

LAPORAN TUGAS AKHIR

**GAMBARAN ASUPAN NATRIUM DAN LEMAK PADA
PENDERITA HIPERTENSI DI RUANGAN RAWAT JALAN
RSUD. PROF. DR. W.Z. JOHANNES KUPANG**



DISUSUN OLEH

MELANIA DELFINLIANNI WEGE
PO5303241210116

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES KUPANG
PROGRAM STUDI GIZI
ANGKTAN XVI
2024**

HALAMAN PERSETUJUAN

**GAMBARAN ASUPAN NATRIUM DAN LEMAK
PADA PENDERITA HIPERTENSI DIRUANG RAWAT INAP
RSUD. PROF. DR. W.Z. JOHANNES KUPANG**

Disusun

MELANIA DELFILIANI WEGE
NIM: PO.5303241210116

Telah Mendapat Persetujuan
Pembimbing



Regina Maria Boro, DCN, M. Kes
NIP. 196504011989032001

Mengetahui
Ketua Jurusan Gizi
Poltekkes Kemenkes Kupang



Juni Gressilda L. Sine, STP, M. Kes
NIP. 198006012009122001

HALAMAN PENGESAHAN

LAPORAN TUGAS AKHIR

GAMBARAN ASUPAN NATRIUM DAN LEMAK PADA
PENDERITA HIPERTENSI DI RUANG RAWAT JALAN RSUD
PROF. DR. W.Z. JOHANNES KUPANG

DISUSUN

MELANIA DELFILIANI WEGE
NIM: PO.5303241210116

Penguji I



Anak Agung A. Mirah Adi, SKM, M.Kes
NIP.197404161998032001

Penguji II



Regina Maria Boro, DCN, M.Kes
NIP.196504011989032001

Mengetahui
Ketua Prodi Gizi
Poltekkes Kemenkes Kupang



Juni Gressilda J. Sine, STP.M. Kes
NIP. 198006012009122001

BIODATA

NAMA:MELANIA DELFILIANI WEGE

TTL:PIGA 30 DESEMBER 2001

AGAMA:KATOLIK

ALAMAT:BAJAWA

RIWAYAT PENDIDIKAN:

1.LULUS TK ROSAMISTIKA PIGA

2.LULUS SD BOAMEZE

3.LULUS SMP SLAMET RIADI SOA

4.LULUS SMA NEGRI 1 SOA

**5.MELANJUTKAN STUDI DI PROGRAM STUDI GIZI
POLTEKES KEMENKES KUPANG PADA TAHUN 2021-2024**

MOTTO

"Hidup adalah perjalanan, nikmati setiap momennya"

PERSEMBAHAN

Hasil Karya Ini Saya Persembahkan Untuk:

1. Tuhan Yang Maha Esa Karena Atas Berkatnya Dan Rahmat-nya Selama Pendidikan Yang Saya tempuh berjalan sesuai dengan kehendak-nya
2. Kedua Orang Tua tercinta Bapak Emanuel Wege Wale dan Mama Maria Ermelia serta saudara laki-laki saya oktavianus welmin wale dan pacar saya tercinta fulgentius ngoe neke, yang telah mendidik dan membesarkan saya,serta selalu memberikan dukung penuh untuk saya hingga sampai saat ini.
3. Almamater Tercinta Poltekes Kemenkes Kupang

KATA PENGANTAR

Puji syukur kepada Tuhan di surga, karena atas rahmat dan berkahNya penulis dapat menyelesaikan proposal yang berjudul "Gambaran Asupan Natrium Dan Lemak Pada Penderita Hipertensi Di Ruang Rawat Jalan RSUD. Prof. Dr. W. Z. Johannes Kupang". Pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Irfan, SKM. , M. Kes. sebagai Direktur Poltekkes Kemenkes Kupang.
2. Ibu Juni Gressilda L. Sine, STP. , M. Kes. Sebagai Ketua Program Studi Gizi Poltekkes Kemenkes Kupang.
3. Ibu Regina Maria Boro, DCN. , M. Kes. sebagai pembimbing yang telah memberikan bimbingan dan arahan selama penyusunan proposal.
4. Ibu Anak Agung Ayu Mirah Adi, SKM, M. Kes. sebagai penguji yang telah memberikan masukan dan arahan selama penyusunan proposal.

Penulis menyadari bahwa dalam penulisan ini masih terdapat banyak kekurangan dan jauh dari kesempurnaan, baik dari segi penulisan maupun dari isi. Maka dengan segala kerendahan hati penulis berharap kritik dan saran serta masukan dari semua pihak demi kesempurnaan proposal ini.

Kupang, April 2024

DAFTAR ISI

COVER	i
HALAMAN PERSETUJUAN	ii
KATAPENGANTAR.....	iii
ABSTRAK	Ix
DAFTAR ISI.....	iv
DAFTAR TABEL	vi
DAFTAR GAMBAR.....	vii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	4
C. Tujuan	4
D. Manfaat Penelitian	4
E. Keaslian Penelitian.....	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	8
A. Hipertensi.....	8
B. Asupan Natrium.....	19
C. Asupan Lemak	21
D. Kerangka Teori	25
E. Kerangka Konsep.....	25
BAB III METODE PENELITIAN	26
A. Jenis Penelitian.....	26
B. Tempat dan Waktu Penelitian.....	26
C. Populasi dan Sampel Penel	26
D. Sampling	26
E. Variabel.....	27
F. Definisi Operasional	30
G. Instrumen Penelitian	30

H. Jenis Data	30
I. PengumpulanData	31
J. Pengolahan Data	31
K. Etika Penelitian	31
DAFTAR PUSTAKA.....	32
LAMPIRAN.....	35

Gambaran Asupan Natrium Dan Lemak Pada Penderita Hipertensi Di Ruang Rawat Jalan RSUD.Prof.Dr.W.Z.Johannes Kupang

Melania Delfiliani Wege
Email:delfinliani@gmail.com

ABSTRAK

Melania Delfiliani Wege“Gambaran Asupan Natrium dan Lemak Pada Penderita Hipertensi Di RSUD. Prof. Dr. W. Z. Johannes Kupang” (Dibimbing oleh Regina Maria Boro, DCN. M. Kes)

Latar Belakang: Hipertensi atau tekanan darah tinggi merupakan suatu kondisi di mana tekanan darah sistolik ≥ 140 mmHg dan atau tekanan darah diastolik ≥ 90 mmHg. Hipertensi merupakan indikasi dari gangguan keseimbangan hemodinamik yang beragam pada sistem kardiovaskular, sehingga mekanismenya tidak bisa dijelaskan secara tunggal. Peningkatan tekanan darah dapat mengakibatkan beragam komplikasi seperti stroke, gagal ginjal, dan hipertrofi ventrikel kanan. Prevalensi hipertensi di Indonesia dapat diketahui berdasarkan hasil Riskesdas tahun 2018 yang menunjukkan peningkatan sebesar 34.1%, dan untuk Provinsi NTT tercatat sebesar 27,72% kasus (Kemenkes RI, 2018).

Tujuan Penelitian: Untuk mengetahui "Gambaran Asupan Natrium Lemak Pada Penderita Hipertensi Di Ruang Rawat Jalan di RSUD. Prof. Dr. W. Z. Johannes Kupang."

Metode Penelitian: Jenis penelitian observasional dengan desain deskriptif dilaksanakan dalam 3 bulan terakhir, yaitu Oktober – Desember 2023 dengan jumlah responden sebanyak 110 orang. Pengambilan sampel menggunakan teknik Accidental sampling yang terdiri dari 30 responden.

Hasil Penelitian: Hasil penelitian menunjukkan bahwa persentase tertinggi asupan Natrium pasien berada pada kategori defisit yaitu sebanyak 28 (93.3%) responden, hal ini disebabkan karena peneliti tidak menanyakan tambahan garam pada pengolahan makanan, asupan lemak defisit sebanyak 21 responden, normal sebanyak 2 responden, dan asupan lemak tinggi sebanyak 7 responden.

Kata kunci: Hipertensi, asupan Natrium dan Lemak