

**TUGAS AKHIR**  
**KAJIAN KEPATUHAN DIET, STATUS GIZI DAN KUALITAS**  
**HIDUP PASIEN HIPERTENSI RAWAT JALAN DI**  
**PUSKESMAS GODEAN I**

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Ahli Madya Gizi



**SALSABILA BANINA RAHMATIKA**  
**P07131115042**

**PRODI D-III**  
**JURUSAN GIZI**  
**POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN KESEHATAN**  
**YOGYAKARTA**  
**TAHUN 2018**

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Tugas Akhir

“Kajian Kepatuhan Diet, Status Gizi dan Kualitas Hidup Pasien Hipertensi Rawat Jalan di Puskesmas Godean 1”

Disusun oleh :

SALSABILA BANINA RAHMATIKA  
NIM. P07131115042

Telah disetujui oleh pembimbing pada tanggal :

Juli 2018

Menyetujui,

Pembimbing Utama,



Nur Hidayat, SKM, M.Kes  
NIP. 196804021992031003

Pembimbing Pendamping,



Rini Wuri Astuti, S.SiT, M.Gz  
NIP. 198004052008122002

Yogyakarta, Juli 2018

Ketua Jurusan Gizi



DR. H. Made Ari Gunawan, M.Si.

NIP. 196303241986031001

**HALAMAN PENGESAHAN**

**TUGAS AKHIR**

**“KAJIAN KEPATUHAN DIET, STATUS GIZI DAN KUALITAS HIDUP  
PASIEH HIPERTENSI RAWAT JALAN DI PUSKESMAS GODEAN 1”**

Disusun oleh :

SALSABILA BANINA RAHMATIKA

NIM. P07131115042

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji

Pada tanggal : 12 Juli 2018

**SUSUNAN DEWAN PENGUJI**

Ketua,

Isti Suryani, DCN, M.Kes.

NIP. 196510031989022001

Anggota,

Nur Hidayat, SKM, M.Kes.

NIP. 196804021992031003

Anggota,

Rini Wuri Astuti, S.SiT, M.Gz.

NIP. 198004052008122002



Yogyakarta, Juli 2018

Ketua Jurusan Gizi

DR. Ir. J Made Arit Gunawan, M.Si.

NIP. 196303241986031001

## **HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS**

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

**Nama : Salsabila Banina Rahmatika**

**NIM : P07131115042**

**Tanda tangan:**

**Tanggal :**

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

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

---

Nama : Salsabila Banina Rahmatika  
NIM : P07131115042  
Program Studi : Diploma III  
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 : Kajian Kepatuhan Diet, Status Gizi dan Kualitas Hidup Pasien Hipertensi Rawat Jalan di Puskesmas Godean 1.

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 : Juli 2018



(Salsabila Banina Rahmatika)

v

## **KATA PENGANTAR**

Puji syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan rahmat-Nya, penulis dapat menyelesaikan Tugas Akhir (TA) ini. TA 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 dan pengarahan dari dosen pembimbing serta bantuan dari berbagai pihak yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu. Penulis pada kesempatan ini 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
  3. Nur Hidayat, SKM, M.Kes selaku Pembimbing Utama
  4. Rini Wuri Astuti, S.SiT, M.Kes selaku Pembimbing Pendamping
  5. Nurul Huda Syamsiatun S.SiT, M.Kes atas bimbingan yang telah diberikan
  6. Weni Kurdanti, S.SiT, M.Kes atas bimbingan yang telah diberikan
  7. Frida Hartiningrum selaku ahli gizi Puskesmas Godean I
  8. Responden yang telah berkenan untuk menjadi subjek penelitian
  9. Orang tua (Harjana dan Catur Winarsih Agustina), kakak dan keluarga penulis yang telah memberikan bantuan dukungan material dan moral
  10. Teman-teman seperjuangan di DIII Gizi angkatan 2015 yang banyak memberikan dukungan dan semangat
  11. Sahabat yang telah banyak membantu penulis dalam menyelesaikan Tugas akhir ini
  12. Ika Wahyu Rukhmadayanti selaku rekan selama penelitian; dan
- 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.

Yogyakarta, Juli 2018

Penulis

## DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING .....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS.....	iv
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	v
KATA PENGANTAR .....	vi
DAFTAR ISI.....	vii
DAFTAR GAMBAR .....	ix
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR LAMPIRAN .....	xi
ABSTRACT.....	xii
ABSTRAK .....	xiii
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	4
C. Tujuan Penelitian.....	4
D. Ruang Lingkup.....	4
E. Manfaat Penelitian .....	5
F. Keaslian Penelitian.....	6
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....</b>	
A. Telaah Pustaka.....	7
B. Kerangka Teori.....	33
C. Kerangka Konsep .....	34
D. Pernyataan Penelitian .....	34
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	
A. Jenis dan Desain Penelitian .....	35
B. Populasi dan Sampel .....	35
C. Tempat dan Waktu .....	36
D. Aspek-Aspek yang Diteliti .....	36
E. Batasan Istilah.....	36
F. Jenis dan Cara Pengumpulan Data.....	38
G. Instrumen dan Bahan Penelitian.....	39
H. Prosedur Penelitian.....	40
I. Manajemen Data .....	42
J. Etika Penelitian.....	43

<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN .....</b>	
A. Gambaran Umum Lokasi .....	45
B. Karakteristik Responden .....	50
C. Gambaran Status Hipertensi .....	53
D. Kepatuhan Diet Pasien Hipertensi .....	54
E. Status Gizi Pasien Hipertensi .....	56
F. Kualitas Hidup Pasien Hipertensi .....	58
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	
A. Kesimpulan .....	64
B. Saran .....	65
DAFTAR PUSTAKA .....	66
LAMPIRAN	



## DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Kerangka Teori Penelitian.....	33
Gambar 2. Kerangka Konsep Penelitian .....	34
Gambar 3. Peta Wilayah Puskesmas Godean 1 .....	46
Gambar 4. Grafik Kualitas Hidup Tiap Domain.....	62

## DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Klasifikasi Hipertensi menurut <i>National Institutes of Health</i> .....	12
Tabel 2. Kategori Indeks Massa Tubuh .....	27
Tabel 3. Perhitungan Skor Kualitas Hidup WHOQL-BREF .....	30
Tabel 4. Karakteristik Responden di Puskesmas Godean 1 .....	50
Tabel 5. Gambaran Status Hipertensi .....	53
Tabel 6. Gambaran Kepatuhan Diet.....	54
Tabel 7. Gambaran Status Gizi.....	56
Tabel 8. Gambaran Kualitas Hidup.....	58

## DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Naskah PSP .....	68
Lampiran 2. Informed Consent .....	70
Lampiran 3. Form Identitas Responden .....	71
Lampiran 4. Komisi Etik.....	72
Lampiran 5. Surat Izin Penelitian.....	73
Lampiran 6. Kuesioner FFQ Semi Kuantitatif.....	74
Lampiran 7. Kuesioner WHOQL-BREF .....	77
Lampiran 8. Karakteristik Identitas Responden.....	81
Lampiran 9. Status Gizi Responden.....	82
Lampiran 10. Kualitas Hidup Responden .....	83
Lampiran 11. Kepatuhan Diet Responden .....	84
Lampiran 12. Dokumentasi.....	85

**Dietary Compliance Review, Nutrition Status and Quality of Life of  
Outpatient Hypertension Patients at Puskesmas Godean 1**

**Salsabila Banina Rahmatika\*, Nur Hidayat, Rini Wuri Astuti**

Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Yogyakarta, Jl. Tata Bumi No. 3, Banyuraden,  
Gamping, Sleman, Yogyakarta 55293

Email : [salsa24xiu2@gmail.com](mailto:salsa24xiu2@gmail.com)

**ABSTRACT**

**Background:**

Hypertension is a condition where a person's blood pressure is above the normal limit of 120/80 mmHg. Riskesdas research results in 2013 set the prevalence of hypertension in Indonesia in 2013 by 25.8%. Hypertensive patients have nutritional management that must be followed to help lower blood pressure to normal. However, in the management of these nutrients, hypertensive patients are still many who have not adhered to the given diet. The condition of hypertension that is not managed properly in the long term will result in chronic complications. This will affect the quality of life of patients. Nutritional issues need to be of particular concern as they may affect health status, decreased quality of life, and mortality

**Objective:** To know the description of dietary compliance, nutritional status and quality of life in hypertensive patients in Puskesmas Godean 1

**Method:** This research is an observational research with cross sectional design and described descriptively. The population of this study were all hypertensive patients in Puskesmas Godean 1. The sample was 22 people based on accidental sampling that fulfilled inclusion and exclusion criteria. The primary data collection method of dietary compliance seen from the eating habits of patients using semi-quantitative food frequency form, nutritional status based on anthropometry measurement, and quality of life using WHOQL-BREF questionnaire.

**Results:** As many as 13 people (59.1%) respondents adhered to the recommended diet, 15 respondents (68.2%) had obese nutritional status until obesity type II and 19 respondents (86,4%) had good quality of life.

**Conclusion:** Most obedient to diet, nutritional status obese to obesity but good quality of life

**Keywords:** hypertension, diet compliance, nutritional status, quality of life

## **Kajian Kepatuhan Diet, Status Gizi dan Kualitas Hidup Pasien Hipertensi Rawat Jalan di Puskesmas Godean 1**

**Salsabila Banina Rahmatika\*, Nur Hidayat, Rini Wuri Astuti**

Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Yogyakarta, Jl. Tata Bumi No. 3, Banyuraden, Gamping, Sleman, Yogyakarta 55293

Email : [salsa24xiu2@gmail.com](mailto:salsa24xiu2@gmail.com)

### **ABSTRAK**

#### **Latar Belakang:**

Hipertensi adalah suatu keadaan dimana tekanan darah seseorang berada diatas batas normal yaitu 120/80 mmHg. Hasil penelitian Riskesdas tahun 2013 menetapkan prevalensi hipertensi di Indonesia pada tahun 2013 sebesar 25,8%. Pasien hipertensi mempunyai penatalaksanaan nutrisi yang harus dipatuhi untuk membantu menurunkan tekanan darah menjadi normal. Namun, dalam penatalaksanaan nutrisi tersebut, pasien hipertensi masih banyak yang belum patuh terhadap diet yang diberikan. Keadaan hipertensi yang tidak dikelola dengan baik dalam jangka waktu yang lama akan mengakibatkan terjadinya komplikasi kronik. Hal ini akan berdampak terhadap kualitas hidup pasien. Masalah gizi perlu menjadi perhatian khusus karena dapat mempengaruhi status kesehatan, penurunan kualitas hidup, dan mortalitas

**Tujuan:** Untuk mengetahui gambaran kepatuhan diet, status gizi dan kualitas hidup pada pasien hipertensi di Puskesmas Godean 1

**Metode:** Penelitian ini merupakan penelitian observasional dengan desain *cross sectional* dan dijelaskan secara deskriptif. Populasi penelitian ini adalah semua pasien hipertensi di Puskesmas Godean 1. Sampel berjumlah 22 orang berdasarkan *accidental sampling* yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Cara pengambilan data primer kepatuhan diet yang dilihat dari kebiasaan makan pasien menggunakan *form semi quantitative food frequency*, status gizi berdasarkan pengukuran antropometri, dan kualitas hidup menggunakan kuesioner WHOQL-BREF.

**Hasil:** Sebanyak 13 orang (59,1%) responden patuh terhadap diet yang dianjurkan, 15 orang responden (68,2%) mempunyai status gizi gemuk sampai obesitas tipe II dan 19 orang responden (86,4%) mempunyai kualitas hidup baik.

**Kesimpulan:** Sebagian besar patuh terhadap diet, status gizi gemuk sampai obesitas tetapi kualitas hidup baik

**Kata kunci:** hipertensi, kepatuhan diet, status gizi, kualitas hidup