

**TUGAS AKHIR**

**GAMBARAN ASUPAN NATRIUM DAN KALIUM MAKANAN  
PENDERITA HIPERTENSI DI PUSKESMAS MOYUDAN  
KABUPATEN SLEMAN**



**CHORIANA HASTUTI**  
**P07131119028**

**PRODI D-III  
JURUSAN GIZI  
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN KESEHATAN  
YOGYAKARTA  
TAHUN 2022**

**TUGAS AKHIR**

**GAMBARAN ASUPAN NATRIUM DAN KALIUM MAKANAN  
PENDERITA HIPERTENSI DI PUSKESMAS MOYUDAN  
KABUPATEN SLEMAN**

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar  
Ahli Madya Gizi



**CHORIANA HASTUTI**  
**P07131119028**

**PRODI D-III  
JURUSAN GIZI  
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN KESEHATAN  
YOGYAKARTA  
TAHUN 2022**

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Tugas Akhir

“Gambaran Asupan Natrium dan Kalium Makanan Penderita Hipertensi Di  
Puskesmas Moyudan Kabupaten Sleman”

Disusun oleh :

CHORIANA HASTUTI

NIM. P07131119028

Telah disetujui oleh pembimbing pada tanggal :

19 April 2022

Menyetujui,

Pembimbing Utama

Pembimbing Pendamping

Dr. Ir. I Made Alit Gunawan, M.Si

NIP. 196303241986031001

drh. Idi Setiyobroto, M.Kes

NIP. 196802071994031002

Yogyakarta,.....

Kema-Jurusan Gizi



Dr. Ir. I Made Alit Gunawan, M.Si

NIP. 196303241986031001

**HALAMAN PENGESAHAN**

**TUGAS AKHIR**

**“GAMBARAN ASUPAN NATRIUM DAN KALIUM MAKANAN  
PENDERITA HIPERTENSI DI PUSKESMAS MOYUDAN KABUPATEN  
SLEMAN”**

Disusun oleh :

CHORIANA HASTUTI

NIM. P07131119028

Telah dipertahankan dalam seminar di depan Dewan Penguji

Pada tanggal 09 April 2022

**SUSUNAN DEWAN PENGUJI**

**Ketua,**

Isti Suryani, DCN, M.Kes

NIP. 196510031989022001

**Anggota,**

Dr. Ir. I Made Alit Gunawan, M.Si

NIP. 196303241986031001

**Anggota,**

drh. Idi Setiyobroto, M.Kes

NIP. 196802071994031002

Yogyakarta,.....

Ketua Jurusan Gizi



Dr. Ir. I Made Alit Gunawan, M.Si

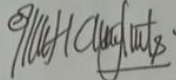
NIP. 196303241986031001

**HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS**

Tugas Akhir ini adalah hasil karya penulis sendiri, dan semua sumber yang dikutip maupun dirujuk telah penulis nyatakan benar

Nama : Choriana Hastuti

NIM : P07131119028

Tanda Tangan : 

Tanggal : 19 April 2022

**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS  
AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai civitas akademik Poltekkes Kemenkes Yogyakarta, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Choriana Hastuti

NIM : P07131119028

Program Studi : Diploma Tiga

Jurusan : Gizi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Poltekkes Kemenkes Yogyakarta **Hak Bebas Royalti Noneksklusif** (*Non-exclusive Royalty- Free Right*) atas Tugas Akhir Saya yang berjudul :

GAMBARAN ASUPAN NATRIUM DAN KALIUM MAKANAN PENDERITA  
HIPERTENSI DI PUSKESMAS MOYUDAN KABUPATEN SLEMAN

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Poltekkes Kemenkes Yogyakarta berhak menyimpan, mengalihmedia/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Yogyakarta

Pada tanggal : 19 April 2022

Yang menyatakan



( CHORIANA HASTUTI )

## KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan rahmat-Nya, penulis dapat menyelesaikan Tugas Akhir ini. Penulisan Tugas Akhir ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Ahli Madya Gizi pada Program Studi Diploma III Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Yogyakarta. Tugas Akhir ini terwujud atas bimbingan, pengarahan dan bantuan dari berbagai pihak yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu dan pada kesempatan ini penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada :

1. Joko Susilo, SKM., M. Kes. Selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.
2. Dr. Ir. I Made Alit Gunawan, M.Si., selaku Ketua Jurusan Gizi dan pembimbing utama yang telah memberikan bimbingan dan saran dalam penyusunan Tugas Akhir ini.
3. Nur Hidayat, SKM, M.Kes., selaku Ketua Prodi Diploma Tiga Gizi.
4. drh. Idi Setiyobroto, M.Kes., selaku pembimbing pendamping yang telah memberikan bimbingan dan saran dalam penyusunan Tugas Akhir ini.
5. Isti Suryani, DCN, M.Kes., selaku penguji yang telah memberikan bimbingan dan saran dalam penyusunan Tugas Akhir ini.
6. Orang tua dan keluarga penulis yang telah memberikan bantuan dukungan material dan moral.
7. Sahabat dan teman-teman Jurusan Diploma Tiga Gizi tahun 2021 yang selalu memberikan bantuan, dukungan, motivasi, dan semangat.

Akhir kata, penulis berharap Tuhan Yang Maha Esa berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga Tugas Akhir ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu. Terima kasih.

Yogyakarta, 30 Oktober 2021

Penulis

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL .....</b>	<b>i</b>
<b>PERSETUJUAN PEMBIMBING .....</b>	<b>ii</b>
<b>HALAMAN PENGESAHAN.....</b>	<b>iii</b>
<b>HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS .....</b>	<b>iv</b>
<b>HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS.....</b>	<b>v</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>vi</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>vii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>ix</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>x</b>
<b>ABSTRACT .....</b>	<b>xi</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>xii</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	3
C. Tujuan .....	3
D. Ruang Lingkup .....	4
E. Manfaat Penelitian .....	4
F. Keaslian Penelitian.....	5
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....</b>	<b>7</b>
A. Tinjauan Teori .....	7
B. Kerangka Teori .....	18
C. Kerangka Konsep .....	18
D. Pertanyaan penelitian .....	19



<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>20</b>
A. Jenis dan Desain Penelitian.....	20
B. Populasi dan Sampel .....	20
C. Waktu dan Tempat Penelitian .....	21
D. Definisi Operasional.....	22
E. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data .....	24
F. Instrumen Penelitian.....	25
G. Prosedur Penelitian.....	26
H. Manajemen Data .....	26
I. Etika Penelitian .....	28
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>33</b>
A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian .....	33
B. Gambaran Karakteristik Responden .....	34
C. Status Hipertensi .....	38
D. Asupan Natrium .....	39
E. Asupan Kalium .....	41
F. Gambaran Status Hipertensi Berdasarkan Umur .....	42
G. Gambaran Status Hipertensi Berdasarkan Asupan Natrium .....	43
H. Gambaran Status Hipertensi Berdasarkan Asupan Kalium .....	46
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>49</b>
A. Kesimpulan .....	49
B. Saran .....	49
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>51</b>

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Rencana Anggaran Penelitian.....	xv
Lampiran 2. Kode Etik Penelitian.....	xvi
Lampiran 3. Penjelasan Untuk Mengikuti Penelitian .....	xvii
Lampiran 4. Informed Consent .....	xviii
Lampiran 5. Formulir Identitas dan Kuisioner.....	xix
Lampiran 6. Formulir <i>Semi Quantitative Food Frequency Questionnaire</i> (FFQ) .....	xx
Lampiran 7. Hasil Pengolahan Data.....	xx
Lampiran 8. Tabel Distribusi dan Tabel Silang .....	xx
Lampiran 9. Foto Dokumentasi Penelitian.....	xxiii

## DAFTAR TABEL

Tabel 1. Klasifikasi Hipertensi Menurut JNC.....	9
Tabel 2. Kandungan Natrium Bahan Makanan (mg/100g Bahan Makanan).....	16
Tabel 3. Kandungan Kalium Bahan Makanan (mg/100g Bahan Makanan) .....	17
Tabel 4. Definisi Operasional .....	22
Tabel 6. Distribusi Responden Berdasarkan Karakteristik Umur .....	35
Tabel 7. Distribusi Responden Berdasarkan Karakteristik Jenis Kelamin .....	36
Tabel 8. Distribusi Responden Berdasarkan Karakteristik Pekerjaan .....	37
Tabel 9. Distribusi Responden Berdasarkan Karakteristik Riwayat Keturunan ..	38
Tabel 10. Gambaran Status Hipertensi di Puskesmas Moyudan .....	39
Tabel 11. Gambaran Asupan Natrium di Puskesmas Moyudan .....	39
Tabel 12. Gambaran Asupan Kalium di Puskesmas Moyudan.....	41
Tabel 13. Gambaran Status Hipertensi Berdasarkan Umur .....	42
Tabel 14. Gambaran Status Hipertensi Berdasarkan Asupan Natrium .....	43
Tabel 15. Gambaran Status Hipertensi Berdasarkan Asupan Kalium .....	46