Politeknik Kesehatan Medan	PO10312190007

Telah di Izinkan Melakukan Penelitian Ilmiah Kepada Masyarakat di Desa Buntu Bedimbar Kecamatan Tanjung Morawa Kabupaten Deli Serdang.

Demikian hal ini disampaikan untuk dimaklumi dan menjadi urusan selanjutnya.



Lampiran 11. Dokumentasi Penelitian







**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
KOMISI ETIK PENELITIAN KESEHATAN
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MEDAN**

Jl. Jamin Ginting Km. 13,5 Kel. Lau Cih Medan Tuntungan Kode Pos 20136

Telepon: 061-8368633 Fax: 061-8368644

email : kepk.poltekkesmedan@gmail.com



**PERSETUJUAN KEPK TENTANG
PELAKSANAAN PENELITIAN BIDANG KESEHATAN
Nomor: 01.25.176 /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 Pola Makan Dan Asupan Natrium Dengan Tekanan Darah Di Desa Buntu
Bedimbar Kecamatan Tanjung Morawa”**

Yang menggunakan manusia dan hewan sebagai subjek penelitian dengan ketua Pelaksana/

Peneliti Utama : **Aulia Rahmadani**

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, 11 September 2023

Komisi Etik Penelitian Kesehatan
Poltekkes Kemenkes Medan



Ketua,

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