

**HUBUNGAN ASUPAN LEMAK DAN NATRIUM DENGAN
KEJADIAN HIPERTENSI PADA SUKU BATAK TOBA
DI DUSUN KAMPUNG BERINGIN**

SKRIPSI



**ELVI SHINTA ULI BR. SITORUS
P01031219118**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN JURUSAN GIZI
PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN GIZI DAN DIETETIKA
2023**

**HUBUNGAN ASUPAN LEMAK DAN NATRIUM DENGAN
KEJADIAN HIPERTENSI PADA SUKU BATAK TOBA
DI DUSUN KAMPUNG BERINGIN**

Usulan Penelitian diajukan sebagai syarat untuk penulisan
Skripsi Program Studi Sarjana Terapan Gizi Dan Dietetika
Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan



**ELVI SHINTA ULI BR. SITORUS
P01031219118**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN JURUSAN GIZI
PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN GIZI DAN DIETETIKA
2023**

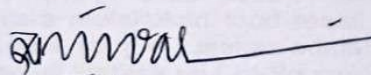
PERNYATAAN PERSETUJUAN

PERNYATAAN PERSETUJUAN

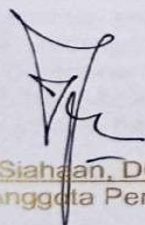
Judul : Hubungan Asupan Lemak dan Natrium Dengan
Kejadian Hipertensi Pada Suku Batak Toba di Dusun
Kampung Beringin

Nama Mahasiswa : Elvi Shinta Uli Br.Sitorus
NIM : P01031219118
Program Studi : Sarjana Terapan Gizi Dan Dietetika

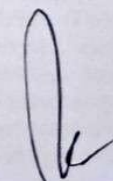
Menyetujui :



Prof. Dr. Ir. Zuraidah Nasution, M.Kes
Pembimbing Utama



Ginta Siahaan, DCN, M.Kes
Anggota Penguji I



dr. Ratna Zahara, M.Kes
Anggota Penguji II

Mengetahui :
Ketua Jurusan,



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

Tanggal Lulus : 7 Agustus 2023

ABSTRAK

ELVI SHINTA ULI BR. SITORUS “HUBUNGAN ASUPAN LEMAK DAN NATRIUM DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI PADA SUKU BATAK TOBA DI DUSUN KAMPUNG BERINGIN” (DIBAWAH BIMBINGAN Prof. Dr.Ir. ZURAIDAH NASUTION)

Hipertensi adalah peningkatan tekanan darah dalam pembuluh darah arteri secara terus-menerus lebih dari suatu periode. Dikatakan hipertensi apabila tekanan darah sistolik lebih dari 140 mmHg dan tekanan darah diastolik lebih dari 90 mmHg. Hipertensi salah satunya disebabkan gaya hidup atau budaya (tradisi) dan pola kebiasaan makan yang salah. Konsumsi makanan yang mengandung lemak dan makanan yang mengandung garam dalam jumlah berlebihan dapat menyebabkan tekanan darah meningkat.

Tujuan penelitian untuk mengetahui hubungan asupan lemak dan natrium dengan kejadian hipertensi pada suku batak toba di dusun kampung beringin.

Penelitian ini dilaksanakan dari bulan Juni 2022 dan Juli 2023, Penelitian ini merupakan observasional dengan rancangan cross sectional dengan jumlah sampel 40 orang. Data asupan lemak dan natrium penelitian diambil dengan cara melakukan food recall 3x24 jam secara tidak berturut-turut. Analisis data yang digunakan adalah analisis univariat dan analisis bivariate dengan uji statistik uji Chi-Square.

Hasil penelitian ini menunjukkan asupan lemak subjek dalam kategori cukup sebesar 49,6%. Asupan lemak subjek dalam kategori lebih sebesar 30%. Asupan natrium subjek dalam kategori cukup sebesar 47.5%. Asupan natrium subjek dalam kategori lebih sebesar 52.5%. Tekanan darah kategori normal sebesar 42.5% atau dan paling banyak dalam kategori hipertensi sebesar 57.5%. Tidak ada hubungan asupan lemak dengan kejadian hipertensi pada suku batak toba di Dusun Kampung Beringin ($p\text{-value} = 0,180$). Ada hubungan asupan natrium dengan kejadian hipertensi pada suku batak toba di Dusun Kampung Beringin ($p\text{-value} = 0,005$).

Kata kunci: asupan lemak, natrium, hipertensi

ABSTRACT

ELVI SHINTA ULI BR. SITORUS "CORRELATION OF FAT AND SODIUM INTAKE WITH THE INCIDENCE OF HYPERTENSION IN THE BATAK TOBA TRIBE IN KAMPUNG BERINGIN VILLAGE" (CONSULTANT: Dr.Ir. ZURAIDAH NASUTION)

Hypertension is an increase in blood pressure in the arteries continuously for more than a period. It is said to be hypertension if the systolic blood pressure is more than 140 mmHg and the diastolic blood pressure is more than 90 mmHg. One of the causes of hypertension is lifestyle or culture (tradition) and wrong eating habits. Consuming foods containing fat and foods containing excessive amounts of salt can cause blood pressure to increase.

The aim of the research was to determine the correlation between fat and sodium intake and the incidence of hypertension in the Batak Toba tribe in Kampung Beringin village.

This research was conducted between June 2022 and July 2023. This research was observational with a cross-sectional design with a sample size of 40 people. Research fat and sodium intake data was taken by carrying out food recalls 3x24 hours non-consecutively. The data analysis used was univariate analysis and bivariate analysis with the Chi-Square statistical test.

The results of this study showed that the subject's fat intake was in the sufficient category at 49.6%. The subject's fat intake in the over category was 30%. The subject's sodium intake was in the sufficient category at 47.5%. The subject's sodium intake in the over category was 52.5%. Blood pressure in the normal category was 42.5% or the most in the hypertension category was 57.5%. There was no correlation between fat intake and the incidence of hypertension in the Toba Batak tribe in Kampung Beringin village ($p\text{-value} = 0.180$). There was a correlation between sodium intake and the incidence of hypertension in the Batak Toba tribe in Kampung Beringin village ($p\text{-value} = 0.005$).

Key words: Fat Intake, Sodium Intake, Hypertension



KATA PENGANTAR

Puji dan syukur kepada Tuhan Yang Maha Kuasa atas Berkah dan Karunia-Nya yang melimpah sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi yang berjudul **“Hubungan Asupan Lemak dan Natrium Dengan Kejadian Hipertensi Pada Suku Batak Toba di Dusun Kampung Beringin”**.

Dalam penulisan Skripsi ini penulis banyak mendapat bantuan dan dorongan dari berbagai pihak. Oleh karena itu pada kesempatan ini penulis menyampaikan terima kasih kepada :

1. Riris Oppusunggu, S.Pd., M.Kes selaku Ketua Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Negri Medan
2. Bernike Doloksaribu, SST, M.Kes selaku Ketua Program Studi Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Medan.
3. Prof. Dr. Ir. Zuraidah Nasution, M.Kes selaku pembimbing yang telah meluangkan waktu dengan penuh kesabaran untuk memberikan bimbingan, arahan, nasihat serta motivasi dalam penulisan usulan skripsi.
4. Ginta Siahaan, DCN, M.Kes selaku penguji I yang telah memberikan bimbingan, nasehat, arahan serta motivasi dalam penulisan usulan skripsi.
5. dr. Ratna Zahara, M.Kes selaku penguji II yang telah memberikan bimbingan, nasehat, arahan serta motivasi dalam penulisan usulan skripsi.
6. Kepada kedua orang tua dan keluarga tercinta yang senantiasa memberikan doa dan dukungan.
7. Kepada teman-teman seperjuangan yang telah memberi dukungan dan semangat kepada penulis dalam mempersiapkan penelitian ini.

Penulis menyadari bahwa penelitian ini masih jauh dari kata sempurna, untuk itu penulis sangat mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun demi kesempurnaan skripsi ini. Semoga skripsi ini memberi manfaat kepada para pembaca.

Penulis

DAFTAR ISI

PERNYATAAN PERSETUJUAN .Kesalahan!	Bookmark	tidak
didefinisikan.		
ABSTRAK.....	ii	
ABSTRACT.....	iii	
KATA PENGANTAR.....	iv	
DAFTAR ISI.....	v	
DAFTAR TABEL.....	vii	
DAFTAR GAMBAR.....	viii	
BAB I PENDAHULUAN		
A. Latar Belakang.....	1	
B. Rumusan Masalah.....	4	
C. Tujuan Penelitian.....	4	
D. Manfaat Penelitian.....	4	
BAB II TINJAUAN PUSTAKA		
A. Suku Batak Toba.....	6	
B. Pola Kebiasaan Makan Suku Batak Toba.....	6	
C. Hipertensi.....	11	
D. Asupan Lemak.....	17	
E. Asupan Natrium.....	20	
F. Recall.....	20	
G. Kerangka Teori.....	25	
H. Kerangka Konsep.....	22	
I. Definisi Operasional.....	23	
J. Hipotesis.....	24	
BAB III METODE PENELITIAN		
A. Lokasi dan Waktu Penelitian.....	27	
B. Jenis Penelitian.....	27	
C. Populasi dan Sampel.....	27	
D. Jenis dan Cara Pengumpulan Data.....	28	
E. Cara Pengumpulan Data.....	29	
F. Pengolahan dan Analisis Data.....	30	
BAB IV Hasil dan Pembahasan		
A. Gambaran Umum.....	32	
B. Karakteristik Responden.....	32	
C. Hasil Penelitian.....	32	
D. Pembahasan.....	38	
BAB V Kesimpulan dan Saran		
A. Kesimpulan.....	42	
B. Saran.....	42	
DAFTAR PUSTAKA.....	44	
LAMPIRAN.....	47	

DAFTAR TABEL

NO	Halaman
Tabel 1. Kandungan Lemak Bahan Makanan/100 gram.....	12
Tabel 2. Kandungan Natrium Bahan Makanan/100 gram.....	14
Tabel 3. Klasifikasi Hipertensi.....	15
Tabel 4. Definisi Operasional.....	20
Tabel 5. Distribusi Karakteristik Sampel Berdasarkan Umur.....	32
Tabel 6. Distribusi Berdasarkan Tingkat Pendidikan.....	33
Tabel 7. Distribusi Berdasarkan Pekerjaan.....	34
Tabel 8. Distribusi Frekuensi Tekanan Darah Pada Suku Batak Toba di Dusun Kampung Beringin.....	35
Tabel 9. Distribusi asupan lemak pada suku batak toba di dusun kampung beringin	36
Tabel 10. Distribusi asupan natrium pada suku batak toba di dusun kampung beringin.....	36
Tabel 11. Hubungan Asupan Lemak dengan Kejadian Hipertensi Pada Suku Batak Toba di Dusun Kampung Beringin.....	37
Tabel 12. Hubungan Asupan natrium dengan Kejadian Hipertensi pada Suku Batak Toba di Dusun Kampung Beringin.....	38

DAFTAR GAMBAR

No	Halaman
Gambar 1. Kerangka Teori	19
Gambar 2. Kerangka Konsep	20

DAFTAR LAMPIRAN

No	Halaman
Lampiran 1. Master Tabel	39
Lampiran 2. Pengolahan Data	39
Lampiran 3. Lembar Pernyataan Kesedian Menjadi Responden	44
Lampiran 4. Hasil Food RecallJadwal Pelaksanaan	45
Lampiran 5. Dokumentasi Penelitian	59
Lampiran 6. Surat Izin penelitian Penelitian.....	60
Lampiran 7. Surat Balasan Izin Penelitian.....	61
Lampiran 8. Surat Pernyataan.....	62
Lampiran 9. Daftar Riwayat Hidup.....	63
Lampiran 10. Bukti Bimbingan.....	6