

DAFTAR PUSTAKA

- AF Prasetyo, C Fadilla. (2023). Peranan Garam (Natrium) Pada Kesehatan- Dari Aspek Pangan Sampai Klinis. Books
- Age, Middle, Palung Raya, Desli Yulia Fitri, and Ade Dita Puteri. 2023. "Asupan Protein , Serat , Natrium , Dan Hipertensi Pada Dewasa Pertengahan 45-59 Tahun (Middle Age) Di Desa Palung Raya , Kampar , Riau." 2(September): 199–206.
- Agatha, R. (2020). Relationship between nutritional status, food intake, and sleep quality with blood pressure of member of Posbindu Mawar Kelurahan Kebayoran Lama Selatan. *ARGIPA (Arsip Gizi Dan Pangan)*, 107–116.
- Agustini, Rudiana. 2021. "2021-08-13_Buku Monograf 36_rudiana.Pdf."
- Akbar, Fredy, Darmiati Darmiati, Farmin Arfan, and Andi Ainun Zanzadila Putri. 2021. "Pelatihan Dan Pendampingan Kader Posyandu Lansia Di Kecamatan Wonomulyo." *Jurnal Abdidas* : 392–97.
- Amalia Yunia Rahmawati. 2020. "No Title No Title No Title." (July): 1–23. Amin, Nur Fadilah, Sabaruddin Garancang, and Kamaluddin. 2023. "Konsep Umum Populasi Dan Sampel Dalam Penelitian." *Jurnal Pilar* 14(1): 15–31.
- Ariyani, Audina Rosyada. 2020. "Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kejadian Hipertensi Pada Usia 45-65 Tahun Di Wilayah Kerja Puskesmas Bandarharjo Tahun 2019." *Jurnal Ilmu kesehatan masyarakat*: 1–81.
- Aryadi, Muhammad Irvan, Febrian Arfi, and Muhammad Ridwan Harahap. 2020. "Perbandingan Kadar Kafein Dalam Kopi Robusta (*Coffea Canephora*), Kopi Arabika (*Coffes Arabica*) Dan Kopi Liberika (*Coffea Liberica*) Dengan Metode Spektrofotometri UV-Vis."
- Atun, L., Siswati, T., & Kurdanti, W. (2018). Asupan sumber natrium, rasio kalium natrium, aktivitas fisik, dan Tekanan Darah pasien Hipertensi. *Jurnal Kesehatan*, 63–71.

- Ayu Pratiwi, Damayanti. 2021. "HUBUNGAN POLA KONSUMSI KOPI DENGAN RISIKO KEJADIAN GASTRITIS PADA WARGA DI PERUMAHAN KARTIKA WANASARI 2 RT 004 RW 036 KECAMATAN CIBITUNG KABUPATEN BEKASI TAHUN 2021."
- Bistara, Difran Nobel, and Yanis Kartini. 2018. "Hubungan Kebiasaan Mengkonsumsi Kopi Dengan Tekanan Darah Pada Dewasa Muda." *Jurnal Kesehatan Vokasional* 23.
- Budi Kristanto. (2021). Hubungan Kebiasaan Mengkonsumsi Kopi Dengan Kejadian Hipertensi. *KOSALA : Jurnal Ilmu Kesehatan*.
- Dai Senior, Godeliva et al. 2021. "Studi Literatur: Hubungan Mengkonsumsi Kopi Dengan Penyakit Hipertensi Pada Lansia." 74 *Jwk* 2548–4702.
- Damanik, Sri Melfa., and Hasian. 2019. "Modul Bahan Ajar Keperawatan Gerontik." *Universitas Kristen Indonesia*: 26–127.
- Darmawan, Hasbullah, Abdullah Tamrin, and Nadimin. 2018. "Asupan Natrium Dan Status Gizi Terhadap Tingkat." *Media Gizi Pangan*
- Dihni, Vika Azkiya. 2022. "Ini Penyakit Kronis Yang Banyak Diderita Lansia Indonesia." *ini-penyakit-kronis-yang-banyak-diderita-lansia-indonesia*.
- Fadillah, Raisa Noer, and Asti Yunia Rindarwati. 2023. "Pengaruh Edukasi Terapi Non Farmakologi Pada Pasien Hipertensi." *Jurnal Ilmiah Kesehatan Delima* : 117–21.
- Faridi, Ahmad et al. 2022. *Survey Konsumsi Gizi*.
- Fifianah, Fithri, Detti Nur Irawati, Nenny Triastuti, and M Perdana Airlangga. 2023. "Hubungan Konsumsi Kopi Dan Kebiasaan Merokok Terhadap Peningkatan Tekanan Darah Pada Nelayan Di Desa Warulor Paciran Lamongan." *Proceeding Series*: 89–106.
- Fitri, Habib M Ihsan, and Siti Hadrayanti H Ananda. 2022. "Hubungan Konsumsi Natrium Dan Aktivitas Fisik Dengan Kejadian Hipertensi Pada Masyarakat Pesisir Lingkungan Lemo-Lemo, Kabupaten Bombana." 1 *Jurnal Gizi Ilmiah (Jgi)* 9: 1–7. <https://stikesk-kendari.e-journal.id/JGI>.
- Fitri, Yulia, Rusmikawati Rusmikawati, Siti Zulfah, and Nurbaiti Nurbaiti.

2018. "Asupan Natrium Dan Kalium Sebagai Faktor Penyebab Hipertensi Pada Usia Lanjut." *AcTion: Aceh Nutrition Journal*.
- Hardiyanti, Diana, and Nanda Yuliana. 2021. "Hubungan Tingkat Pengetahuan Dan Pola Konsumsi Natrium Dengan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Cempaka." *Jurnal Ilmu Kesehatan Insan Sehat* 9(2): 143–47.
- Kementerian Kesehatan RI. 2021. "Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor HK.01.07/Menkes/4613/2021 Tentang Pedoman Nasional Pelayanan Kedokteran Tata Laksana Hipertensi Pada Anak." .
- Kusnan, Adius. 2022. "Pengaruh Teh Hijau Dalam Menurunkan Tekanan Darah: Systematic Review." *NURSING UPDATE: Jurnal Ilmiah Ilmu Keperawatan* P-ISSN: 2085-5931 e-ISSN: 2623-2871 13(1): 69–79.
- Meirine, Jumiyati, and Ahmad Rizal. 2023. "Konsumsi Zat Mikro Dan Pengetahuan Penderita Hipertensi Di Kota Bengkulu." *Jurnal Gizi danKesehatan (JGK)* 3(1): 73–81.
- Ni, Miranda Octavia, DianSaraswati, and A Astuti. 2022. "Konsumsi Kopi Dan Kualitas Tidur Meningkatkan Tekanan Darah Pada Hipertensi." *Indonesian Journal of Health Community* 3(1): 16–17. <http://e-journal.ivet.ac.id/index.php/ijheco>.
- Nuryanti, Elva, Khoidar Amirus, and Nurul Aryastuti. 2020. "Hubungan Merokok, Minum Kopi Dan Stress Dengan Kejadian Hipertensi Pada Pasien Rawat Jalan Di Puskesmas Negeri Baru Kabupaten Way Kanan Tahun 2019." *Jurnal Dunia Kesmas* 9(2): 235–44.
- Penangannya, D A N. "H i p e r t e n s i: Kenali Penyebab, Tanda Gejala Dan Penangannya."
- Priambodo, Nanda Dwi Satrio. 2020. "Asuhan Keperawatan Gerontik Dengan Defisit Pengetahuan Pada Klien Hipertensi Di Desa Balung Tawun Kecamatan Sukodadi Kabupaten Lamongan." *Tugas Akhir 1D3 Thesis*: 1.
- Purwaningtyas, Desiani Rizki, Dyah Anggriani, and Yuli Dwi Setyowati.

2022. "Kebiasaan Konsumsi Kopi Dan Status Gizi Dengan Tekanan Darah Pada Pekerja Usia 21–40 Tahun Di Kelurahan Kutabumi, Kabupaten Tangerang." *Ilmu Gizi Indonesia* 171.
- Puspita Sari, Lidia, and Arief Budiman. 2021. "Gambaran Terapi Non Farmakologi Untuk Menurunkan Hipertensi Pada Lansia: Literature Review." *Digital Repositor*.
- Putri, A. O. F. A., Batubara, L., & Arsyad, A. (2022). Hubungan Konsumsi Kopi Dengan Tekanan Darah Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Yarsi Angkatan 2018. *Junior Medical Journal*, 1(1), 24–35. <https://doi.org/10.33476/jmj.v1i1.2693>
- Putri, Widya Ayu Kurnia. 2022. "Hubungan Asupan Natrium, Status Gizi, Aktifitas Fisik Dan Tingkat Kecemasan Terhadap Tekanan Darah Lansia Di Posyandu Lansia Puskesmas II Purwokerto Timur." *Jurnal Andaliman: Jurnal Gizi Pangan, Klinik dan Masyarakat* 2 : 49.
- Ramadhika Dwi Poetra. 2019. " 2.1. 1–64." *Gastronomía ecuatoriana y turismo local* : 5–24.
- Rosdiana, Eva, and Elizar. 2022. "Hubungan Obesitas Asupan Makanan Sumber Natrium Dan Aktivitas Fisik Dengan Kejadian Hipertensi Pada Remaja Di Uptd Puskesmas Muara Batu Kabupaten Aceh Utara Tahun 2022." *Journal of Healthcare Technology and Medicine* : 684–93.
- Rusita, Desi. 2018. *Hubungan Asupan Makanan (Lemak Dan Natrium), Aktivitas Fisik Dan Minuman Berkafein Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia Di Wilayah Puskesmas Tanjung Kabupaten Natuna*.
- Santoso, Puguh. 2023. "Pengaruh Konsumsi Kopi Terhadap Hipertensi." *Jurnal Kebidanan* : 74–81.
- Sari, Fika, Reni Zulfitri, and Nopriadi. 2022. "Hubungan Kebiasaan Konsumsi Kopi Dengan Tekanan Darah Pada Lansia Riwayat Hipertensi." *Jurnal Vokasi Keperawatan (JVK)* : 138–47.
- Seimbang, Gizi Untuk Bayi. *Modul Ajar Ini Berisi Tentang : Konsep Zat Gizi*.
- Setiawati, R., Dardjito, E., Kurnia, W. A., Jurusan, P., Gizi, I., Ilmu, F.,

- Kesehatan, I., & Soedirman, J. (2022). Hubungan Asupan Natrium, Status Gizi, Aktivitas Fisik dan Tingkat Kecemasan Terhadap Tekanan Darah Lansia di Posyandu Lansia Puskesmas II Purwokerto Timur The Correlation Between Natrium Intake, Nutritional Status, Physical Activity and Anxiety Level of E. *Jurnal Andaliman: Jurnal Gizi Pangan*, 49–62.
- Siregar, R. anastasya. (2024). Penyuluhan Tentang Hipertensi Pada Lansia Di Desa Lubuk Raya Kecamatan Padangsidempuan Hutaimbaru Tahun 2024. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Aupa (JPMA)*, 6(1), 35–39.
- Sugita, Ria Nurdiana et al. 2022. “Penerapan Slow Deep Breathing Exercise Sebagai Upaya Pencegahan Peningkatan Hipertensi Di Kecamatan Jebres Surakarta.” *Empowerment Journal 2*: 32–37.
- Suparyanto dan Rosad (2015. 2020. “Pengertian Tekanan Darah.” *Suparyanto dan Rosad (2015 5)* : 248–53.
- Suprayitno¹, Emdat. 2019. “Gambaran Status Tekanan Darah Penderita Hipertensi Di Desa Karanganyar Kecamatan Kalianget Kabupaten Sumenep.” *Journal Of Health Science (Jurnal Ilmu Kesehatan)*.
- Tawakal, A. 2022. “Development of Coffee Production in Kepahiang.” *Jurnal Fokus Manajemen 2*(2): 143–52.
- Telaumbanua, Arniat Christiani, and Yanti Rahayu. 2021. “Penyuluhan Dan Edukasi Tentang Penyakit Hipertensi.” *Jurnal Abdimas Saintika*: 119.
- Triyuliana, Yola. 2020. “Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia Umur 60-90 Tahun Di Wilayah Kerja Puskesmas Tanah Kampung Kota Sungai Penuh Tahun 2020.”
- Tumanggor, Sarah Diva, Lucia Aktalina, and Anna Yusria. 2022. “Karakteristik Pasien Hipertensi Di Puskesmas Mandala Kecamatan Medan Tembung.” *Jurnal Kedokteran STM (Sains dan Teknologi Medik)* 5(2): 174–80.
- Tuwu, Darmin, and La Tarifu. 2023. “Implementasi Program Posyandu Lansia Untuk Menjaga Kesehatan Lanjut Usia.” *Journal Publicuho*.
- Wulandari, Ayu, Senja Atika Sari, and Ludiana. 2023. “Penerapan Relaksasi Benson Terhadap Tekanan Darah Pada Pasien Hiertensi Di RSUD Jendral Ahmad Yani Kota Metro Tahun 2022.” *Jurnal Cendikia Muda*.

Lampiran 1. Persetujuan Menjadi Sampel Penelitian

SURAT KESEDIAAN MENJADI RESPONDEN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : *Samsidar*
Jenis Kelamin : *Perempuan*
Usia : *65 tahun*
Alamat : *Gang Subur, Dusun II, Telaga Sari*
No. Hp :

Berdasarkan penjelasan yang telah diberikan oleh mahasiswi, saya telah mengerti segala hal yang berhubungan dengan penelitian yang dilakukan oleh mahasiswi tersebut, maka dengan ini saya menyatakan bersedia untuk menjadi responden penelitian yang berjudul "Hubungan Asupan Natrium dan Kebiasaan Konsumsi Kopi dengan Tekanan Darah Pada Lansia di Desa Telaga Sari, Kecamatan Tanjung Morawa" yang akan dilakukan oleh :

Nama : Rita Yani Butar Butar
Instansi : Poltekkes Kemenkes Medan Jurusan Gizi Prodi D-III
No. Hp 0895412702270

Tanjung Morawa, *21 Mei* 2024

Mahasiswi Pelaksana

Responden



(Rita Yani Butar Butar)


(.....)

Lampiran 2. Lembar Kuesioner

Food Frequency Questionnaire (FFQ) Semi Kuantitatif

Bahan Makanan	Banyaknya konsumsi per....							Porsi		Rata-Rata Gram/Hari	Cara Pengolahan
	1x /hari	2-3x /hari	>3x /hari	1x /mgg	2-3x /mgg	4-6x /mgg	1-3x /bln	URT	Gram		
Makanan Pokok											
Nasi Putih											
Kentang											
Jagung											
Singkong											
Bihun											
Roti Tawar											
Kelompok Lauk Nabati											
Tahu											
Tempe											
Kacang Tanah											
Kacang Hijau											
Oncom											
Kelompok Lauk Hewani											
Daging Ayam											
Daging Sapi											
Daging Lembu											
Daging Kambing											

Daging Kerbau											
Daging Bebek											
Hati Ayam											

Sarden											
Ikan Asin											
Ikan Lidah											
Ikan Teri											
Ikan Gabus											
Ikan Lele											
Cumi-Cumi											
Udang											
Kepiting											
Kerang											
Bandeng											
Kembung											
Bawal											
Tongkol											

Telur Ayam											
Telur Bebek											
Telur Asin											
Telur Puyuh											
Sayuran											
Acar											
Daun Bawang											
Daun Singkong											
Daun Melinjo											
Bayam											

Kangkung											
Jengkol											
Labu siam											
Wortel											
Kacang Panjang											
Kol											
Pakcoy											
Sawi Hijau											
Sawi Putih											

Seledri											
Terong Belanda											
Terong Unggu											
Terong Telunjuk											

Tomat											
Ketimun											

Buah-Buahan

Alpukat											
Anggur											
Apel											
Belimbing											
Buah Naga											
Durian											
Jeruk Manis											
Jeruk Mandarin											
Jeruk Sankis											
Jambu Air											
Jambu Biji											
Kurma											

Mangga											
Markisa											
Melon											
Nanas											
Pepaya											
Pir											
Pisang Ambon											
Pisang Barangan											
Pisang Kepok											

Sawo											
Sukun											
Bumbu											
Garam											
Masako/ Royko											

Vetsin (Ajinomoto/ Sasa)											
Kecap											
Kecap Asin											
Sous Cabe											
Saus Tomat											
Saus Teriyaki											
Santan Murni											
Santan Instan											
Minuman											
Kopi Sidikalang											
Kopi Kapal Api											
Kopi ABC											
Kopi ABC Susu											

Kopi											
Kenangan											
Cappucino											
Coffemix											
Nescafe											
Luak White											
Koffie											
Golda Coffe											
Tora Bika											
Good Day											
Top Gula Aren											
Teh Manis											
Teh Botol											
Coca-Cola											
Sprite											
Fanta											
Jamu											
Susu											
Kental											
Manis											
Red Bull											
Madu											

Snack											
Biscuit Roma											

Kepala											
Biscuit Sari Gandum											
Coklat											
Donat											
Brownies											
Ice Cream											

Roti Coklat											
Roti Keju											
Roti Susu											
Dadar Gulung											
Kue Cincin											
Kue Putri Ayu											
Kerupuk											
Kripik Singkong											
Kripik Pisang											

Makanan Cepat Saji

Bakso Bakar											
Bakso Ayam (Kuah)											
Burger											
Mie Instant											
Nasi Goreng											

Nugget											
Martabak											
Kebab											
Puding Instant											
Pizza											
Popcorn											
Sandwich											
Sate											
Sosis											

Lampiran 3. Data Identitas Sampel

DATA IDENTITAS SAMPEL

Hubungan Asupan Natrium dan Kebiasaan Konsumsi Kopi dengan Tekanan Darah Pada Lansia di Desa Telaga Sari, Kecamatan Tanjung Morawa

Tanggal Wawancara :

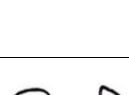
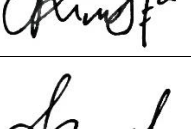
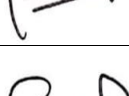
No.

Sampel :

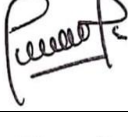
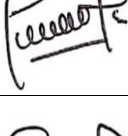
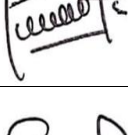
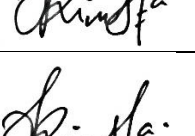
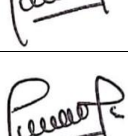
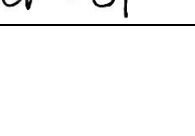
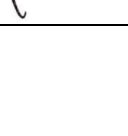
Identitas Sampel		
1.	Nama	Samsidar
2.	Umur	65 tahun
3.	Jenis Kelamin	Perempuan
4.	Pekerjaan	Tidak bekerja
5.	Riwayat Penyakit	Hipertensi
6.	Tekanan Darah: Sistolik 151 mmHg Diastolik 87 mmHg	

Lampiran 4. Bukti Bimbingan Usulan Penelitian

Nama : Rita Yani Butar Butar
NIM : P01031121129
Judul : Hubungan Asupan Natrium dan Kebiasaan Konsumsi
Kopi dengan Tekanan Darah Pada Lansia di Desa
Telaga Sari, Kecamatan Tanjung Morawa
Pembimbing : Dr. Mahdiah, DCN, M.Kes

No	Tanggal	Topik Bimbingan	T. Tangan Mahasiswa	T. Tangan Dosen Pembimbing
1.	14 September 2023	Pembagian dosen pembimbing		
2.	15 September 2023	Diskusi tentang judul usulan penelitian		
3.	16 Oktober 2023	Pengajuan judul usulan penelitian		
4.	17 Oktober 2023	Mencari referensi topik judul usulan penelitian yang diajukan seperti jurnal		
5.	18 Oktober 2023	Review jurnal yang akan digunakan		
6.	25 Oktober 2023	Review jurnal yang akan digunakan		

7.	3 November 2023	Pengajuan Judul		
8.	4 November 2023	ACC Judul		
9.	November 2023	usulan penelitian BAB I-II		
10.	24 November 2023	Revisi BAB I-II		
11.	2 Desember 2023	Pengumpulan usulan penelitian BAB III		
12.	8 Desember 2023	Revisi BAB III		
13.	15 Desember 2023	Revisi BAB I-III		
14.	18 Desember 2023	Usulan Proposal diterima dosen pembimbing dan tanda tangan surat persetujuan		
15.	19 Desember 2023	Pembuatan dan pemeriksaan PPT		
16.	13 Mei 2024	Revisi dan ACC pembimbing hasil usulan penelitian		

17.	13 Mei 2024	ACC usulan penelitian dari penguji I		
18.	13 Mei 2024	Revisi hasil usulan penelitian penguji II		
19.	14 Mei 2024	ACC dosen penguji II		
20.	16-26 Mei 2024	Pengambilan data		
21.	1 Juni 2024	Diskusi bab IV dan V		
22.	26 Juni 2024	Ujian Seminar Hasil		
23.	27 Juni 2024	Revisi KTI oleh pembimbing		
24.	28 November 2024	Revisi keseluruhan oleh pembimbing		
25.	2 Desember 2024	ACC Revisi oleh pembimbing		
26.	2 Desember 2024	ACC Revisi oleh penguji I		
27.	12 Desember 2024	ACC Revisi oleh penguji II		
28.	13 Desember 2024	Pembuatan dan ACC Abstrak		

Lampiran 5. Surat Izin Survey Pendahuluan



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	Wiwinda 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



Lampiran 6. Balasan Surat Survey 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	Rita Yani Butar Butar	P01031121129	Hubungan Asupan Natrium dan Kebiasaan Konsumsi Kopi dengan Tekanan Darah 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 Haryani, M.K.M
Pembina (IV/a)
NIP. 19771130 201001 2 011

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



Balai
Sertifikasi
Elektronik

Lampiran 7. Surat Izin Penelitian



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 : 1001/ PDS/V/2024
Lamp :
Hal : Memberikan Izin Penelitian

Kepada Yth
Plh.Ketua Jurusan Gizi
Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan
Di Medan

Dengan hormat,

1. Sehubungan dengan surat Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan No KH.03.03/F.XXII.13/396.1/2024 Tentang Permohonan Izin Penelitian
2. Maka dengan ini Kepala Puskesmas Dalu Sepuluh Kec. Tanjung Morawa Kab. Deli Serdang memberikan izin penelitian yang dilakukan oleh :

Nama : Rita Yani Butar Butar
NIM : P01031121129
Judul Skripsi : Hubungan Asupan Nutrum dan Kebiasaan Konsumsi Kopi dengan Tekanan Darah pada Lansia di Desa Telaga Sari Kecamatan Tanjung Morawa

3. Demikianlah kami sampaikan kepada Plh Ketua Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan untuk dapat dimaklumi.

Dalu Sepuluh, 17 Mei 2024
Kepala UPT Puskesmas Dalu
Sepuluh



Ditandatangani Secara Elektronik :
Kepala UPT Puskesmas Dalu Sepuluh
Dinas Kesehatan
Kabupaten Deli Serdang
drg. Hj. Sri Astuti Hariyani, M.K.M
Pembina (I/II)
NIP. 19771130 201001 2 011

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



Lampiran 8. Surat Balasan dari Kepala Desa



PEMERINTAH KABUPATEN DELI SERDANG KECAMATAN TANJUNG MORAWA DESA TELAGA SARI

Alamat Kantor : Jln. Sultan Serdang Psr. VI Dsn. III Desa Telaga Sari – Tg. Morawa 20362
Telepon (061).....Faks(061).....
Email Website

Nomor: 470/

Lamp : -

Hal Permohonan Izin Penelitian

Tanjung Morawa, 29 Mei 2024

Kepada Yth :

KEPALA JURUSAN GIZI POLTEKKES MEDAN

Di-

Tempat

Sesuai Surat Permohonan dari POLTEKKES Medan Nomor :
KH.03.03/F.XXII.13/396/2024 Tanggal, 15 Mei 2024 Perihal Pokok surat diatas,
Bersama ini kami sampaikan , Yaitu sebagai berikut
Adapun nama Mahasiswa tersebut adalah yaitu :

N a m a : **RITA YANI BUTAR BUTAR**
NIM : P01031121129
Judul Kegiatan : "Hubungan Asupan Nutrium dan Kebiasaan Konsumsi Kopi
Dengan Tekanan Darah Pada Lansia Di Desa Telaga Sari
Kecamatan Tanjung Morawa."

Demikianlah Surat ini kami sampaikan ,atas kerjasama yang baik di Ucapkan Terima kasih.



Lampiran 9. Ethical Clearance



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: 01.25 842 /KEPK/POLTEKKES KEMENKES MEDAN 2024

Protokol Penelitian yang diusulkan oleh :
The Research Protocol Proposed By

Peneliti Utama : RITA YANI BUTAR BUTAR
Principil In Investigator

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

Dengan Judul :
Title

**"HUBUNGAN ASUPAN NATRIUM DAN KEBIASAAN KONSUMSI KOPI DENGAN TEKANAN DARAH
PADA LANSIA DI DESA TELAGA SARI, KECAMATAN TANJUNG MORAWA"**

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 20 Mei 2024 sampai 20 Mei 2025

This declaration of ethics applies during the period 20 May 2024 until 20 May 2025

Medan, 20 May 2024
Ketua/chairperson



Lampiran 10. Master Tabel

NO	Nama Responden	Umur (thn)	Jenis Kelamin	Pekerjaan	Riwayat Penyakit	Tekanan Darah	Kategori TD	Asupan Natrium	Kategori Asupan Natrium	Skor F. Konsumsi Kopi	Kategori
1	A1	60	Laki-laki	Tidak bekerja	Hipertensi	152/82	Tinggi	1195,7 mg	Cukup	45	Baik
2	A2	60	Perempuan	Tidak bekerja	Hipertensi	145/94	Tinggi	1095,7 mg	Cukup	20	Baik
3	A3	61	Laki-laki	Petani	Tidak ada	141/88	Tinggi	995 mg	Cukup	45	Baik
4	A4	62	Perempuan	Tidak bekerja	Hipertensi	140/71	Tinggi	971 mg	Cukup	20	Baik
5	A5	62	Laki-laki	Petani	Tidak ada	150/78	Tinggi	1323 mg	Lebih	50	Tidak Baik
6	A6	62	Perempuan	Tidak bekerja	Kolestrol	141/75	Tinggi	1018 mg	Cukup	15	Baik
7	A7	64	Laki-laki	Tukang bangunan	Tidak ada	156/76	Tinggi	1195 mg	Cukup	70	Tidak Baik
8	A8	64	Perempuan	Tidak bekerja	Hipertensi	145/91	Tinggi	1429 mg	Lebih	15	Baik
9	A9	64	Laki-laki	Tukang becak	Hipertensi	149/83	Tinggi	1478 mg	Lebih	45	Baik
10	A10	65	Perempuan	Tidak bekerja	Jantung, kolesterol	140/58	Tinggi	1251 mg	Lebih	25	Baik
11	A11	65	Laki-laki	Tidak bekerja	Tidak ada	142/87	Tinggi	1380 mg	Lebih	85	Tidak Baik
12	A12	66	Perempuan	Pedagang	Diabetes	143/76	Tinggi	1344 mg	Lebih	15	Baik
13	A13	66	Perempuan	Tidak bekerja	Tidak ada	146/89	Tinggi	1077,8 mg	Cukup	20	Baik
14	A14	67	Perempuan	Tidak bekerja	Hipertensi	155/87	Tinggi	1244 mg	Lebih	0	Baik
15	A15	68	Perempuan	Tidak bekerja	Hipertensi	170/79	Tinggi	1366 mg	Lebih	0	Baik
16	A16	67	Perempuan	Tidak bekerja	Kolestrol	142/85	Tinggi	1026 mg	Cukup	10	Baik
17	A17	67	Perempuan	Tidak bekerja	Asam lambung	152/86	Tinggi	1049 mg	Cukup	0	Baik
18	A18	69	Perempuan	Tidak bekerja	Kolestrol	148/82	Tinggi	1198 mg	Cukup	0	Baik
19	A19	70	Perempuan	Tidak bekerja	Asam lambung	145/88	Tinggi	1182 mg	Cukup	40	Baik
20	A20	70	Perempuan	Ibu rumah tangga	Asam urat	146/90	Tinggi	1254,7 mg	Lebih	10	Baik
21	A21	70	Laki-laki	Tidak bekerja	Hipertensi	146/93	Tinggi	1323 mg	Lebih	75	Tidak Baik

22	A22	70	Perempuan	Tidak bekerja	Asam urat	141/82	Tinggi	1304 mg	Lebih	0	Baik
23	A23	71	Perempuan	Tidak bekerja	Jantung	120/80	Normal	1165 mg	Cukup	40	Baik
24	A24	71	Perempuan	Tidak bekerja	Jantung, kolestrol	171/83	Tinggi	1266 mg	Lebih	15	Baik
25	A25	71	Laki-laki	Tidak bekerja	Hipertensi	163/84	Tinggi	1054 mg	Cukup	65	Tidak Baik
26	A26	72	Perempuan	Tidak bekerja	Asam lambung	144/88	Tinggi	1109 mg	Cukup	0	Baik
27	A27	76	Perempuan	Tidak bekerja	Tidak ada	127/69	Normal	1045 mg	Cukup	15	Baik
28	A28	70	Laki-laki	Petani	Tidak ada	143/89	Tinggi	1026,9 mg	Cukup	15	Baik
29	A29	74	Laki-laki	Tidak bekerja	Hipertensi, jantung	170/84	Tinggi	1364 mg	Lebih	25	Baik
30	A30	79	Laki-laki	Tidak bekerja	Hipertensi	149/83	Tinggi	1064 mg	Cukup	45	Baik
31	A31	80	Perempuan	Tidak bekerja	Hipertensi	198/97	Tinggi	1234 mg	Lebih	0	Baik
32	A32	84	Laki-laki	Tidak bekerja	Jantung, hipertensi	215/120	Tinggi	1225 mg	Lebih	45	Baik
33	B1	60	Perempuan	Pedagang	Asam lambung	141/89	Tinggi	1021,6 mg	Cukup	0	Baik
34	B2	60	Perempuan	Tidak bekerja	Kolestrol	140/79	Tinggi	1053,1 mg	Cukup	45	Baik
35	B3	60	Perempuan	Tidak bekerja	Tidak ada	143/84	Tinggi	1200,6 mg	Cukup	15	Baik
36	B4	61	Perempuan	Tidak bekerja	Hipertensi	141/83	Tinggi	1137,8 mg	Cukup	0	Baik
37	B5	61	Perempuan	Tidak bekerja	Kolestrol	121/78	Normal	1478,6 mg	Lebih	0	Baik
38	B6	61	Perempuan	Tidak bekerja	Kolestrol	146/94	Tinggi	1453,1 mg	Lebih	15	Baik
39	B7	62	Perempuan	Tidak bekerja	Tidak ada	140/81	Tinggi	1199,7 mg	Cukup	15	Baik
40	B8	62	Laki-laki	Buruh harian lepas	Asam lambung	121/66	Normal	1109,3 mg	Cukup	45	Baik
41	B9	62	Perempuan	Tidak bekerja	Kolestrol	120/79	Normal	992,8 mg	Cukup	0	Baik
42	B10	62	Perempuan	Tidak bekerja	Diabetes	153/83	Tinggi	1363 mg	Cukup	5	Baik
43	B11	63	Perempuan	Tidak bekerja	Kolestrol	143/89	Tinggi	1195,5 mg	Cukup	0	Baik
44	B12	64	Perempuan	Tidak bekerja	Hipertensi	185/103	Tinggi	1419 mg	Lebih	30	Baik
45	B13	64	Laki-laki	Buruh harian lepas	Hipertensi	147/81	Tinggi	1022 mg	Cukup	65	Tidak Baik
46	B14	64	Perempuan	Tidak bekerja	Diabetes	107/76	Normal	955 mg	Cukup	0	Baik
47	B15	64	Laki-laki	Petani	Kolestrol	99/56	Normal	1388,8 mg	Lebih	5	Baik
48	B16	64	Perempuan	Tidak bekerja	Kolestrol	126/78	Normal	908,5 mg	Cukup	0	Baik

49	B17	64	Perempuan	Tidak bekerja	Tidak ada	142/86	Tinggi	980,4 mg	Cukup	20	Baik
50	B18	65	Perempuan	Tidak bekerja	Asam lambung	104/67	Normal	935 mg	Tidak Baik	0	Baik
51	B19	65	Perempuan	Tidak bekerja	Hipertensi	151/87	Tinggi	1049 mg	Cukup	20	Baik
52	B20	65	Laki-laki	Tidak bekerja	Hipertensi	159/101	Tinggi	963 mg	Cukup	25	Baik
53	B21	67	Perempuan	Tidak bekerja	Kolesterol, hipertensi	150/85	Tinggi	1280,4 mg	Lebih	0	Baik
54	B22	68	Laki-laki	Pensiunan petugas kebersihan	Asam urat	140/86	Tinggi	1261 mg	Lebih	35	Baik
55	B23	69	Perempuan	Tidak bekerja	Asam urat	142/84	Tinggi	1035 mg	Cukup	15	Baik
56	B24	70	Perempuan	Tidak bekerja	Hipertensi	143/83	Tinggi	1181 mg	Cukup	0	Baik
57	B25	70	Perempuan	Tidak bekerja	Asam urat	146/87	Tinggi	1422 mg	Lebih	25	Baik
58	B26	72	Laki-laki	Tidak bekerja	Asam lambung	144/88	Tinggi	1280 mg	Lebih	10	Baik
59	B27	72	Perempuan	Tidak bekerja	Kolesterol, hipertensi	153/82	Tinggi	1278 mg	Lebih	10	Baik
60	B28	73	Perempuan	Tidak bekerja	Asam urat	143/87	Tinggi	1147 mg	Cukup	0	Baik
61	B29	74	Perempuan	Tidak bekerja	Kolesterol	143/68	Tinggi	1224 mg	Lebih	15	Baik
62	B30	74	Perempuan	Tidak bekerja	Hipertensi	151/88	Tinggi	1376 mg	Lebih	10	Baik
63	B31	75	Perempuan	Tidak bekerja	Diabetes, kolesterol	127/79	Normal	1200 mg	Cukup	0	Baik
64	B32	75	Laki-laki	Tidak bekerja	Diabetes, hipertensi	152/85	Tinggi	1191 mg	Cukup	30	Baik
65	C1	60	Perempuan	Tidak bekerja	Tidak ada	140/87	Tinggi	931 mg	Cukup	15	Baik
66	C2	60	Perempuan	Tidak bekerja	Hipertensi	143/83	Tinggi	981 mg	Cukup	10	Baik
67	C3	60	Perempuan	Tidak bekerja	Hipertensi	165/84	Tinggi	1456 mg	Lebih	5	Baik
68	C4	61	Perempuan	Ibu rumah tangga	Tidak ada	147/89	Tinggi	1215 mg	Cukup	0	Baik
69	C5	61	Perempuan	Tidak bekerja	Hipertensi	143/89	Tinggi	981 mg	Cukup	15	Baik
70	C6	61	Perempuan	Tidak bekerja	Hipertensi	178/97	Tinggi	1398 mg	Cukup	5	Baik
71	C7	61	Perempuan	Ibu rumah tangga	Diabetes, kolesterol	159/85	Tinggi	1428 mg	Lebih	0	Baik

72	C8	62	Perempuan	Tidak bekerja	Hipertensi	210/107	Tinggi	1418 mg	Lebih	5	Baik
73	C9	63	Perempuan	Tidak bekerja	Hipertensi	146/93	Tinggi	1178 mg	Cukup	35	Baik
74	C10	63	Perempuan	Ibu rumah tangga	Hipertensi	160/88	Tinggi	1467 mg	Lebih	0	Baik
75	C11	64	Laki-laki	Narek becak	Kolestrol, hipertensi	152/104	Tinggi	1452 mg	Lebih	85	Tidak Baik
76	C12	64	Perempuan	Tidak bekerja	Asam urat	153/91	Tinggi	1399 mg	Cukup	0	Baik
77	C13	64	Laki-laki	Buruh harian lepas	Hipertensi	170/98	Tinggi	1346 mg	Lebih	60	Tidak Baik
78	C14	65	Perempuan	Tidak bekerja	Tidak ada	144/87	Tinggi	1067 mg	Cukup	0	Baik
79	C15	66	Laki-laki	Buruh harian lepas	Jantung	148/89	Tinggi	1253 mg	Lebih	30	Baik
80	C16	66	Perempuan	Ibu rumah tangga	Tidak ada	144/79	Tinggi	1187 mg	Cukup	0	Baik
81	C17	66	Perempuan	Tidak bekerja	Tidak ada	142/93	Tinggi	1040 mg	Cukup	15	Baik
82	C18	66	Perempuan	Tidak bekerja	Hipertensi	142/86	Tinggi	1217,4 mg	Lebih	0	Baik
83	C19	67	Laki-laki	Tidak bekerja	Hipertensi	164/76	Tinggi	1171 mg	Lebih	10	Baik
84	C20	67	Laki-laki	Narek becak	Hipertensi	157/84	Tinggi	1173 mg	Lebih	25	Baik
85	C21	68	Perempuan	Tidak bekerja	Hipertensi	169/83	Tinggi	1282 mg	Lebih	0	Baik
86	C22	69	Perempuan	Tidak bekerja	Hipertensi	158/82	Tinggi	1289 mg	Lebih	0	Baik
87	C23	69	Perempuan	Tidak bekerja	Tidak ada	149/81	Tinggi	1035 mg	Cukup	25	Baik
88	C24	69	Perempuan	Tidak bekerja	Hipertensi, asam lambung	157/89	Tinggi	1198 mg	Cukup	0	Baik
89	C25	71	Perempuan	Tidak bekerja	Hipertensi	149/93	Tinggi	1221 mg	Lebih	10	Baik
90	C26	72	Perempuan	Tidak bekerja	Diabetes	149/76	Tinggi	1218 mg	Lebih	0	Baik
91	C27	73	Perempuan	Tidak bekerja	Hipertensi	169/87	Tinggi	1228 mg	Lebih	20	Baik
92	C28	74	Perempuan	Tidak bekerja	Kolestrol	143/78	Tinggi	1982 mg	Cukup	10	Baik
93	C29	75	Perempuan	Tidak bekerja	Kolestrol	170/89	Tinggi	954,7 mg	Cukup	20	Baik
94	C30	75	Laki-laki	Tidak bekerja	Diabetes	142/90	Tinggi	1126,7 mg	Lebih	0	Baik
95	C31	77	Laki-laki	Tidak bekerja	Asam urat	129/67	Normal	1163 mg	Lebih	25	Baik

Lampiran 11. Hasil Sq-FFQ

HASIL PERHITUNGAN DIET/			
Nama Makanan	Jumlah	energy	carbohydr.
MAKANAN POKOK			
nasi putih	360 g	468,1 kcal	103,0 g
kentang	8 g	7,4 kcal	1,7 g
jagung kuning segar	13 g	14,0 kcal	3,3 g
singkong putih	14 g	18,3 kcal	4,5 g
bihun	9 g	34,3 kcal	8,2 g
Meal analysis: energy 542,2 kcal (32 %), carbohydrate 120,6 g (48 %)			
LAUK NABATI			
tahu	12 g	9,1 kcal	0,2 g
tempeh goreng	44 g	148,3 kcal	7,5 g
kacang hijau	5 g	5,8 kcal	1,0 g
Meal analysis: energy 163,2 kcal (10 %), carbohydrate 8,7 g (3 %)			
LAUK HEWANI			
daging ayam	18 g	51,3 kcal	0,0 g
hati ayam	4 g	6,3 kcal	0,0 g
ikan asin layur	1 g	0,8 kcal	0,0 g
ikan asin gabus	11 g	26,9 kcal	0,0 g
kerang	7 g	7,2 kcal	0,3 g
ikan asin teri	15 g	50,3 kcal	0,0 g
ikan lele	20 g	16,8 kcal	0,0 g
ikan kembung	17 g	19,1 kcal	0,0 g
ikan tongkol	14 g	15,5 kcal	0,0 g
telur ayam	60 g	93,1 kcal	0,7 g
telur itik / bebek mentah	8 g	14,8 kcal	0,1 g
telur puyuh	2 g	3,7 kcal	0,0 g
Meal analysis: energy 305,8 kcal (18 %), carbohydrate 1,2 g (0 %)			
SAYURAN			
daun bawang	1 g	0,2 kcal	0,1 g
daun singkong mentah	17 g	6,3 kcal	1,2 g
bayam segar	12 g	4,4 kcal	0,9 g
daun labu siam mentah	17 g	2,6 kcal	0,4 g
kangkung	6 g	0,9 kcal	0,1 g
jengkol	1 g	0,4 kcal	0,1 g
wortel	22 g	1,9 kcal	1,7 g
kacang panjang biji	6 g	2,1 kcal	0,5 g
sawi hijau	17 g	2,6 kcal	0,4 g
sawi putih mentah	25 g	3,8 kcal	0,5 g
seledri	1 g	0,1 kcal	0,0 g

terong belanda / ungu	25 g	7,0 kcal	1,6 g
jus tomat	55 g	12,1 kcal	2,9 g
ketimun mentah	4 g	0,5 kcal	0,1 g

Meal analysis: energy 44,9 kcal (3 %), carbohydrate 10,5 g (4 %)

BUAH-BUAHAN

jus alpukat	18 g	14,2 kcal	2,1 g
apel	3 g	1,8 kcal	0,5 g
buah naga	28 g	4,8 kcal	2,5 g
jeruk manis	17 g	8,0 kcal	2,0 g
jambu air	85 g	50,2 kcal	13,0 g
jambu biji	28 g	14,3 kcal	3,3 g
mangga harum manis	8 g	5,2 kcal	1,4 g
pepaya	28 g	10,9 kcal	2,7 g
pisang ambon	14 g	12,9 kcal	3,3 g
pisang kapok gembrot	8 g	9,3 kcal	2,5 g
jus melon	3 g	1,4 kcal	0,4 g
sukun	14 g	14,4 kcal	3,8 g

Meal analysis: energy 147,3 kcal (9 %), carbohydrate 37,5 g (15 %)

BUMBU

garam	1 g	0,0 kcal	0,0 g
garam	1 g	0,0 kcal	0,0 g
kecap	1 g	0,6 kcal	0,1 g
santan	56 g	39,8 kcal	1,7 g

Meal analysis: energy 40,4 kcal (2 %), carbohydrate 1,7 g (1 %)

MINUMAN

teh manis belu	300 ml	38,7 kcal	10,2 g
jamu	14 ml	0,1 kcal	0,0 g
susu kental manis	7 ml	22,4 kcal	3,8 g

Meal analysis: energy 61,3 kcal (4 %), carbohydrate 14,0 g (6 %)

SNACK

biscuit roma	4 g	17,2 kcal	3,1 g
donat	5 g	20,0 kcal	2,3 g
roti coklat	9 g	25,6 kcal	4,7 g
roti susu	9 g	27,5 kcal	4,6 g
roti keju	9 g	25,2 kcal	4,4 g
kerupuk aci	3 g	11,4 kcal	2,7 g
kerupuk singkong	14 g	40,3 kcal	9,8 g
kripik pisang	14 g	0,7 kcal	8,1 g

Meal analysis: energy 168,0 kcal (10 %), carbohydrate 39,9 g (16 %)

MAKANAN CEPAT SAJI

mie + bakso (6) + kuah	13 g	19,2 kcal	2,6 g
fuji mie/mi instan/tiga putra	8 g	11,3 kcal	2,3 g

nasi goreng	57 g	142,5 kcal	11,5 g
martabak manis	3 g	6,7 kcal	0,5 g
sate ayam	8 g	25,1 kcal	0,0 g
sosis	3 g	1,5 kcal	0,0 g

Meal analysis: energy 206,3 kcal (12 %), carbohydrate 16,8 g (7 %)

HASIL PERHITUNGAN

Zat Gizi	hasil analisis nilai	rekomendasi nilai/hari	persentase pemenuhan
energy	1679,2 kcal	1600,0 kcal	105 %
water	43,8 g	2250,0 g	2 %
protein	75,8 g(17%)	44,0 g(12 %)	172 %
fat	49,3 g(25%)	58,0 g(< 30 %)	85 %
carbohydr.	251,0 g(58%)	255,0 g(> 55 %)	98 %
dietary fiber	17,1 g	30,0 g	57 %
alcohol	0,0 g	-	-
PUFA	12,4 g	10,0 g	124 %
cholesterol	464,6 mg	-	-
Vit. A	2696,5 µg	800,0 µg	337 %
carotene	0,0 mg	-	-
Vit. E	0,0 mg	-	-
Vit. B1	0,7 mg	1,0 mg	72 %
Vit. B2	1,1 mg	1,2 mg	90 %
Vit. B6	1,6 mg	1,2 mg	133 %
folic acid eq.	0,0 µg	-	-
Vit. C	148,4 mg	100,0 mg	148 %
sodium	1223,4 mg	1800,0 mg	91 %
potassium	2238,8 mg	3000,0 mg	64 %
calcium	593,1 mg	1000,0 mg	59 %
magnesium	276,7 mg	300,0 mg	92 %
phosphorus	1051,7 mg	700,0 mg	150 %
iron	9,7 mg	10,0 mg	97 %
zinc	7,0 mg	7,0 mg	100 %

Lampiran 12. Hasil Output Spss

Umur

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 60-64	39	41.1	41.1	41.1
65-70	32	33.7	33.7	74.7
71-75	24	25.3	25.3	100.0
Total	95	100.0	100.0	

Jenis Kelamin

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Laki-laki	26	27.4	27.4	27.4
Perempuan	69	72.6	72.6	100.0
Total	95	100.0	100.0	

Riwayat Penyakit

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Hipertensi	38	40.0	40.0	40.0
Kolestrol	13	13.7	13.7	53.7
Asam urat	8	8.4	8.4	62.1
Asam lambung	7	7.4	7.4	69.5
Diabetes	7	7.4	7.4	76.8
Jantung	4	4.2	4.2	81.1
Tidak ada	18	18.9	18.9	100.0
Total	95	100.0	100.0	

Tekanan Darah

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Normal	16	16.8	16.8	16.8
	Tinggi	79	83.2	83.2	100.0
	Total	95	100.0	100.0	

Nilai Tekanan Darah

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	120/80-140-90 mm Hg	16	16.8	16.8	16.8
	>140/90 mmHg	79	83.2	83.2	100.0
	Total	95	100.0	100.0	

Asupan Natrium

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Baik	46	48.4	48.4	48.4
	Tidak Baik	49	51.6	51.6	100.0
	Total	95	100.0	100.0	

Kategori Konsumsi Kopi

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Baik	62	65.3	65.3	65.3
Tidak Baik	33	34.7	34.7	100.0
Total	95	100.0	100.0	

Tingkat asupan natrium * Tekanan darah Crosstabulation

			Tekanan Darah		Total
			Normal	Tinggi	
Asupan Natrium	Baik	Count	12	34	46
		% of Total	12.6%	35.8%	48.4%
	Tidak Baik	Count	4	45	49
		% of Total	4.2%	47.4%	51.6%
Total		Count	16	79	95
		% of Total	16.8%	83.2%	100.0%

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)
Pearson Chi-Square	5.442 ^a	1	.020		
Continuity Correction ^b	4.238	1	.040		
Likelihood Ratio	5.628	1	.018		
Fisher's Exact Test				.028	.019
N of Valid Cases ^b	95				

a. 0 cells (.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 7,75.

b. Computed only for a 2x2 table

Tingkat konsumsi kopi * Tekanan darah Crosstabulation

			Tekanan Darah		Total
			Normal	Tinggi	
Ketegori Konsumsi Kopi	Baik	Count	13	49	62
		% of Total	13.7%	51.6%	65.3%
	Tidak Baik	Count	3	30	33
		% of Total	3.2%	31.6%	34.7%
Total		Count	16	79	95
		% of Total	16.8%	83.2%	100.0%

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)
Pearson Chi-Square	2.169 ^a	1	.141		
Continuity Correction ^b	1.404	1	.236		
Likelihood Ratio	2.357	1	.125		
Fisher's Exact Test				.163	.116
N of Valid Cases ^b	95				

a. 0 cells (.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 5,56.

b. Computed only for a 2x2 table

Lampiran 13. Surat Pernyataan Keaslian KTI

PERNYATAAN KEASLIAN KTI

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Rita Yani Butar Butar

Nim : P01031121129

Menyatakan bahwa data penelitian yang ada di Karya Tulis Ilmiah saya adalah benar saya ambil dan bila tidak saya bersedia mengikuti ujian ulang (ujian utama yang dibatalkan).

Yang membuat pernyataan


(Rita Yani Butar Butar)

Lampiran 14. Daftar Riwayat Hidup

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Nama Lengkap : Rita Yani Butar Butar
Tempat Tanggal Lahir : Tanjungbalai, 23 Agustus 2003
Jumlah Anggota Keluarga : 6 Orang (4 bersaudara)
Alamat Rumah : Jalan Denai, LK VI, Kecamatan Datuk Bandar
Kota Tanjungbalai, Sumatera Utara
No. Hp/Wa : 0895412702270
Riwayat Pendidikan :
1. TK Anugrah, Tanjungbalai
2. SD Negeri 138433 Tanjungbalai
3. SMP Negeri 1 Tanjungbalai
4. SMA Negeri 2 Tanjungbalai

MOTTO

Jatuh berkali-kali bangkit tanpa henti, dan jangan menunda-nunda waktu kerana kesempatan gak datang dua kali.

Lampiran 15. Dokumentasi Penelitian

