

**LAPORAN TUGAS AKHIR
GAMBARAN ASUPAN NATRIUM DAN ZAT GIZI MAKRO
PADA IBU HAMIL DENGAN HIPERTENSI DI WILAYAH
KERJA PUSKESMAS OESAPA**



DISUSUN

LYDIA PENNA
PO5303241221085

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KUPANG
PROGRAM STUDI D-III GIZI
ANGKATAN XVII
2025**

HALAMAN PERSYARATAN GELAR

**GAMBARAN ASUPAN NATRIUM DAN ZAT GIZI MAKRO
PADA IBU HAMIL DENGAN HIPERTENSI DI
WILAYAH KERJA PUSKESMAS OESAPA**

DISUSUN

**LYDIAPENNA
PO5303241221085**

LAPORAN TUGAS AKHIR

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat
Untuk Menyelesaikan Pendidikan Diploma III Gizi
Tahun Akademik 2025**

**KEMENTRIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES KUPANG
PROGRAM STUDI D-III GIZI
ANGKATAN XVII
2025**

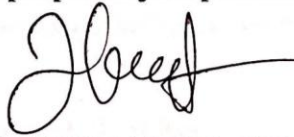
HALAMAN PERSETUJUAN
KARYA TULIS ILMIAH
GAMBARAN ASUPAN NATRIUM DAN ZAT GIZI MAKRO
PADA IBU HAMIL DENGAN HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA
PUSKESMAS OESAPA

Disusun

LYDIA PENNA

PO5303241221085

Telah mendapat persetujuan pembimbing



MEIRINA SULASTRI LOALOKA, SST.,M.GIZI

NIP.198705142010122001

Mengetahui

Ketua Program Studi Gizi

Poltekkes Kemenkes Kupang



JUNI GRESSILDA LOUISA SINE, S.TP, M.KES

NIP.198006012009122001

HALAMAN PENGESAHAN

POPOSAL TUGAS AKHIR
GAMBARAN ASUPAN NATRIUM DAN ZAT GIZI
MAKRO PADA IBU HAMIL DENGAN HIPERTENSI
DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS OESAPA

Disusun

LYDIA PENNA

PO5303241221085

Telah dipertahankan dihadapan Tim Penguji

Pada tanggal

Penguji 1 : Anak Agung Ayu Mirah Adi SKM, M.KES (.....)

Penguji II : Meirina Sulastri Loalaka SST, M.GIZI (.....)

Mengetahui

Ketua Prodi Gizi

Kemendes Poletekkes Kupang



Juni Gressilda A. Sine, STP, M.Kes

NIP. 198006012009122011

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, Karena berkat rahmat dan penyertaan-Nya penulis dapat menyelesaikan laporan penelitian dengan judul “Gambaran Asupan Natrium Dan Zat Gizi Makro Pada Ibu Hamil Dengan Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Oesapa”

Dalam kesempatan ini, penulis menyampaikan terimakasih yang tulus kepada berbagai pihak yang telah memberikan dukungan, bimbingan, serta motivasi sehingga laporan ini dapat terselesaikan dengan baik, khususnya kepada :

1. Bapak Irfan, SKM, M, Kes. Selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Kupang
2. Ibu Juni Gressilda L. Sine,S.TP., M.Kes, selaku ketua Prodi Gizi Poltekkes Kemenkes Kupang
3. Ibu Meirina Sulastris Loaloka, SST.,M.GIZI Selaku pembimbing yang telah meluangkan waktu, memberikan arahan, masukan, serta dorongan berharga bagi penulis dalam penyusunan laporan ini
4. Ibu Anak Agung Ayu Mirah Adi, SKM,M.Kes selaku penguji 1 yang telah memberikan saran dan masukan dalam penyempurnaan karya tulis ilmiah ini.
5. Kedua Orang Tua, Keluarga, Pacar, dan teman-teman kelas angkatan 17 ang senantiasa memberikan dukungan doa, dan semangat kepada penulis

Penulis menyadari bahwa laporan penelitian ini masih memiliki keterbatasan dan jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu, kritik dan saran yang membangun sangat di harapkan demi perbaikan karya di masa mendatang.

Kupang, January 2025

Penulis

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah, saya :

Nama : Lydia Penna

NIM : PO5303241221085

Prodi : Gizi

Angkatan : XVII

Jenjang : Diploma III

Menyatakan bahwa saya tidak melakukan plagiasi dalam menulis menyusun laporan Tugas Akhir saya, yang berjudul :

“GAMBARAN ASUPAN NATRIUM DAN ZAT GIZI MAKRO PADA IBU HAMIL DENGAN HIPERTENSI DI WOLAYAH KERJA PUSKESMAS OESAPA”

Apabila suatu saat nanti saya terbukti melakukan tindakan plagiasi, maka saya akan menerima sanksi yang telah ditetapkan

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Kupang, 20 Agustus 2025

Penulis



Lydia Penna

PO530324121085

BIODATA PENULIS



Nama : Lydia Penna

Tempat/Tanggal Lahir : Oenggae, 1 Februari 2003

Agama : Kristen Protestan

Alamat : Oenggae

Riwayat Pendidikan

1. SD Negeri Oenggae
2. SMP Negeri 3 Pantai Baru
3. SMA Negeri 1 Pantai Baru
4. Mahasiswa D-III Poltekkes Kemenkes Kupang Program Studi Gizi

MOTTO

“Bebas Seperti Luffy, Tajam Seperti Zoro, Tak Terbatas Seperti Gojo – Kejar
Impianmu, Lindungi Saudaramu, Taklukkan TA!"

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
BAB I.....	1
PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	2
C. Tujuan Penelitian	2
D. Manfaat Penelitian	2
E. Keaslian Penelitian.....	4
BAB II	6
TINJAUAN PUSTAKA	6
A. Pengertian	6
B. Gejala	8
C. Penyebab	9
D. Komplikasi.....	9
E. Patofisiologi	10
F. Klasifikasi hipertensi	11
G. Asupan natrium.....	11
H. Zat gizi makro	12
I. Penatalaksanaan Hipertensi	14
J. KERANGKA TEORI.....	17
K. KERANGKA KONSEP	18
BAB III.....	19
METODE PENELITIAN	19
A. Jenis Dan Rancangan Penelitian	19
B. Lokasi Dan Waktu Penelitian.....	19
C. Populasi Dan Sampel Penelitian	19
D. Instrumen Dan Alat	20
E. Jenis Data	20
F. Cara Pengumplan Data	20
G. Pengolahan Dan Pengkajian Data	21

H. Definisi Operasional	21
I. Etika Penelitian	21
BAB IV	23
HASIL DAN PEMBAHASAN	23
A. HASIL PENELITIAN.....	23
B. PEMBAHASAN.....	25
BAB V	30
KESIMPULAN DAN SARAN	30
A. Kesimpulan	30
B. Saran	30
DAFTAR PUSTAKA	31