

**GAMBARAN PENGETAHUAN DIET HIPERTENSI DAN
INDEKS MASSA TUBUH PADA PASIEN HIPERTENSI
DI PUSKESMAS LIMAPULUH**

NURUL NATHASYA AMELIA

P032213411108



**JURUSAN GIZI
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN KESEHATAN RIAU
PEKANBARU
2025**

PERNYATAAN KEASLIAN

Saya menyatakan dengan sebenarnya bahwa proposal yang berjudul “Gambaran pengetahuan diet hipertensi dan indeks massa tubuh pada pasien hipertensi Di Puskesmas Limapuluh” adalah berdasarkan hasil dan 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, 26 Mei 2025



Nurul Nathasya Amelia

P032213411108

HALAMAN PENGESAHAN

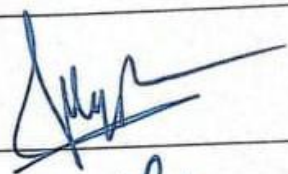
Judul Tugas Akhir : Gambaran pengetahuan diet hipertensi dan indeks massa tubuh pada pasien hipertensi Di Puskesmas Limapuluh
Nama : Nurul Nathasya Amelia
NIM : P032213411108

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

Pembimbing :
Rahimatul Uthia, S. Farm, M. Si



Penguji 1 :
Dra. Lily Restusari, M.Farm, Apt



Penguji 2 :
Irma Susan Paramita, S.Gz, M.Kes



Diketahui oleh

Ketua Jurusan
Sri Mulyani, STP, M.Si
NIP.197801232009122002



Tanggal Ujian : 26 Mei 2025

Tanggal Lulus :

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT atas limpahan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan usulan proposal yang berjudul “Gambaran pengetahuan diet hipertensi dan indeks massa tubuh pada pasien hipertensi Di Puskesmas Limapuluh” ini dapat selesai sesuai dengan yang diharapkan. Penyusunan tugas akhir ini diajukan sebagai salah satu syarat memperoleh gelar Ahli Madya pada Program Studi Gizi. Selama proses penyusunan tugas akhir ini penulis banyak mendapatkan bimbingan, arahan dan dukungan dari berbagai pihak terkait, dengan itu penulis mengucapkan terimakasih setulus-tulusnya kepada :

1. Rully Hevrialni, SST, Bdn, M.Keb selaku Direktur Politeknik Kesehatan Riau
2. Sri Mulyani, STP, M. Si selaku Ketua Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Riau
3. Rahimatul Uthia, S. Farm, M. Si selaku pembimbing yang telah memberikan bimbingan, arahan, dan saran serta berbagai pengalaman kepada penulis sehingga Tugas Akhir ini dapat selesai dengan baik
4. Dra. Lily Restusari, M. Farm, Apt dan Irma Susan Paramita, S. Gz, M. Kes 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 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 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 tugas akhir ini bermanfaat bagi penulis dan pembaca.

Pekanbaru, 26 Mei 2025

A handwritten signature in black ink, appearing to be 'Nurul Nathasya Amelia', written in a cursive style.

Nurul Nathasya Amelia

P032213411108

DAFTAR ISI

PERNYATAAN KEASLIAN.....	i
ABSTRAK.....	ii
ABSTRACT.....	iii
HALAMAN HAK CIPTA.....	iv
HALAMAN PENGESAHAN.....	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR DIAGRAM.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
DAFTAR RIWAYAT HIDUP.....	xvi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	3
1.3 Tujuan Penelitian.....	3
1.4 Manfaat Penelitian.....	3
1.5 Ruang Lingkup Penelitian	3
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	4
2.1 Pengetahuan.....	4
2.2 Hipertensi	5
2.3 Diet Hipertensi	7
2.3 Indeks Massa Tubuh	9
BAB III KERANGKA KONSEP.....	11
3.3 Kerangka Konsep	11
3.4 Definisi Operasional.....	11
BAB IV METODE PENELITIAN	13
4.1 Jenis dan Desain Penelitian	13
4.2 Waktu dan Tempat Penelitian	13
4.3 Populasi dan Sampel	13
4.4 Instrumen Penelitian.....	14
4.5 Jenis dan Cara Pengumpulan Data	15

BAB V HASIL DAN PEMBAHASAN	18
5.1 Hasil dan Pembahasan	18
BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN	65
6.1 Kesimpulan	65
6.2 Saran	65
DAFTAR PUSTAKA	66

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Klasifikasi Hipertensi Menurut WHO-ISH.....	6
Tabel 2. 2 Makanan yang Dianjurkan untuk Hipertensi	8
Tabel 2. 3 Makanan yang Tidak Dianjurkan untuk Hipertensi	9
Tabel 2. 4 Batas Ambang Indeks Massa Tubuh	10
Tabel 3. 1 Definisi Operasional Penelitian.....	11
Tabel 4. 1 Kisi-kisi Kuesioner Tingkat Pengetahuan Diet Hipertensi	14
Tabel 4. 2 Klasifikasi Hipertensi Menurut WHO-ISH.....	15
Tabel 5. 1 Distribusi Frekuensi Rentang Usia.....	18
Tabel 5. 2 Distribusi Frekuensi Jenis Kelamin.....	20
Tabel 5. 3 Distribusi Frekuensi Riwayat Pendidikan	21
Tabel 5. 4 Distribusi Frekuensi Jenis Pekerjaan.....	23
Tabel 5. 5 Distribusi Frekuensi Derajat Hipertensi	25
Tabel 5. 6 Distribusi Frekuensi Jawaban Pertanyaan Nomor 1	26
Tabel 5. 7 Distribusi Frekuensi Jawaban Pertanyaan Nomor 2	28
Tabel 5. 8 Distribusi Frekuensi Jawaban Pertanyaan Nomor 3	29
Tabel 5. 9 Distribusi Frekuensi Jawaban Pertanyaan Nomor 4	31
Tabel 5. 10 Distribusi Frekuensi Jawaban Pertanyaan Nomor 5	32
Tabel 5. 11 Distribusi Frekuensi Jawaban Pertanyaan Nomor 6.....	34
Tabel 5. 12 Distribusi Frekuensi Jawaban Pertanyaan Nomor 7	36
Tabel 5. 13 Distribusi Frekuensi Jawaban Pertanyaan Nomor 8	37
Tabel 5. 14 Distribusi Frekuensi Jawaban Pertanyaan Nomor 9	39
Tabel 5. 15 Distribusi Frekuensi Jawaban Pertanyaan Nomor 10	40
Tabel 5. 16 Distribusi Frekuensi Jawaban Pertanyaan Nomor 11.....	42
Tabel 5. 17 Distribusi Frekuensi Jawaban Pertanyaan Nomor 12	43
Tabel 5. 18 Distribusi Frekuensi Jawaban Pertanyaan Nomor 13	45
Tabel 5. 19 Distribusi Frekuensi Jawaban Pertanyaan Nomor 14	46
Tabel 5. 20 Distribusi Frekuensi Jawaban Pertanyaan Nomor 15	48
Tabel 5. 21 Distribusi Frekuensi Jawaban Pertanyaan Nomor 16	49
Tabel 5. 22 Distribusi Frekuensi Jawaban Pertanyaan Nomor 17	51
Tabel 5. 23 Distribusi Frekuensi Jawaban Pertanyaan Nomor 18	52

Tabel 5. 24 Distribusi Frekuensi Jawaban Pertanyaan Nomor 19	53
Tabel 5. 25 Distribusi Frekuensi Jawaban Pertanyaan Nomor 20	55
Tabel 5. 26 Distribusi Frekuensi Jawaban Pertanyaan Nomor 21	57
Tabel 5. 27 Distribusi Frekuensi Jawaban Pertanyaan Nomor 22	58
Tabel 5. 28 Distribusi Frekuensi Jawaban Pertanyaan Nomor 23	60
Tabel 5. 29 Distribusi Frekuensi Gambaran Tingkat Pengetahuan Diet Hipertensi	61
Tabel 5. 30 Distribusi Frekuensi Indeks Massa Tubuh/IMT	63

DAFTAR GAMBAR

Gambar 3. 1 Kerangka Konsep	11
Gambar 7. 1 Dokumentasi Wawancara	80
Gambar 7. 2 Dokumentasi Pengukuran Berat Badan dan Tinggi Badan	80
Gambar 7. 3 Surat Izin Dari Poltekkes Kemenkes Riau	81
Gambar 7. 4 Surat Izin Dari Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu	82
Gambar 7. 5 Surat Izin Dari Badan Kesatuan Bangsa dan Politik.....	83
Gambar 7. 6 Surat Izin Setelah Melaksanakan Penelitian	84

DAFTAR DIAGRAM

Diagram 5. 1 Distribusi Rentang Usia	18
Diagram 5. 2 Distribusi Jenis Kelamin	20
Diagram 5. 3 Distribusi Riwayat Pendidikan.....	22
Diagram 5. 4 Distribusi Jenis Pekerjaan	24
Diagram 5. 5 Distribusi Derajat Hipertensi.....	25
Diagram 5. 6 Distribusi Jawaban Pertanyaan Nomor 1	27
Diagram 5. 7 Distribusi Jawaban Pertanyaan Nomor 2	28
Diagram 5. 8 Distribusi Jawaban Pertanyaan Nomor 3	30
Diagram 5. 9 Distribusi Jawaban Pertanyaan Nomor 4	31
Diagram 5. 10 Distribusi Jawaban Pertanyaan Nomor 5	33
Diagram 5. 11 Distribusi Jawaban Pertanyaan Nomor 6	35
Diagram 5. 12 Distribusi Jawaban Pertanyaan Nomor 7	36
Diagram 5. 13 Distribusi Jawaban Pertanyaan Nomor 8	38
Diagram 5. 14 Distribusi Jawaban Pertanyaan Nomor 9	39
Diagram 5. 15 Distribusi Jawaban Pertanyaan Nomor 10	41
Diagram 5. 16 Distribusi Jawaban Pertanyaan Nomor 11	42
Diagram 5. 17 Distribusi Jawaban Pertanyaan Nomor 12	44
Diagram 5. 18 Distribusi Jawaban Pertanyaan Nomor 13	45
Diagram 5. 19 Distribusi Jawaban Pertanyaan Nomor 14	47
Diagram 5. 20 Distribusi Jawaban Pertanyaan Nomor 15	48
Diagram 5. 21 Distribusi Jawaban Pertanyaan Nomor 16	50
Diagram 5. 22 Distribusi Jawaban Pertanyaan Nomor 17	51
Diagram 5. 23 Distribusi Jawaban Pertanyaan Nomor 18	53
Diagram 5. 24 Distribusi Jawaban Pertanyaan Nomor 19	54
Diagram 5. 25 Distribusi Jawaban Pertanyaan Nomor 20	55
Diagram 5. 26 Distribusi Jawaban Pertanyaan Nomor 21	57
Diagram 5. 27 Distribusi Jawaban Pertanyaan Nomor 22	59
Diagram 5. 28 Distribusi Jawaban Pertanyaan Nomor 23	60
Diagram 5. 29 Distribusi Gambaran Tingkat Pengetahuan Diet Hipertensi	62
Diagram 5. 30 Distribusi Indeks Massa Tubuh/IMT	63

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Lembar Persetujuan Responden	73
Lampiran 2 Identitas Responden.....	74
Lampiran 3 Kuesioner Tingkat Pengetahuan Diet Hipertensi.....	75
Lampiran 4 Analisis Data.....	77
Lampiran 5 Dokumentasi Penelitian.....	80
Lampiran 6 Surat Izin Penelitian.....	81