HUBUNGAN POLA DIET RENDAH GARAM & OBESITAS DENGAN PERUBAHAN TEKANAN DARAH PADA PRALANSIA PENDERITA HIPERTENSI DIPUSKESMAS ADIMULYO

SKRIPSI

Disusun Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan
Mencapai Derajat Sarjana Keperawatan

Diajukan oleh

Mokhamad Anwar
NIM : A12020074

PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM SARJANA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG
2024

HUBUNGAN POLA DIET RENDAH GARAM & OBESITAS DENGAN PERUBAHAN TEKANAN DARAH PADA PRALANSIA PENDERITA HIPERTENSI DIPUSKESMAS ADIMULYO

SKRIPSI

Disusun Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan
Mencapai Derajat Sarjana Keperawatan

Diajukan oleh

Mokhamad Anwar
NIM : A12020074

PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM SARJANA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG
2024

HALAMAN PERSETUJUAN

HUBUNGAN POLA DIET RENDAH GARAM & OBESITAS DENGAN PERUBAHAN TEKANAN DARAH PADA PRALANSIA PENDERITA HIPERTENSI DI PUSKESMAS ADIMULYO

Telah disetujui dan dinyatakan Telah Memenuhi Syarat untuk diujikan Pada

Tanggal

Pembimbing

Putra Agina Widyaswara Suwaryo,M.Kep

Mengetahui

Ketua Program Studi Keperawatan Program Sarjana

(Cahyu Septiwi, M.Kep.SP.Kep.MB.,Ph.D)

HALAMAN PENGESAHAN

HUBUNGAN POLA DIET RENDAH GARAM & OBESITAS DENGAN PERUBAHAN TEKANAN DARAH PADA PRALANSIA PENDERITA HIPERTENSI DI PUSKESMAS ADIMULYO

Yang disiapkan dan disusun oleh :

Mokhamad Anwar

NIM : A12020074

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji

Pada tanggal 2024

Susunan Dewan Penguji

1. Podo Yuwono, M.Kep	Penguji 1	(.....)
2. Barkah Waladani, M.Kep	Penguji 2	(.....)
3. Putra Agina W.S, M.Kep	Penguji 3	(.....)

Mengetahui

Ketua Program Studi Keperawatan Program Sarjana

(Cahyu Septiwi, M.Kep.SP.Kep.MB.,Ph.D)

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam skripsi yang saya ajukan tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu Perguruan Tinggi, dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis digunakan sebagai rujukan dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka dan sudah dinyatakan lolos uji plagiarism.

Apabila dikemudian hari ditemukan seluruh atau sebagian dari skripsi tersebut terdapat indikasi plagiarism, saya bersedia menerima sanksi sesuai peraturan perundang-undangan yang berlaku.

Demikianlah pernyataan ini dibuat dalam keadaan sadar atau tanpa unsur paksaan dari siapapun.

Gombong, 21 November 2024



(Mokhamad Anwar)

PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Mokhamad Anwar

Tempat/Tanggal Lahir : Kebumen,02 Agustus 2000

Alamat : Mengkowo RT 002 RW 002 Kebumen, Kebumen

Nomor Telepon : 089 542 487 9933

Email : anwarmusyawir43@gmail.com

Dengan ini menyatakan sesungguhnya bahwa skripsi saya yang berjudul "Hubungan Pola Diet Rendah Garam & Obesitas Dengan Perubahan Tekanan Darah Pada Pralansia Penderita Hipertensi Dipuskesmas Adimulyo"

Bebas Dari Plagiarisme Dan Bukan Hasil Karya Orang Lain.

Apabila dikemudian hari di temukan seluruh atau sebagian dari sekripsi tersebut terdapat indikasi plagiarisme, saya bersedia menerima sanksi sesuai peraturan perundang-undangan yang berlaku.

Demikian pernnyataan ini dibuat dalam keadaan sadar dan tanpa unsur paksaan dari siapapun.

Dibuat di Gombong, 21 November 2024
Yang membuat pernyataan

(Mokhamad Anwar)

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai civitas akademik Universitas Muhammadiyah Gombong, saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama	: Mokhamad Anwar
Nim	: A12020074
Program Studi	: Keperawatan Program Sarjana
Jenis Karya	: Skripsi

Dengan pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Muhammadiyah Gombong Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Non-Exclusive Royalty-Free Right*) atas skripsi saya yang berjudul

"HUBUNGAN POLA DIET RENDAH GARAM & OBESITAS DENGAN PERUBAHAN TEKANAN DARAH PADA PRALANSIA PENDERITA HIPERTENSI DIPUSKESMAS ADIMULYO"

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan hak bebas royalti noneksklusif ini Universitas Muhammadiyah Gombong berhak menyimpan mengalih media / formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data, 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 Gombong, 21 November 2024
Yang membuat pernyataan

(Mokhamad Anwar)

KATA PENGANTAR

Allhamdulillah segala puji dan syukur kehadirat Allah SWT karena atas karunia serta Rahmat-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul "Hubungan Pola Diet Rendah Garam & Obesitas Dengan Pengaruh Tekanan Darah Pada Pralansia Penderita Hipertensi Di Puskesmas Adimulyo" dengan sebaik-baiknya. Skripsi ini disusun oleh penulis sebagai persyaratan untuk mencapai derajat S1 minat utama program studi ilmu keperawatan Universitas Muhammadiyah Gombong.

Dalam peoses Menyusun skripsi ini semua tidak terlepas bantuan dan dukungan dari berbagai pihak, sehingga skripsi ini dapat terselesaikan. Oleh karena itu penulis mengucapkan terimakasih sebesar-besarnya kepada :

1. ALLAH SWT atas karunia dan Rahmat-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan sebaik-baiknya
2. Kedua orang tua penulis yang bernama Bapak H. Tarmono serta Ibunda Hj. Siti Kholifah yang telah memberikan do`a dan dukungan kepada penulis
3. Dr. Hj. Herniyatun, S.Kep.,M.Kep. Sp.Mat, selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Gombong
4. Cahyu Septiwi, M. Kep.Sp.Kep.MG.,Ph.D, selaku Ketua Program Studi Keperawatan Program Sarjana Universitas Muhammadiyah Gombong
5. Putra Agina Widyaswara Suwaryo, M Kep selaku pembimbing yang telah banyak memberikan waktu, pemekiran, perhatian, dan memberikan pengarahan dalam membimbing penulis untuk menyusun skripsi ini
6. Podo Yuwono, M.Kep selaku penguji I yang telah meluangkan waktunya untuk memberi saran dan masukan dalam menyelesiakan skripsi ini
7. Barkah Waladani, M.Kep selaku penguji II yang telah meluangkan waktunya untuk memberi saran dan masukan dalam menyelesiakan skripsi ini
8. Semua pihak yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu, yang telah memberikan dukungan dan semangat sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih terdapat banyak kekurangan baik isi maupun penyusunannya. Penulis berharap semoga skripsi ini bermanfaat bagi penulis pada khususnya dan bagi pembaca pada umumnya.

Gombong, 16 Maret 2024



(Mokhamad Anwar)

MOTO

``Mimpi Booleh Tinggi, Akan Tetapi Mindset Dan Action Tak Booleh Rendah``

(Mokhamad Anwar)

``Kesuksesan Yang Akan Diraih Tanpa Bersungguh-sungguh Adalah Omong Kosong`` (Gus Abdurrahman Al-Kautsar)

HALAMAN PERSEMBAHAN

Alhamdulilah,segala puji syukur bagi Allah SWT atas limpahan rahmat taufiq,hidayah dan innayah-Nya kepada penulis beserta keluarga dan saudara lainnya sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini. Skripsi ini penlusi pembersembahkan untuk :

1. Kedua orang tua penulis yang selalu mendo`akan serta mendukung untuk menjadikan anak-anaknya, anak yang bisa menjadi lebih baik untuk kedepannya, akan ku buktikan bahwasanya kelak saya akan mejadi anak yang di harap-harapkan olehmu.
2. Kepada seluruh dosen yang telah mengajariku ilmu yang bermanfaat selama saya menempuh pendidikan di Universitas Muhammadiyah Gombong, saya sebagai murid ikut mendo`akan semoga ilmu yang telah diajarkan menjadi amal jariyah yang selalu mengalir pahalanya.
3. Kepada sahabat saya lukman hakim yang selalu mendorong penulis untuk terus menyelesaikan skripsi ini hingga selesai
4. Dan yang terakhir , saya mengucapkan terimkasih untuk diri sendiri karena telah mamppu berusaha keras dan berjuang sejauh ini. Mampu mengendalikan diri dari berbagai tekanan dari luar keadaan dan tidak pernah memutuskan untuk menyerah sesulit apapun proses penyusunan skripsi ini dengan sebaik dan semaksimal mungkin.

Gombong, 16 Maret 2024



(Mokhamad Anwar)

Program Studi Keperawatan Program Sarjana
Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Gombong
Skripsi, Juli 2024

Mokhamad Anwar[1)] Putra Agina Widyaswara Suwaryo[2)]

ABSTRAK

HUBUNGAN POLA DIET RENDAH GARAM & OBESITAS DENGAN PERUBAHAN TEKANAN DARAH PADA PRA LANSIA PENDERITA HIPERTENSI DI PUSKESMAS ADIMULYO

Latar Belakang: Hipertensi merupakan peningkatan tekanan darah sistol dan diastol yang menunjukkan angka lebih dari 140/90 mmHg selama berturut-turut dalam dua kali pemeriksaan. Pola makan merupakan salah satu penyebab terjadinya hipertensi terutama terlalu sering mengkonsumsi garam dan lemak. Salah satu cara untuk menurunkan tekanan darah adalah menjaga pola makan dengan diet rendah garam dan lemak.
Tujuan: Mengetahui hubungan pola diet rendah garam dan obesitas dengan perubahan tekanan darah pada pra lansia penderita hipertensi.
Metode: Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif yang bersifat korelasi dengan menggunakan desain *cross-sectional*. Sampel 35 responden dengan menggunakan teknik *total sampling*. Instrumen penelitian menggunakan lembar kuesioner, microtoise, dan timbangan berat badan serta analisa data menggunakan uji *Spearman Rank*.
Hasil: Mayoritas responden didapatkan hasil IMT obesitas dan mayoritas pola diet rendah garam pada penderita hipertensi dengan kategori buruk. Terdapat hubungan yang signifikan antara pola diet rendah garam dengan perubahan tekanan darah dengan hasil signifikasi sebesar 0,001 *p-value* < 0,05 dan juga terdapat hubungan yang signifikan antara obesitas dengan perubahan tekanan darah dengan hasil signifikasi sebesar 0,001 *p-value* < 0,05.
Kesimpulan: Hasil penelitian ini menunjukkan terdapat hubungan pola diet rendag garam dan obesitas dengan perubahan tekanan darah pada pra lansia penderita hipertensi di Puskesmas Adimulyo.
Rekomendasi: Dapat dijadikan sebagai pengetahuan bagi penderita hipertensi dalam menjaga pola makan untuk menurukan tekanan darah.

Kata Kunci:
Hipertensi, Pra Lansia, Diet Rendah Garam, Obesitas, Tekanan Darah

[1)] Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Gombong
[2)] Dosen Universitas Muhammadiyah Gombong

Bachelor of Nursing Program
Faculty of Health Sciences
Universitas Muhammadiyah Gombong
Undergraduate Thesis, July 2024

Mokhamad Anwar[1)] Putra Agina Widyaswara Suwaryo[2)]

ABSTRACT

THE RELATIONSHIP BETWEEN LOW SALT DIET & OBESITY WITH IN BLOOD PRESSURE IN PRE ELDERLY PEOPLE WITH HYPERTENSION IN THE ADIMULYO HEALTH CENTER

Background: Hypertension is an increase in systolic and diastolic blood pressure that shows a reading of more than 140/90 mmHg during two consecutive examinations. Diet is one of the causes of hypertension, especially consuming salt and fat too often. One way to lower blood pressure is to maintain a diet with low in salt and fat.
Objective: To determine the relationship between low salt and obesity diet patterns in pre elderly people with hypertension.
Methods : This research is a quantitative correlation study using a cross-sectional design. A sample of 35 respondents was determined using total sampling technique. The research instrument used questionnaire sheet, microtoise, and weight scale and analyzed the data using the Spearman Rank test.
Results: The majority of respondents obtained the result of IMT for obesity and majority of low salt diet patterns in hypertension patients in the poor category. There was a significant relationship between a low salt diet pattern and changes in blood pressure with a significant result of 0,001 p-value < 0,05 and there was also a significant relationship between obesity and changes in blood pressure with a significant result of 0,001 p-value < 0,05.
Conclusion: The result of this study showed that there was a relationship between salt and obesity diet patterns and changes in blood pressure in pre elderly people with hypertension at the Adimulyo Healt Center.
Recommendation: Can be used as knowledge for hypertension suffers in maintaining a diet lower blood pressure

Keywords:
Hypertension, Pre Elderly, Low Salt Diet, Obesity, Blood Preesure

[1)] Student of Universitas Muhammadiyah Gombong
[2)] Lecturer of Universitas Muhammadiyah Gombong

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL ..... **i**
HALAMAN PERSETUJUAN ..... **ii**
HALAMAN PENGESAHAN ..... **iii**
PERNYATAAN ..... **iv**
PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME ..... **v**
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS ..... **vi**
KATA PENGANTAR ..... **vii**
MOTO ..... **ix**
HALAMAN PERSEMBAHAN ..... **x**
ABSTRAK ..... **xi**
ABSTRACT ..... **xii**
DAFTAR ISI ..... **xiii**
DAFTAR TABEL ..... **xv**
DAFTAR GAMBAR ..... **xvi**
DAFTAR LAMPIRAN ..... **xvii**
BAB I PENDAHULUAN **1**
A. Latar Belakang 1
B. Rumusan Masalah 3
C. Tujuan 3
D. Manfaat 3
E. Keaslian Penelitian 4
BAB II TINJUAN PUSTAKA **5**
A. Tinjuan Teori 5
B. Kerangka Teori 16
C. Kerangka Konsep 16
D. Hipotesa Penelitian 16
BAB III METODE PENELITIAN **17**
A. Desain atau Rancangan Penelitian 17

B. Populasi dan Sampel 17
C. Tempat dan Waktu Penelitian 18
D. Variabel Penelitian 18
E. Definisi Operasional 19
F. Instrumen Penelitian 19
G. Validitas dan Reliabilitas Instrumen 20
H. Teknik Pengumpulan Data 21
I. Teknik Analisa Data 22
J. Etika Penelitian 23
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN 24
A. Hasil Penelitian 24
B. Pembahasan 27
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN 35
A. Kesimpulan 35
B. Saran 35
DAFTAR PUSTAKA 36
LAMPIRAN 39

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian 4
Tabel 2.1 Klasifikasi Hipertensi 5
Tabel 3.1 Definisi Operasional 19
Tabel 4.1 Karakteristik Umur Responden 24
Tabel 4.2 Karakteristik Jenis Kelamin 24
Tabel 4.3 Karakteristik Tekanan Darah 24
Tabel 4.4 Karakteristik IMT 25
Tabel 4.5 Karakteristik Pola Diet Rendah Garam 25
Tabel 4.6 Hubungan Pola Diet Rendah Garam dengan Pengaruh Tekanan Darah 25
Tabel 4.7 Hasil Uji Spearman Rank Pola Diet Rendah Garam dengan Tensi Spearman's rho 26
Tabel 4.8 Hubungan Obesitas Dengan Pengaruh Tekanan Darah 26
Tabel 4.9 Hasil Uji Spearman Rank Obesitas dengan Tensi Spearman's rho 26

DAFTAR GAMBAR

Gambar 3.1 Bagan Kerangka Teori 16
Gambar 3.2 Bagan Kerangka Konsep.....16

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Jadwal pelaksanaan kegiatan 39
Lampiran 2. Surat Izin Studi Pendahuluan.....40
Lampiran 3. Surat Balasan Izin Studi Pendahuluan 41
Lampiran 4. Surat Izin Penelitian 42
Lampiran 5. Surat Balasan Izin Penelitian.....43
Lampiran 6. Surat Keterangan Lolos Uji Etik 45
Lampiran 7. Surat Keterangan Lolos Uji Plagiarisme.....46
Lampiran 8. Persetujuan Responden 47
Lampiran 9. *Informed Consent*.....48
Lampiran 10. Kuesioner.....49
Lampiran 11. Hasil Analisa Data 52
Lampiran 12. Lembar Bimbingan.....55

BAB I
PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Hipertensi ialah penyakit yang tidak menularkan tetapi akan jadi salah satu penyakit yang paling sering menyebabkan kematian dini di dunia. Badan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018 melaporkan bahwa prevalensi masalah pada tekanan darah tinggi di Indonesia adalah 34,1%, naik dari 25,8% pada Riskesdas 2013 (E. M. Lubis et al., 2023). Angka ini sangat tinggi, membuat Indonesia berada di peringkat kelima tertinggi di dunia untuk hipertensi (Lubis et al., 2023). Pasien hipertensi sebanyak 89.175 yang dirawat di Kabupaten Kebumen dengan 3.251 dirawat di Puskesmas Adimulyo pada tahun 2022 (Dinkes, 2022).

Penyakit hipertensi ditandai dengan adanya peningkatan tekanan darah diastol lebih dari 130 mmHg atau tekanan darah sistol lebih dari 80 mmHg. Gejala yang dapat muncul pada penyakit tekanan darah tinggi yaitu ada nyeri pada kepala, gelisah, palpitasi, ketegangan pada leher, penglihatan kabur, nyeri dada, kelelahan, dan impotensi. Menurut Husna (2023), hipertensi berat biasanya menyebabkan nyeri kepala yang berfokus pada regio oksipital. Penyakit hipertensi terbagi menjadi 2 tipe yaitu hipertensi essensial atau primer dan hipertensi sekunder. Faktor genetik seperti usia dan jenis kelamin sangat erat terkait dengan penyebab hipertensi. Hipertensi primer, atau hipertensi esensial, etiologinya tidak jelas sering kali dikaitkan dengan elemen gaya hidupnya yang tidak sehat misalnya pada pola makannya, yang meliputi terlalu sering megonsumsi garam dan lemak (M. H. Yunus et al., 2023).

Konsumsi garam yang berlebih dalam makanan merupakan salah satu faktor penyebab hipertensi. Natrium akan diserap ke dalam pembuluh darah yang dapat mengakibatkan adanya retensi air, sehingga volume darah akan meningkat yang mengakibatkan naiknya tekanan darah (Purwono et al., 2020). Penelitian yang telah dilakukan oleh Yunus et al., (2023) dan Purwono et al.,

(2020) melaporkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pola konsumsi garam yang berlebih dengan kejadian hipertensi.

Faktor risiko lain yang dapat menyebabkan penyakit hipertensi yaitu berat badan yang berlebih atau obesitas yang diikuti dengan pola hidup yang buruk seperti kurangnya olahraga, konsumsi makanan berlemak, dan konsumsi garam berlebih (Yulia et al., 2021). Subyek dengan obesitas memiliki risiko mengalami hipertensi yang lebih besar dibandingkan subjek yang mempunyai IMT normal (Solihati dan Ruswanti, 2019). Penelitian yang telah dilakukan oleh Alfalah et al., (2022) melaporkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara subyek dengan obesitas dengan kejadian hipertensi, dimana subyek dengan obesitas memiliki peluang 2,72 kali mengalami hipertensi.

Kebiasaan makan yang tidak sehat dapat menyebabkan obesitas dan memiliki dampak pada perkembangan hipertensi. Obesitas dapat berkontribusi terhadap perkembangan hipertensi baik secara perlahan atau cepat (Tiara, 2020). Berdasarkan catatan WHO, sebanyak 160 juta anak hidup dengan obesitas pada 2022, sekitar 37 juta anak di antaranya berusia di bawah usia 5 tahun jaringan ilmuwan kesehatan dunia meneliti tren obesitas terhadap 222 juta anak-anak, remaja, dan orang dewasa di 200 negara melalui 3.663 studi sejak 1990.

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan pada 21 November 2023 menunjukkan bahwa dalam waktu enam bulan terakhir, 35 pralansia penderita hipertensi ditemukan di Wilayah Kerja Puskesmas Adimulyo. Dari 10 orang yang dijadikan sampel, ditemukan bahwa mereka senang makan makanan dengan rasa asin yang berlebihan, suka memasak lauk dengan rasa asin yang lebih tinggi dari umumnya, dan sebagian besar dari mereka tidak mengalami hipertensi. Adapun data yang didapatkan dari 10 sampel tersebut, yaitu memiliki nilai rata-rata tekanan darah diastol : 167,4mmHg dan untuk nilai siastolnya diperoleh rata-rata : 93,5mmHg.

Berdasarkan penjelasan yang sudah di paparkan dan data yang telah dijelaskan, maka peneliti tertarik untuk melakukan kajian mengenai hubungan

pola diet rendah garam & obesitas dengan pengaruh tekanan darah pada pralansia penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Adimulyo.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang maka dirumuskan suatu permasalahannya yang akan menjadikan pembahasan utama dalam penelitian ini, yaitu "Bagaimanakah hubungan pola diet rendah garam dan obesitas terhadap perubahan tekanan darah pasien hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Adimulyo?"

C. Tujuan

1. Tujuan umum

   Dilakukannya penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tentang hubungan diet rendah garam & obesitas terhadap perubahan tingkat tekanan darah di program Prolanis di Desa Caruban Adimulyo Wilayah Kerja Puskesmas Adimulyo.

2. Tujuan Khusus
   a. Untuk mengidentifikasi diet rendah garam pada usia pralansia Di Desa Caruban Wilayah Kerja Puskesmas Adimulyo
   b. Untuk mengidentifikasi tentang hubungan antara diet rendah garam & obesitas terhadap perubahan tekanan darah pada pralansia Di Desa Caruban Kecamatan Adimulyo Kabupaten Kebumen

D. Manfaat

1. Manfaat Teoritis

   Sebagai wadah pengetahuan, wawasan serta pengalaman mengenai permasalahan yang bersangkutan dengan pola diet rendah dan obesitas pada penderita hipertensi.

2. Manfaat Praktisi
   a. Bagi Institusi Pendidikan

      Hasil penelitian ini diharapkan bisa menambah wawasan mengenai hipertensi serta bisa dijadikan sebagai acuan penelitian selanjutnya tentang pola diet rendah garam dan obesitas terhadap perubahan tekanan darah.

b. Bagi Tempat Penelitian

Dapat tersedia berbagai pengetahuan untuk lansia dengan hipertensi di daerah sekitar serta bisa mengetahui bagaimana hubungan antara pola diet rendah garam dan obesitas terhadap perubahan tekanan darah.

E. Keaslian Penelitian

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian

Nama Peneliti dan Tahun Penelitian	Judul Penelitian	Metode Penelitian	Hasil Penelitian	Persamaan dan Perbedaan Penelitian ini
(Yunus et al., 2023)	Hubungan pola konsumsi garam dengan kejadian hipertensi pada lansia di Puskesmas Kota Tengah	Survei analitik yang dianalisis dengan chi square	Terdapat hubungan pola konsumsi garam dengan kejadian hipertensi pada lansia di Puskesmas Kota Tengah.	Persamaan: Terdapat kesamaan pada topik penelitian yakni konsumsi garam dan hipertensi Perbedaan: Meskipun variable penelitian hampir sama, namun fokus penelitian berbeda yakni pada penelitian yang akan dilaksanakan fokus pada diet garam dan perubahan pada tekanan darah pasien
(Widyaswara et al., 2022)	Hubungan kadar glukosa darah dan tekanan darah pada anggota proklim di Desa Purbayan, Baki, Sukoharjo	Observasional analitik yang dianalisis dengsan uji hipotesis Spearman Rank	Tidak ada hubungan yang signifikan antara kadar glukosa darah dan tekanan darah pada anggota proklim Desa Purbayan, Baki, Sukoharjo.	Persamaan: Kedua penelitian sama-sama membahas mengenai hipertensi Perbedaan: Penelitian yang akan dilaksakan membahas mengenai obesitas yang beritan dengan kadar glukosa
(Nazari dan Khairunnisa,2022)	Hubungan pengetahuan tentang diet eendah garam dengan sikap pasien hipertensi di wilayah kerj a Puskesmas Kembang Tanjong Kabupaten Pidie	Survei analitik yang dianalisis dengan chi square	Terdapat hubungan antara pengetahuan diet rendah garam dengan sikap pasien hipertensi	Persamaan: Terdapat kesamaan pada topik penelitian yakni konsumsi garam dan hipertensi Perbedaan: Penelitian yang akan dilaksanakan tidak membahas mengenai pengetahuan pasien akan tetapi membahas terkait diet garam yang dilakukan

DAFTAR PUSTAKA

Abduh, M., Alawiyah, T., Apriyansyah, G., Sirodj, R. A., & Afgani, W. (2023). Survey Design: Cross Sectional dalam Penelitian Kualitatif Muhammad. *Jurnal Pendidikan Sains Dan Komputer*, *3*(1), 31–38. https://doi.org/10.22437/jiituj.v5i1.12886

Alfalah, N. J., Hasni, D., Febrianto, B. Y., & Warlem, N. (2022). Hubungan Obesitas dengan Kejadian Hipertensi pada Perempuan Minangkabau. *Poltekita : Jurnal Ilmu Kesehatan*, *15*(4), 360–364. https://doi.org/10.33860/jik.v15i4.823

Chooi, Ding, & Magkos. (2019). The epidemiology of obesity. *Metabolism*, *92*, 6–10.

Dinkes. (2022). *Pertemuan Lintas Sektor Dan Penandatanganan Komitmen Bersama Capaian Kinerja Tahun 2023*. Puskesmas Adimulyo. https://puskesmasadimulyo.kebumenkab.go.id/index.php/web/post/21/pertem uan-linsek

Firmansyah, D., & Dede, D. (2022). Teknik Pengambilan Sampel Umum dalam Metodologi Penelitian: Literature Review. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Holistik (JIPH)*, *1*(2), 85–114. https://doi.org/10.55927/jiph.v1i2.937

Gadde, K. M., Martin, C. K., Berthoud, H., Steven, B., Biomedical, P., & Rouge, B. (2021). *Obesity : Pathophysiology and Management*. *71*(1), 69–84. https://doi.org/10.1016/j.jacc.2017.11.011.Obesity

Hasanah, M., Widodo, D., & Widiani, E. (2016). Hubungan Obesitas Dengan Hipertensi Pada Masyarakat Di Wilayah Rw 13 Dusun Mojosari Desa Ngenep Kecamatan Karangploso. *Nursing News*, *1*(2), 35–44.

Heriansyah, M., & Rahayu, S. M. (2017). Teknik self control untuk mengatasi obesitas. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, *1*(2), 1–8.

Husna, A. (2023). *Hubungan Karakteristik Demografi Dengan Self Management Hipertensi Pada Lansia Di Desa U Baroh Kecamatan Cot Girek Kabupaten Aceh Utara*.

Lubis, E. M., Afifah, Y., Abidin, F. A., Shiddiq, M. D. A., & Ismah, Z. (2023). Hubungan Perilaku Merokok dengan Kejadian Hipertensi di Desa Saentis. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, *23*(2), 2001. https://doi.org/10.33087/jiubj.v23i2.3047

Lubis, I. A. P., Siregar, S. R., Khairunnisa, K., & Fauzan, A. (2024). Diet Rendah Garam pada Pasien Hipertensi. *GALENICAL : Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan Mahasiswa Malikussaleh*, *3*(1),68. https://doi.org/10.29103/jkkmm.v3i1.14973

Lukitaningtyas, D., & Cahyono, E. A. (2023). Hipertensi. *JURNAL PENGEMBANGAN ILMU DAN PRAKTIK KESEHATAN*, *2*(2),100–117. https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK558907/

Mapagerang, & Alimin. (2018). Hipertensi Dengan Kontrol Diet Rendah Garam. *Jikp(Jurnal Ilmiah Kesehatan Pencerah)*, *7*(1), 1–8.

Marhabatsar, S. N., & Sijid, A. (2021). Review: Penyakit Hipertensi Pada Sistem Kardiovaskular. *Prosiding Biologi Achieving The Sustainable Development Goals With Biodiversity In Confroting CLimate Change*, *7*(1), 72–78. http://journal.uin-alauddin.ac.id/index.php/psb

Nazari, N., & Khairunnisa, Y. (2022). Hubungan Pengetahuan Tentang Diet Rendah Garam Dengan Sikap Pasien Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Kembang Tanjong Kabupaten Pidie. *Serambi Saintia: Jurnal Sains Dan Aplikasi*, *X*(1), 9–14. http://www.ojs.serambimekkah.ac.id/serambi-saintia/article/view/4080

Niga, J. L. (2021). Hubungan Pola Diet Rendah Garam Dengan Perubahan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi. In *SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN WIDYAGAMA HUSADA*.

Nisa, F., Fiddaroini, F., & Ana, K. D. (2024). Hubungan Kepatuhan Diet Rendah Garam Dengan Tekanan Darah Pasien Hipertensi di Klinik Intan Husada Jatirogo Tuban. *Journal of Nursing & Health*, 1–8.

Oktaviani, E., Prastia, T. N., & Dwimawati, E. (2022). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Pra Lansia Di Puskesmas Bojonggede Tahun 2021. *PROMOTOR: Jurnal Mahasiswa Kesehatan Masyarakat*, *5*(2), 135–147.

Palimbong, S., Kurniasari, M. D., & Kiha, R. R. (2018). Keefektifan Diet Rendah Garam I Pada Makanan Biasa Dan Lunak Terhadap Lama Kesembuhan Pasien Hipertensi. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, *3*(1). https://doi.org/10.30651/jkm.v3i1.1574

Pramesti, Y. W. (2023). *Gambaran Kepatuhan Diet Rendah Garam Pada Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Gombong*. https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK558907/

Purwono, J., Sari, R., Ratnasari, A., & Budianto, A. (2020). Pola Konsumsi Garam Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia. *Jurnal Wacana Kesehatan*, *5*(1), 531. https://doi.org/10.52822/jwk.v5i1.120

Ramadhani, E. T., & Sulistyorini, Y. (2018). Faktor Protektif Kejadian Diare Pada Balita Di Surabaya. *FKM_UNAIR*, *6*, 47–56. https://doi.org/10.20473/jbe.v6i1.2018

Saraswati, S. K., Rahmaningrum, F. D., Pahsya, M. N. Z., Paramitha, N., Wulansari, A., Ristantya, A. R., Sinabutar, B. M., Pakpahan, V. E., & Nandini, N. (2021). Literature Review : Faktor Risiko Penyebab Obesitas.

Media Kesehatan Masyarakat Indonesia, *20*(1), 70–74. https://doi.org/10.14710/mkmi.20.1.70-74

Solihati, S., & Ruswanti, R. (2019). Obesitas dengan Kejadian Hipertensi Pada Mahasiswa Baru Universitas Indonesia Tahun 2013 dan 2014. *Jurnal Ilmiah Ilmu Keperawatan Indonesia*, *8*(01), 388–393. https://doi.org/10.33221/jiiki.v8i01.326

Unger, T., Borghi, C., Charchar, F., Khan, N. A., Poulter, N. R., Prabhakaran, D., Ramirez, A., Schlaich, M., Stergiou, G. S., Tomaszewski, M., Wainford, R. D., Williams, B., & Schutte, A. E. (2020). 2020 International Society of Hypertension Global Hypertension Practice Guidelines. *Hypertension*, *75*(6), 1334–1357. https://doi.org/10.1161/HYPERTENSIONAHA.120.15026

Utami, Y. A., Hasnah, R. B., & Putra, E. P. (2020). Hubungan Antara Indeks Massa Tubuh Dengan Tekanan Darah Masyarakat Nagari Alahan Nan Tigo, Kecamatan Asam Jujuhan, Kabupaten Dharmasraya. *Jurnal Kesehatan Saintika Meditory*, *3*(1), 28–33.

Widyaswara, G., Wulandari, T., & Putri, A. C. (2022). Hubungan Pengetahuan Tentang Diet Rendah Garam Dengan Sikap Pasien Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Kembang Tanjong Kabupaten Pidie. *Avicenna : Journal of Health Research*, *5*(1), 19–26.

Yulia, R., Siska, D., & Himawan, D. (2021). Hubungan Indeks Massa Tubuh Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia di Puskesmas Sei Langkai kota Batam Tahun 2021. *ZAHRA: JOURNAL OF HEALTH AND MEDICAL RESEARCH*, *1*(1), 18–24. www.doi.org/...

Yunus, M., Aditya, I. W. C., & Eksa, D. R. (2021). Hubungan Usia Dan Jenis Kelamin Dengan Kejadian Hipertensi Di Puskesmas Haji Pemanggilan Kecamatan Anak Tuha Kab. Lampung Tengah. *Jurnal Ilmu Kedokteran Dan Kesehatan*, *8*(3), 229–239.

Yunus, M. H., Kadir, S., & Lalu, N. A. S. (2023). Hubungan Pola Konsumsi Garam Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia Di Puskesmas Kota Tengah. *Journal Health & Science : Gorontalo Journal Health and Science Community*, *7*(1), 163–171. https://doi.org/10.35971/gojhes.v7i1.16279

LAMPIRAN

Lampiran 1. Jadwal pelaksanaan kegiatan

No	Kegiatan	Okt	Nov	Des	Jan	Feb	Mar	Apr	Mei	Jun	Jul	Ags	Sep	Okt	Nov	Des	Jan
1	Pengajuan tema dan judul	■															
2	Studi pendahuluan		■														
3	Penyusunan skripsi	■	■	■	■	■	■	■	■								
4	Ujian skripsi									■							
5	Uji etik										■						
6	Uji validitas										■						
7	Pelaksanaan penelitian											■					
8	Pengolahan data												■	■			
9	Penyusunan laporan hasil penelitian														■	■	
10	Seminar hasil penelitian																■

Lampiran 2. Surat Izin Studi Pendahuluan

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG
LEMBAGA PENELITIAN DAN PENGABDIAN MASYARAKAT
Sekretariat : Jl. Yos Sudarso no. 461 Gombong, Kebumen Telp. (0287)472433
Email: lppm@unimugo.ac.id Web: http://unimugo.ac.id/

No : 720.1/IV.3.LPPM/A/XI/2023
Hal : Permohonan Ijin
Lampiran : -

Gombong, 03 November 2023

Kepada :
Yth. Kepala Puskesmas Adimulyo

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Teriring do'a semoga kita dalam melaksanakan tugas sehari-hari senantiasa mendapat lindungan dari Allah SWT. Aamiin

Sehubungan dengan akan dilaksanakannya penelitian bagi mahasiswa Keperawatan Program Sarjana Universitas Muhammadiyah Gombong, dengan ini kami mohon kesediaannya untuk memberikan ijin kepada mahasiswa kami:

Nama : Mokhamad Anwar
NIM : A12020074
Judul Penelitian : Hubungan Pola Diet Rendah Garam dan Glukosa dengan Perubahan Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi.
Keperluan : Ijin Studi Pendahuluan

Demikian atas perhatian dan ijin yang diberikan kami ucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr.Wb.

Kepala LPPM
Universitas Muhammadiyah Gombong

Arnika Dwi Asti, M.Kep

UNIMUGO
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG
Berkarakter & Mencerahkan

Lampiran 3. Surat Balasan Izin Studi Pendahuluan

PEMERINTAH KABUPATEN KEBUMEN
DINAS KESEHATAN, PENGENDALIAN PENDUDUK
DAN KELUARGA BERENCANA
PUSKESMAS ADIMULYO
Jl. Raya Kemujan No. 5 Adimulyo Telp. (0287) 6655187
E-Mail : puskadimulyo@gmail.com Kode Pos 54363

Adimulyo, 25 November 2023

Nomor : 070 / 1564
Sifat : Biasa
Lampiran : -
Perihal : Surat Balasan

Kepada
Yth : Kepala LPPM Universitas Muhammadiyah Gombong
di -
Gombong

Berdasarkan surat dari Kepala LPPM Universitas Muhamadiyah Gombong Tertanggal 03 November 2023, Nomor : 720.1/IV.3.LPPM/A/XI/2023, Perihal Permohonan Ijin dan Surat dari Dinas Kesehatan, Pengendalian Penduduk dan Keluarga Berencana, Tertanggal 15 November 2023, Nomor : 070/20261, Perihal Jawaban Permohonan Izin Studi Pendahluan atas nama :

Nama	:	Mokhamad Anwar
NIM	:	A12020074
Prodi	:	Sarjana Keperawatan
Judul Penelitian	:	Hubungan Pola Diet Rendah Garam dan Glukosa dengan Perubahan Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi

Terkait hal tersebut, Puskesmas Adimulyo tidak keberatan dan memberikan ijin bagi mahasiswa tersebut untuk melakukan penelitian sesuai dengan ketentuan sebagai berikut :

1. Melampirkan keterangan bukti vaksin minimal dosis II
2. Pelaksanaan kegiatan tidak menganggu tugas pokok/ pelayanan instansi
3. Kegiatan penelitian dilaksanakan pada bulan November 2023
4. Melibatkan dan berkoordinasi dengan pelaksana program
5. Mengumpulkan laporan hasil ke instansi tempat pelaksanaan kegiatan.

Demikian atas perhatian disampaikan terima kasih.

KEPALA PUSKESMAS ADIMULYO
KABUPATEN KEBUMEN

drg. RATIH DWI KARTIKASARI
Pembina
NIP. 19780210 200501 2 009

Lampiran 4. Surat Izin Penelitian

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG
LEMBAGA PENELITIAN DAN PENGABDIAN MASYARAKAT
Sekretariat : Jl. Yos Sudarso no. 461 Gombong, Kebumen Telp. (0287)472433
Email: lppm@unimugo.ac.id Web: http://unimugo.ac.id/

No : 777.5/II.3.AU/PN/VIII/2024 Gombong, 19 Agustus 2024
Hal : Permohonan Ijin
Lampiran : -

Kepada :
Yth. Kepada Dinas Kesehatan kabupaten Kebumen

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Teriring do'a semoga kita dalam melaksanakan tugas sehari-hari senantiasa mendapat lindungan dari Allah SWT. Aamiin

Sehubungan dengan akan dilaksanakannya penelitian bagi mahasiswa Keperawatan Program Sarjana Universitas Muhammadiyah Gombong, dengan ini kami mohon kesediaannya untuk memberikan ijin kepada mahasiswa kami:

Nama : MOKHAMAD ANWAR
NIM : A12020074
Judul Penelitian : Hubungan Pola Diet Rendah Garam dan Obesitas dengan Pengaruh Tekanan Darah Pada Pralansia Penderita Hipertensi di Puskesmas Adimulyo
Keperluan : Ijin Penelitian

Demikian atas perhatian dan ijin yang diberikan kami ucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr.Wb.

Kepala LPPM
Universitas Muhammadiyah Gombong

Arnika Dwi Asti, M.Kep

UNIMUGO UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG
Berkarakter & Mencerahkan

Lampiran 5. Surat Balasan Izin Penelitian



PEMERINTAH KABUPATEN KEBUMEN

DINAS KESEHATAN, PENGENDALIAN PENDUDUK DAN KELUARGA BERENCANA

Jalan HM. Sarbini Nomor 89 Kebumen, Kodepos 54316
Telepon (0287) 381572, Faksimile (0287) 384873
Laman https://kesehatanppkb.kebumenkab.go.id
Pos-el dinkesppkb.kebumen@gmail.com

Kebumen, 31 Agustus 2024

Nomor : 400.14.5.4 / 1705 / 2024
Sifat : Biasa
Lampiran : -
Hal : Jawaban Permohonan Ijin Penelitian

Yth. 1. Kepala LPPM Universitas Muhammadiyah Gombong
di
Tempat

Menindaklanjuti surat dari Kepala LPPM Universitas Muhammadiyah Gombong No: 777.5/II.3.AU/PN/VIII/2024 tanggal 19 Agustus 2024 perihal Permohonan Ijin, bersama ini disampaikan bahwa Dinas Kesehatan, Pengendalian Penduduk dan Keluarga Berencana Kabupaten Kebumen pada dasarnya tidak keberatan dan memberikan Ijin Penelitian kepada Mokhamad Anwar, mahasiswa Keperawatan Program Sarjana Universitas Muhammadiyah Gombong. Judul Penelitian Hubungan Pola Diet Rendah Garam dan Obesitas dengan Pengaruh Tekanan Darah pada Pralansia Penderita Hipertensi di Puskesmas Adimulyo.

Untuk melakukan penelitian, dengan ketentuan sebagai berikut :

1. Pelaksanaan kegiatan tidak mengganggu tugas pokok/pelayanan instansi
2. Kegiatan penelitian dilaksanakan bulan Agustus - September 2024
3. Melibatkan dan berkoordinasi dengan pelaksana program
4. Mengumpulkan laporan hasil ke instansi tempat pelaksanaan kegiatan

Demikian untuk menjadikan perhatian dan atas kerjasamanya disampaikan terima kasih.

Kepala Dinas Kesehatan, Pengendalian
Penduduk Dan Keluarga Berencana
Kabupaten Kebumen

Dokumen ini ditandatangani secara elektronik

dr. Iwan Danardono, Sp.Rad,M.M.R
Pembina Utama Muda (IV/c)
NIP. 196803211999031006

Tembusan:

1. Kepala Puskesmas Adimulyo

Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan oleh Balai Sertifikasi Elektronik (BSrE), Badan Siber dan Sandi Negara

Lampiran 6. Surat Keterangan Lolos Uji Etik

KOMISI ETIK PENELITIAN KESEHATAN
HEALTH RESEARCH ETHICS COMMITTEE
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG

eCertificate

KETERANGAN LAYAK ETIK
DESCRIPTION OF ETHICAL EXEMPTION
"ETHICAL EXEMPTION"
Nomor : 235.6/II.3.AU/F/KEPK/VIII/2024

No. Protokol : 11113001043

Peneliti / *Researcher* : Mokhamad Anwar

Nama Institusi / *Name of The Institution* : KEPK Universitas Muhammadiyah Gombong

"HUBUNGAN POLA DIET RENDAH GARAM DAN OBESITAS DENGAN PENGARUH TEKANAN DARAH PADA PRALANSIA PENDERITA HIPERTENSI DIDESA PUSKESMAS ADIMULYO"

"THE RELATIONSHIP BETWEEN LOW SALT DIET PATTERNS AND OBESITY WITH THE INFLUENCE OF BLOOD PRESSURE IN ELDERLY PEOPLE WITH HYPERTENSION IN THE ADIMULYO COMMUNITY HEALTH CENTER VILLAGE"

Dinyatakan layak etik sesuai 7 (tujuh) Standar WHO 2011, yaitu 1) Nilai Sosial, 2) Nilai Ilmiah, 3) Pemerataan Beban dan Manfaat, 4) Risiko, 5) Bujukan/Eksploitasi, 6) Kerahasiaan dan Privacy, dan 7) Persetujuan Setelah Penjelasan, yang merujuk pada Pedoman CIOMS 2016. Hal ini seperti yang ditunjukkan oleh terpenuhinya indikator setiap standar.

Declared to be ethically appropriate in accordance to 7 (seven) WHO 2011 Standards, 1) Social Values, 2) Scientific Values, 3) Equitable Assessment and Benefits, 4) Risks, 5) Persuasion/Exploitation, 6) Confidentiality and Privacy, and 7) Informed Concent, referring to the 2016 CIOMS Guidelines. This is as indicated by the fulfillment of the indicators of each standard.

Pernyataan Laik Etik ini berlaku selama kurun waktu tanggal 05 Agustus 2024 sampai dengan tanggal 05 Agustus 2025
This declaration of ethics applies during the period August 05, 2024 until August 05, 2025

August 05, 2024
Professor and Chairperson,

Ning Iswati, M.Kep

Lampiran 7. Surat Keterangan Lolos Uji Plagiarisme

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG
PERPUSTAKAAN
Jl. Yos Sudarso No. 461, Telp./Fax. (0287) 472433 GOMBONG, 54412
Website : https://library.unimugo.ac.id/
E-mail : lib.unimugo@gmail.com

SURAT PERNYATAAN CEK SIMILARITY/PLAGIASI

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Sawiji, M.Sc
NIK 96009
Jabatan : Kepala UPT Perpustakaan, Multimedia, SIM, dan IT

Menyatakan bahwa karya tulis di bawah ini **sudah lolos** uji cek similarity/plagiasi:

Judul : HUBUNGAN POLA DIET RENDAH GARAM & OBESITAS DENGAN PERUBAHAN TEKANAN DARAH PADA PRALANSIA PENDERITA HIPERTENSI DIPUSKESMAS ADIMULYO

Nama : Mokhamad Anwar
NIM : A12020074
Program Studi : S1 Keperawatan
Hasil Cek : 26%

Gombong, 12 Desember 2024

Pustakawan

(Dwi Sundarsih, S.I. Pust)

Mengetahui,
Kepala UPT Perpustakaan, Multimedia, SIM, dan IT

(Sawiji, M.Sc)

Lampiran 8. Persetujuan Responden

LEMBAR PERMOHONAN MENJADI RESPONDEN

Kepada Yth:

Calon Responden

Ditempat

Assalamu`alaikum Wr. Wb

Dengan Hormat

Saya yang bertanda tangan dibawah ini adalah mahasiswa Program Studi Keperawatan Program Sarjana Universitas Muhammadiyah Gombong

Nama : Mokhamad Anwar

NIM : A12020074

Akan mengadakan penelitian tentang "Hubungan Pola Diet Rendah Garam & Obesitas Dengan Pengaruh Tekanan Darah Pada Pralansia Penderita Hipertensi di Puskesmas Adimulyo". Penelitian ini tidak menimbulkan akibat buruk bagi saudara/i sebagai responden. Kerahasiaan informasi yang diberikan akan dijaga dan hanya digunakan untuk penelitian. Apabila saudara/i menyetujui, maka dengan ini saya mohon kesediaan responden untuk menandatangani lembar persetujuan menjadi responden dan menjawab pertanyaan-pertanyaan yang ada dalam kuesioner, dan apabila saudara/i menolak menjadi responden, saudara/i bisa mengundurkan diri dan menolak penandatanganan surat pernyataan yang diberikan oleh peniliti.

Atas bantuan serta kerjasamanya saya ucapkan terima kasih

Kebumen…….....2024

Peneliti

Lampiran 9. ***Informed Consent***

LEMBAR PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

No. Responden :

Umur :

Pendidikan :

Saya menyatakan bersedia untuk berpartisipasi menjadi partisipan dan sudah mendapatkan penjelasan terkait prosedur penelitian yang akan dilakukan oleh Mahasiswa Program Studi Keperawatan Program Sarjana Universitas Muhammadiyah Gombong dengan judul "Hubungan Pola Diet Rendah Garam & Obesitas Dengan Pengaruh Tekanan Darah Pada Pralansia Penderita Hipertensi di Puskesmas Adimulyo"

Saya menyadari bahwa penelitian ini tidak berakibat negatif kepada saya, sehingga jawaban yang saya berikan adalah yang sebenarnya dan data mengenai saya dalam penelitian ini akan dijaga kerahasiannya oleh peneliti. Semua berkas yang mencantumkan identitas saya hanya akan digunakan untuk keperluaan pengolahan data dan bila sudah tidak digunakan lagi akan dimusnahkan. Demikian persetujuan ini saya tanda tangani dengan sukarela tanpa ada paksaan dari pihak manapun. Apabila saudara/i masih ada yang perlu dipertanyakan, maka saudara/i bisa menghubungi peniliti dengan nomor 089 542 487 9933

Atas bantuan serta kerjasamanya, saya mengucapkan terima kasih.

Kebumen…..2024

(……)

Responden

Lampiran 10. Kuesioner

KUESIONER PENELITIAN

Hubungan Pola Diet Rendah Garam & Obesitas Dengan Pengaruh Tekanan Darah Pada Pralansia Penderita Hipertensi Di Puskesmas Adimulyo

Berikut adalah kuesioner yang berkaitan dengan penelitian tentang hubungan pola diet rendah garam & obesitas dengan pengaruh tekanan darah pada lansia. Dengan ini saya memohon kepada anda untuk dapat mengisi kuesioner berikut ini. Atas ketersediaan dari partisipan anda sekalian untuk mengisi kuesioner yang ada saya ucapkan terima kasih.

IDENTITAS RESPONDEN

Nama Inisial :

Usia :

Jenis Kelamin :

Berat Badan :

Tinggi Badan :

IMT :

DATA KUESIONER

Mohon untuk memberikan tanda (√) pada setiap pertanyaan yang anda pilih

Keterangan :

SS = Sangat Setuju

S = Setuju

TS = Tidak setuju

STS = Sangat Tidak Setuju

KUESIONER POLA DIET RENDAH GARAM & OBESITAS

No	Pertanyaan	Jawaban				
		SS	S	TS	STS	SKOR
1.	Saya suka mengkonsumsi makanan yang bercitarasa asin dalam keseharian					
2	Saya suka mengkonsumsi makanan yang diawetkan seperti ikan asin & telor asin					
3	Ketika memasak saya suka menambahkan msg / micin berlebih dari takaran umumnya (lebih dari 3mg) pada masakan saya					
4	Saya sangat senang jika mengkonsumsi makanan atau lauk yang memiliki rasa asin dominan					
5	Saya membatasi mengkonsumsi makanan yang mengandung garam					
6	Saya memahami jika makanan yang asin dapat menikatkan tekanan darah dalam tubuh					
7	Saya memahami bahwa obesitas / kegemukan bisa menyebabkan tekanan darah menjadi naik					
8	Saya suka mengkonsumsi makanan yang berlemak tinngi (seperti jeroan, atau gajih)					

No	Pertanyaan	Jawaban				
		SS	S	TS	STS	SKOR
9	Saya suka mengkonsumsi makanan cepat saji (junk food)					
10	Saya biasanya masih sembarangan dalam memilah jenis makanan					

Sumber : Pramesti, 2023

Skor yang di dapat responden

---

x 100% Skor maksimal

Lampiran 11. Hasil Analisa Data

Statistics

		Kategori Usia	Kategori Jenis Kelamin	Kategori Hipertensi	Kategori IMT	Kategori Pola Diet Rendah Garam
N	Valid	35	35	35	35	35
	Missing	0	0	0	0	0
Mean		1.00	1.69	1.91	2.11	1.63
Median		1.00	2.00	2.00	2.00	2.00
Mode		1	2	1	3	2
Minimum		1	1	1	1	1
Maximum		1	2	3	3	2

Frequency Table

Kategori Usia

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Pra Lansia	35	100.0	100.0	100.0

Kategori Jenis Kelamin

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Laki-laki	11	31.4	31.4	31.4
	Perempuan	24	68.6	68.6	100.0
	Total	35	100.0	100.0	

Kategori Hipertensi

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Pra Hipertensi	13	37.1	37.1	37.1
	Hipertensi Tahap I	12	34.3	34.3	71.4
	Hipertensi Tahap II	10	28.6	28.6	100.0
	Total	35	100.0	100.0	

Kategori IMT

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Normal	10	28.6	28.6	28.6
	Gemuk	11	31.4	31.4	60.0
	Obesitas	14	40.0	40.0	100.0
	Total	35	100.0	100.0	

Kategori Pola Diet Rendah Garam

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Baik	13	37.1	37.1	37.1
	Buruk	22	62.9	62.9	100.0
	Total	35	100.0	100.0	

Crosstabs

Case Processing Summary

	Cases					
	Valid		Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
Pola Diet Rendah Garam * Tensi	35	100.0%	0	0.0%	35	100.0%
Obesitas * Tensi	35	100.0%	0	0.0%	35	100.0%

Pola Diet Rendah Garam * Tensi Crosstabulation

			Tensi			Total
			Pra Hipertensi	Hipertensi Tahap I	Hipertensi Tahap II	
Pola Diet Rendah Garam	Baik	Count	10	2	1	13
		% within Pola Diet Rendah Garam	76.9%	15.4%	7.7%	100.0%
	Buruk	Count	3	10	9	22
		% within Pola Diet Rendah Garam	13.6%	45.5%	40.9%	100.0%
Total		Count	13	12	10	35
		% within Pola Diet Rendah Garam	37.1%	34.3%	28.6%	100.0%

Obesitas * Tensi Crosstabulation

			Tensi			Total
			Pra Hipertensi	Hipertensi Tahap I	Hipertensi Tahap II	
Obesitas	Normal	Count	10	0	0	10
		% within Obesitas	100.0%	0.0%	0.0%	100.0%
	Gemuk	Count	3	8	0	11
		% within Obesitas	27.3%	72.7%	0.0%	100.0%
	Obesitas	Count	0	4	10	14
		% within Obesitas	0.0%	28.6%	71.4%	100.0%
Total		Count	13	12	10	35
		% within Obesitas	37.1%	34.3%	28.6%	100.0%

Nonparametric Correlations

Correlations

			Pola Diet Rendah Garam	Obesitas	Tensi
Spearman's rho	Pola Diet Rendah Garam	Correlation Coefficient	1.000	.673**	.588**
		Sig. (2-tailed)	.	.000	.000
		N	35	35	35
	Obesitas	Correlation Coefficient	.673**	1.000	.885**
		Sig. (2-tailed)	.000	.	.000
		N	35	35	35
	Tensi	Correlation Coefficient	.588**	.885**	1.000
		Sig. (2-tailed)	.000	.000	.
		N	35	35	35

**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Lampiran 12. Lembar Bimbingan

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

PROGRAM S1 KEPERAWATAN PROGRAM SARJANA

Jl Yos Sudarso No.461, Telp.Fax (0287) 472433, Gombong 54412

Nama Mahasiswa : Mokhamad Anwar

NIM : A12020074

Pembimbing : Putra Aglna W.S., M.Kep.

Tanggal Bimbingan	Topik / Materi Bimbingan	Paraf Pembimbing
03/10/2023	Penentuan topik skripsi - Penentuan tema dan tempat penelitian	
25/11/2023	Konsul judul (Revisi) - Penambahan dependen pada judul skripsi menjadi 2 dependen	
25/11/2023	Kosnsul Bab I (Revisi) - Penambahan paragraf dalam dependent kedua	
25/11/2023	Konsul Bab II (Revisi) - Rata kanan kiri di paragraph - Penempatan tulisan pada gambar - Kerangka teori & kerangka konsep	
08/12/2023	Konsul judul (Acc) - Judul yang dipakai sekarang	
21/02/2023	Konsul Bab I (Acc) - Penambahan paragraf pada dependen kedua	
21/02/2024	Konsul Bab II (Acc) - Rata kanan kiri di paragraph - Penempatan tulisan pada gambar	

Universitas Muhammadiyah Gombong

	- Kerangka teori & kerangka konsep	
21/02/2024	Konsul Bab III (Revisi) - Tabel definisi operasional - Kategori obesitas - Kategori tekanan darah	
02/03/2024	Konsul Bab III (Acc) - Tabel definisi operasional - Kategori obesitas - Kategori tekanan darah	
02/03/2024	Konsul lampiran-lampiran (Revisi) - Lembar persetujuan responden - Lembar kuesioner	
15/03/2024	Konsul lampiran-lampiran (Acc) - Lembar persetujuan responden - Lembar kuesioner	
25/03/2024	ACC	
27/08/2024	Konsul Bab IV & Bab V (Revisi) - Font pada tabel - Hasil SPPS	
12/09/2024	Konsul Bab IV & Bab V - Lampiran daftar data responden	

Mengetahui

Ketua Prodi Keperawatan Program Sarjana

(Cahyu Septiwi, M.Kep.Sp.Kep.MB,Ph.)