

**GAMBARAN ASUPAN MAKAN DAN HIPERTENSI PADA  
LANSIA DI POSYANDU LANSIA RW 01 KELURAHAN  
PERHENTIAN MAROYAN KECAMATAN  
MARPOYAN DAMAI**

**ULAN KURNIA CAHYA**



**POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN  
KEMENKES RIAU  
JURUSAN GIZI  
PEKANBARU  
2024**

## PERNYATAAN KEASLIAN

Saya menyatakan dengan sebenarnya bahwa tugas akhir yang berjudul “Gambaran Asupan Makan Dan Hipertensi Pada Lansia Di RW 1 Kelurahan Perhentian Maroyan Kecamatan Marpoyan Damai.” adalah berdasarkan hasil pemikiran, penelitian dan pemaparan asli dari penulis sendiri dengan arahan dari pembimbing yang merupakan bagian atau keseluruhan dari kegiatan yang tercantum pada tugas akhir ini. Semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Pekanbaru, 21 Mei 2024



Ulan Kurnia Cahya  
NIM : P032113411083

## HALAMAN PENGESAHAN

Judul Tugas Akhir : Gambaran Asupan Makan dan Hipertensi Pada Lansia Di Posyandu Lansia RW 01 Kelurahan Perhentian Maroyan Kecamatan Marpoyan Damai.

Nama : Ulan Kurnia Cahya

NIM : P032113411083

Telah berhasil dipertahankan didahapatn Dewan Penguji dan diterima sebagai bagian Persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Ahli Madya Gizi pada Program Studi D3 Gizi Poltekkes Kemenkes Riau

Pembimbing 1 :  
Fitri, SP, MKM

Pembimbing 2 :  
Yuliana Arsil, M. Farm, Apt

Penguji :  
Yessi Alza, SST, M. Biomed

Diketahui oleh :  
Ketua Jurusan  
Fitri, SP, MKM  
NIP.198008132006042016

Tanggal Ujian:  
21 Mei 2024

Tanggal Lulus :



## KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadirat Allah SWT atas limpahan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan laporan tugas akhir yang berjudul “Gambaran Asupan Makan Dan Hipertensi Pada Lansia Di RW 01 Kelurahan Perhentian Maroyan Kecamatan Marpoyan Damai” ini dapat selesai sesuai dengan yang diharapkan. Penyusunan laporan tugas akhir ini diajukan sebagai salah satu syarat memperoleh gelar Ahli Madya pada Program Studi Gizi. Selama proses penyusunan laporan tugas akhir ini penulis banyak mendapatkan bimbingan, arahan dan dukungan dari berbagai pihak terkait, dengan itu penulis mengucapkan terimakasih setulus-tulusnya kepada :

1. Rully Hervrialni, SST ,Bdn, M.Keb , M.H selaku Direktur Politeknik Kesehatan Riau
2. Fitri, SP, MKM selaku Ketua Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Riau serta selaku pembimbing I yang telah memberikan bimbingan, arahan, dan saran serta berbagai pengalaman kepada penulis sehingga laporan Tugas Akhir ini dapat selesai dengan baik
3. Yuliana Arsil, M.Farm, Apt selaku pembimbing II yang telah meluangkan waktu, dan pikiran serta penuh kesabaran telah membimbing penulis dan memberikan kritik serta saran demi perbaikan penulisan laporan Tugas Akhir ini
4. Yessi Alza, SST, M. Biomed selaku penguji yang telah memberikan arahan dan saran pada penulis untuk perbaikan laporan Tugas Akhir ini
5. Seluruh dosen Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Riau yang telah mendidik dan memberikan ilmunya selama perkuliahan dan seluruh staff yang telah membantu dalam pelayanan dan administrasi sampai akhir proses pembuatan laporan Tugas Akhir
6. Orang tua dan keluarga penulis yang telah memberikan doa, pengertian serta dukungan terbaik kepada penulis

7. Teman-teman dan sahabat penulis yang telah memberikan dukungan dan semangat kepada penulis

Penulis menyadari bahwa penyusunan laporan tugas akhir ini terdapat berbagai kekurangan, maka saran dan kritik yang bersifat membangun demi jauh lebih sempurna dari sebelumnya sangat penulis harapkan. Terakhir penulis berharap semoga laporan tugas akhir ini bermanfaat bagi penulis dan pembaca.

Pekanbaru, 21 Mei 2024

Ulan Kurnia Cahya

## DAFTAR ISI

<b>ABSTRAK</b> .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
<b>ABSTRACT</b> .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
<b>PERNYATAAN MENGENAI TUGAS AKHIR DAN SUMBER</b> .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
<b>INFORMASI SERTA PELIMPAHAN HAK CIPTA</b> .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
<b>RIWAYAT HIDUP</b> .....	54
<b>DAFTAR ISI</b> .....	57
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	59
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	60
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	61
<b>BAB I</b> .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
<b>PENDAHULUAN</b> .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
1.1    Latar Belakang .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
1.3    Tujuan.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
1.4    Manfaat Penelitian.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
1.5    Ruang Lingkup .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
<b>BAB II</b> .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
<b>TINJAUAN PUSTAKA</b> .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.1. Lansia .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.1.1    Pengertian Lansia.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.1.2    Batasan Usia Lanjut .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.1.3    Kebutuhan gizi lansia.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.2    Hipertensi .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.2.1    Pengertian Hipertensi .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.2.2    Klasifikasi Hipertensi.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.2.6    Gejala Hipertensi .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.3    Asupan makan .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.3.2    Metode Penilaian Asupan Makan .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.3.3.    Karbohidrat .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>

<b>BAB III .....</b>	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
<b>KERANGKA KONSEP DAN DEFENISI OPERASIONAL ..</b>	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3.1 Kerangka Konsep .....	Error! Bookmark not defined.
3.2 Defenisi Operasional .....	Error! Bookmark not defined.
<b>BAB IV.....</b>	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
<b>METODE PENELITIAN.....</b>	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
4.1 Jenis Dan Desain Penelitian .....	Error! Bookmark not defined.
4.2 Waktu Dan Tempat .....	Error! Bookmark not defined.
4.3 Populasi Dan Sampel.....	Error! Bookmark not defined.
4.3.1 Populasi.....	Error! Bookmark not defined.
4.3.2 Sampel .....	Error! Bookmark not defined.
4.4 Jenis Data Dan Cara Pengumpulan Data.....	Error! Bookmark not defined.
4.4.1 Data Primer .....	Error! Bookmark not defined.
4.5.1 Pengolahan Data .....	Error! Bookmark not defined.
4.5.2 Analisis Data .....	Error! Bookmark not defined.
<b>BAB V .....</b>	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
<b>HASIL DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
5.1 Gambaran Lokasi Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
5.2 Karakteristik Responden .....	Error! Bookmark not defined.
5.3 Gambaran Asupan Karbohidrat.....	Error! Bookmark not defined.
5.4 Gambaran Asupan Lemak .....	Error! Bookmark not defined.
5.5 Gambaran Asupan Natrium.....	Error! Bookmark not defined.
5.6 Gambaran Tekanan Darah Responden .....	Error! Bookmark not defined.
<b>BAB VI.....</b>	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
<b>KESIMPULAN DAN SARAN.....</b>	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
6.1 Kesimpulan.....	Error! Bookmark not defined.
6.2 Saran .....	Error! Bookmark not defined.
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>Error! Bookmark not defined.</b>

## DAFTAR TABEL

- Tabel 1 Kebutuhan Lemak Untuk Lansia ..... **Error! Bookmark not defined.**
- Tabel 2 Kebutuhan Karbohidrat Untuk Lansia ..... **Error! Bookmark not defined.**
- Tabel 3 Kebutuhan Natrium Untuk Lansia ..... **Error! Bookmark not defined.**
- Tabel 4 Klasifikasi Tekanan Darah Merurut JNC-VII**Error! Bookmark not defined.**
- Tabel 5 Defenisi Operasional..... **Error! Bookmark not defined.**
- Tabel 6 Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin,Usia,.....**Error! Bookmark not defined.**
- Tabel 7 Distribusi Responden Berdasarkan Asupan Karbohidrat**Error! Bookmark not defined.**
- Tabel 8 Distribusi Responden Berdasarkan Asupan Lemak**Error! Bookmark not defined.**
- Tabel 9 Distribusi Responden Berdsarkan Asupan Natrium**Error! Bookmark not defined.**
- Tabel 10 Distribusi Responden Berdasarkan Tekanan Darah**Error! Bookmark not defined.**



## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Kerangka Konsep .....	16
--------------------------------	----

## DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Lembar Persetujuan Responden (*Inform Consent*) **Error! Bookmark not defined.**
- Lampiran 2 Lembar Formulir *Food Recall* 2 x 24 jam..... **Error! Bookmark not defined.**
- Lampiran 3 Master Tabel..... **Error! Bookmark not defined.**
- Lampiran 4 Hasil Pengolahan Data ..... **Error! Bookmark not defined.**
- Lampiran 5 Dokumentasi..... **Error! Bookmark not defined.**