

**HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN STATUS HIPERTENSI DI POSBINDU
PTM DESA PASAR MIRING, KECAMATAN PAGAR MERBAU
KARYA TULIS ILMIAH**



**TANTRI SETYOWATI
P01031121041**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN JURUSAN GIZI
PROGRAM STUDI DIPLOMA III
2024**

**HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN STATUS HIPERTENSI DI POSBINDU
PTM DESA PASAR MIRING, KECAMATAN PAGAR MERBAU**

Karya Tulis Ilmiah diajukan sebagai syarat untuk melakukan penelitian dan menyelesaikan program studi diplomat III di jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes RI Medan



**TANTRI SETYOWATI
P01031121041**

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA

POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN JURUSAN GIZI

PROGRAM STUDI DIPLOMA III

2024

PERNYATAAN PERSETUJUAN

Judul : Hubungan Pola Makan dengan Status
Hipertensi di Posbindu (PTM) Desa
Pasar Miring, Kecamatan Pagar Merbau

Nama Mahasiswa : Tantri Setyowati

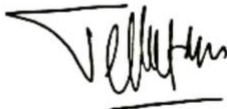
NIM : P01031121041

Program Studi : Diploma III Gizi

Menyetujui :



Prof. Dr. Ir. Zuraidah Nasution, M. Kes
Pembimbing Utama/Ketua Penguji



Dr. Tetty Herta Doloksaribu, STP, MKM
Anggota Penguji I



Dr. Oslida Martony, SKM, M. Kes
Anggota Penguji II

Mengetahui :

Ketua Jurusan,



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

Tanggal Lulus : 30 Juli 2024

ABSTRAK

**TANTRI “HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN STATUS HIPERTENSI DI POSBINDU PTM DESA PASAR MIRING, KECAMATAN PAGAR MERBAU”
(DIBAWAH BIMBINGAN ZURAIDAH NASUTION)**

Hipertensi merupakan salah satu penyakit yang tidak menular, oleh karena itu hipertensi dapat disebut juga sebagai pembunuh secara diam atau silent killer. Posbindu adalah program kesehatan pemerintah yang mengutamakan partisipasi masyarakat dalam promosi kesehatan, deteksi penyakit dini. Pola makan yang sehat tercermin pada pemilihan menu makanan atau menu diet yang mengandung gizi seimbang.

Tujuan Peneliti adalah untuk mengetahui hubungan pola makan dengan status hipertensi di posbindu Desa Pasar Miring, Kecamatan Pagar Merbau.

Penelitian ini merupakan penelitian survei analitik dengan desain Crossectional. pengumpulan data dilakukan secara bersamaan, untuk variabel dependen dan independen dan kejadian hipertensi di Desa Pasar Miring, dengan jumlah sampel 43 orang. Subjek dalam penelitian adalah peserta posbindu PTM (penyakit tidak menular), yang dilaksanakan di Desa Pasar Miring, Kec. Pagar Merbau, Kab. Deli serdang. Waktu penelitian dilaksanakan pada bulan April 2024.

Hasil penelitian berdasarkan Hubungan pola makan dengan status hipertensi di posbindu PTM didapatkan nilai $p = 0,017$ ($p < 0,05$) artinya H_a diterima yang mana menunjukkan bahwa adanya hubungan pola makan dengan status hipertensi di posbindu PTM.

Dari Hasil kesimpulan analisis statistik dengan menggunakan uji Chi Square menunjukkan bahwa terdapat hubungan signifikan antara pola makan dan status hipertensi (nilai signifikan α yaitu $0,017 < 0,05$). Hal ini berarti pola makan yang kurang baik dapat meningkatkan risiko hipertensi pada responden.

Kata Kunci : Pola Makan, Status Hipertensi, Posbindu PTM

ABSTRACT

TANTRI "CORRELATION BETWEEN DIET PATTERNS AND HYPERTENSION STATUS AT *POSBINDU* (INTEGRATED COACHING POST) NON-COMMUNICABLE DISEASE OF PASAR MIRING VILLAGE, PAGAR MERBAU SUB DISTRICT" (CONSULTANT: ZURAIDAH NASUTION)

Hypertension is one of the non-communicable diseases, therefore hypertension can also be called a silent killer. *Posbindu* is a government health program that prioritizes community participation in health promotion, early disease detection. A healthy diet is reflected in the selection of a food menu or diet that contains balanced nutrition.

The researcher's objective is to determine the correlation between diet patterns and hypertension status at the *Posbindu* of Pasar Miring Village, Pagar Merbau Sub District.

This study was an analytical survey study with a Cross-sectional design. data collection was carried out simultaneously, for the dependent and independent variables and the incidence of hypertension in Pasar Miring Village, with a sample size of 43 people. The subjects in the study were participants of the *Posbindu* non-communicable disease which was carried out in Pasar Miring Village, Pagar Merbau Sub District, Deli Serdang Regency. The time of the study was carried out in April 2024.

The results of the study based on the relationship between eating patterns and hypertension status at the *Posbindu* non-communicable disease obtained a p value = 0.017 ($p < 0.05$) meaning that H_a was accepted which showed that there was a correlation between eating patterns and hypertension status at the *Posbindu* non-communicable disease.

From the results of the conclusion of the statistical analysis using the Chi Square test, it showed that there was a significant relationship between eating patterns and hypertension status (the significant value α was 0.017 < 0.05). This means that poor eating patterns can increase the risk of hypertension in respondents.

Keywords: Eating Patterns, Hypertension Status, *Posbindu* non-communicable disease

CONFIRMED HAS BEEN TRANSLATED BY:

LBP- Twins English &
Language Laboratory of
Medan Health Polytechnic
of Ministry of Health



KATA PENGANTAR

Puji dan syukur kepada Tuhan yang Maha Esa yang telah melimpahkan berkat dan rahmatnya sehingga penulis dapat menyelesaikan karya tulis ilmiah yang berjudul “Hubungan Pola Makanan dengan Status Hipertensi di Posbindu (PTM) Desa Pasar Miring, Kecamatan Pagar Merbau”.

Dalam karya tulis ilmiah ini penulis banyak mendapatkan bantuan dan dorongan dari berbagai pihak. Untuk itu, melalui kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Riris Oppusunggu spd, M.Kes selaku Ketua Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Medan.
2. Prof. Dr. Ir. Zuraidah Nasution, M. Kes selaku dosen pembimbing yang telah banyak meluangkan waktu dengan penuh kesabaran membimbing, serta memberikan nasehat dan motivasi.
3. Dr. Tetty Herta Doloksaribu, STP, MKM selaku penguji 1 yang telah memberikan bimbingan dan arahan demi kesempurnaan karya tulis ilmiah ini.
4. Dr. Oslida Martony, SKM, M. Kes selaku anggota penguji 2 yang telah memberikan bimbingan dan arahan demi kesempurnaan karya tulis ilmiah ini.
5. Terkhusus kedua orang tua saya tercinta Ayah Triyono dan Ibu Poniseh, serta kedua orang kakak dan adik saya, yang senantiasa memberikan dukungan, baik moral maupun moril serta doa yang tulus selama ini yang tidak dapat terbalaskan.
6. Dian, Festi, Nurul, dan Maria yang selalu memberikan perhatian, bantuan, saran dan motivasi.

Penulis sadar bahwa penulisan karya ilmiah ini masih banyak kekurangan baik dari segi penyusunan, penulisan, dan bahasa. Oleh karena itu penulisan berharap kritik dan saran sebagai masukan bagi penulis untuk yang lebih baik.

Penulis

DAFTAR ISI

PERNYATAAN PERSETUJUAN.....	ii
ABSTRAK	iii
ABSTRACT	iv
KATA PENGANTAR	v
DAFTAR ISI	vi
DAFTAR TABEL	7
DAFTAR LAMPIRAN	vii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	4
C. Tujuan Peneliti	4
D. Manfaat Peneliti	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	6
A. Pola makan	6
B. Hipertensi	11
C. Hubungan pola makan dengan Hipertensi.....	15
D. Kerangka Konsep	16
E. Definisi Operasional.....	17
F. Hipotesis	18
BAB III METODE PENELITIAN	19
A. Lokasi dan Waktu Penelitian	19
B. Jenis dan Rancangan Penelitian.....	19
C. Populasi dan Sampel.....	19
D. Jenis dan Cara Pengumpulan Data	20
E. Pengolahan dan Analisis Data	21
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	23
A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian	23
B. Gambaran Umum Posbindu PTM Pagar Merbau	23
C. Karakteristik Sampel.....	24
D. Pola Makan	28
E. Hubungan Pola Makan dengan Status Hipertensi di Posbindu PTM.....	29
BAB V KESIMPULAN.....	30
A. Kesimpulan.....	30
B. Saran.....	30
DAFTAR PUSTAKA.....	31

DAFTAR TABEL

No	Halaman
1. Klasifikasi Hipertensi	20
2. Distribusi Sampel Berdasarkan Umur.....	32
3. Distribusi Sampel Berdasarkan Pekerjaan	33
4. Distribusi Sampel Berdasarkan Jenis Kelamin.....	33
5. Distribusi Sampel Berdasarkan Tingkat Pendidikan	34
6. Distribusi Sampel Berdasarkan Kategori Hipertensi	35
7. Distribusi Sampel Berdasarkan Kategori Kecukupan Gizi.....	36

DAFTAR LAMPIRAN

No	Halaman
1. Master Tabel	41
2. Hasil Uji Analisis.....	42
3. Informed Consent	43
4. Data Identitas Sampel.....	44
5. Formulir Food Recall 24 Jam.....	45
6. Lembar Bukti Bimbingan.....	46
7. Bukti Usulan Penelitian	47
8. Anggaran Biaya Penelitian.....	48
9. Surat Survei Pendahuluan Awal.....	49
10. Surat Balasan Penelitian.....	50
11. Surat Pernyataan.....	51
12. Daftar Riwayat Hidup.....	52
13. Dokumentasi	53
14. Etical Clearance.....	54

