

**GAMBARAN ASUPAN NATRIUM, POLA MAKAN DAN KEPATUHAN DIET
RENDAH GARAM PADA PASIEN HIPERTENSI RAWAT INAP
DI RSUD KOTA KENDARI**

Tugas Akhir

Disusun Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Menyelesaikan Pendidikan Diploma III Gizi



OLEH :

SARNILA

NIM. P00331019030

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KENDARI
PROGRAM STUDI D-III GIZI
2022**

HALAMAN PENGESAHAN

TUGAS AKHIR

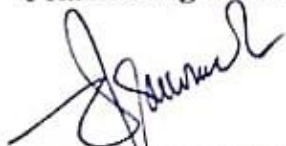
**GAMBARAN ASUPAN NATRIUM, POLA MAKAN DAN KEPATUHAN DIET
RENDAH GARAM PADA PASIEN HIPERTENSI RAWAT INAP
DI RSUD KOTA KENDARI**

Yang diajukan oleh :

SARNILA
P00331019030

Telah disetujui oleh :

Pembimbing Utama,



Suwarni, DCN, MPH.
NIP. 19610611199032001

Tanggal...22 Agustus 2022

Pembimbing Pendamping



Masrif, SKM, M.Kes.
NIP. 197308181995031002

Tanggal...22 Agustus 2022

PENGESAHAN DEWAN PENGUJI UJIAN AKHIR PROGRAM

Tugas Akhir

**GAMBARAN ASUPAN NATRIUM, POLA MAKAN DAN KEPATUHAN DIET
RENDAH GARAM PADA PASIEN HIPERTENSI RAWAT INAP
DI RSUD KOTA KENDARI**

Oleh :
SARNILA
P00331019030

Telah diuji dan disetujui pada tanggal :

TIM DEWAN PENGUJI

- | | | |
|------------------------------------|---------------------|-------|
| 1. Suwarni, DCN, MPH | Ketua Dewan Penguji | |
| 2. Masrif, SKM, M.Kes | Sekretaris Penguji | |
| 3. Euis Nurlaela, S.Gz, M.Kes | Anggota Penguji | |
| 4. Evi Kusumawati, SST, M.Si., Med | Anggota Penguji | |
| 5. Kasmawati, S.Gz, M.Kes | Anggota Penguji | |

Mengetahui :

Ketua Jurusan Gizi Poltekkes Kendari


Sri Yunanci V. G., SST, MPH
NIP. 19691006199203 2 002

Ketua Program Studi D.III


Euis Nurlaela, S.Gz, M.Kes
NIP.19780504200012 2 001

**GAMBARAN ASUPAN NATRIUM, POLA MAKAN DAN KEPATUHAN DIET
RENDAH GARAM PADA PASIEN HIPERTENSI RAWAT INAP
DI RSUD KOTA KENDARI**

RINGKASAN

Sarnila

Dibawah bimbingan Suwarni dan Masrif

Latar Belakang : Hipertensi merupakan penyakit yang terjadi akibat peningkatan tekanan darah. Hipertensi sering tidak menimbulkan tanda – tanda, sedangkan tekanan darah yang terus menerus tinggi dalam jangka waktu lama bisa menyebabkan komplikasi. Oleh sebab itu, hipertensi wajib dideteksi dini yaitu dengan pemeriksaan tekanan darah secara berkala. Asupan natrium tinggi dapat menyebabkan peningkatan volume plasma, curah jantung dan tekanan darah. Natrium menyebabkan tubuh menahan air dengan tingkat melebihi ambang batas normal tubuh sehingga dapat meningkatkan volume darah dan tekanan darah tinggi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran asupan natrium, pola makan dan kepatuhan diet rendah garam pada pasien hipertensi rawat inap di RSUD Kota Kendari.

Metode : penelitian ini merupakan penelitian deskriptif dengan pendekatan survey dan telah dilaksanakan pada tanggal 15 – 30 juni 2022 bertepatan di ruang Lavender dan Sakura RSUD Kota Kendari. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini yaitu 31 pasien hipertensi. Teknik sampling yang digunakan yaitu *Accidental sampling*.

Hasil : penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar 58,06% asupan natrium sampel berada pada kategori lebih, 54,83% pola makan sampel berada pada kategori tidak baik, sedangkan kepatuhan diet rendah garam sebagian besar sampel 54,83% berada pada kategori tidak patuh. Terdapat hubungan antara asupan natrium, pola makan dan kepatuhan diet rendah garam dengan kejadian hipertensi.

Saran : Perlu adanya edukasi lebih dari petugas kesehatan terhadap pasien hipertensi agar pasien senantiasa mengetahui, menjaga dan menciptakan pola makan yang baik sehingga dapat mengurangi kejadian hipertensi

Kata Kunci : Asupan Natrium, Pola Makan, Kepatuhan Diet Rendah Garam

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan atas kehadiran Allah SWT, berkat rahmat dan karunia-Nya penulis dapat menyelesaikan penulisan Tugas Akhir ini dengan judul "Gambaran Asupan Natrium, Pola Makan dan Kepatuhan Diet Rendah Garam pada Pasien Hipertensi Rawat Inap di RSUD Kota Kendari" sebagai salah satu syarat dalam menyelesaikan pendidikan Diploma III Gizi.

Proses penyusunan tugas akhir ini telah melewati perjalanan panjang dalam penyusunannya yang tentunya tidak lepas dari bantuan moril dan materil pihak lain. Karena itu sudah sepatutnya penulis dengan segala kerendahan dan keihlasan hati menyampaikan ucapan terimakasih kepada :

1. Bapak Direktur Politeknik Kesehatan Kendari Teguh F. Rahman, SKM, MPPM
2. Ibu Ketua Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kendari Sri Yunanci V.Globel, SST., MPH
3. Ibu Suwarni, DCN, MPH selaku dosen pembimbing I yang telah meluangkan waktu, memberikan bimbingan, dukungan, arahan, dan motivasi dalam penyusunan proposal ini.
4. Bapak Masrif, SKM, M.Kes. Selaku dosen pembimbing II yang telah meluangkan waktu, memberikan bimbingan, dukungan, arahan, dan motivasi dalam penyusunan proposal.
5. Seluruh dewan penguji, atas masukan, saran dan kritikan yang dibutuhkan dalam penyusunan proposal ini.

6. Seluruh dosen pengajar dan staf jurusan gizi politeknik kesehatan kendari atas segala nasehat dan ilmu yang diberikan selama ini.
7. Kepala RSUD Kota Kendari beserta seluruh staf atas dukungan yang diberikan dalam menyusun Tugas Akhir ini berupa izin untuk pengambilan data dan meneliti di rumah sakit tersebut
8. Teman-teman yang tidak bisa saya sebutkan satu per satu khususnya DIII kelas A yang telah memberikan banyak bantuan selama penulis menempuh pendidikan di politeknik kesehatan Kendari.
9. Ucapan terimakasih yang tidak terlihat harganya penulis persembahkan kepada ayahanda saya (Syarifuddin K) dan ibunda saya (Hasni Lambo) serta saudara - saudara saya (Muhammad Aprizal. S), (Ashar. S), (Afdal. S) yang senantiasa memberikan dukungan moril, semangat dan doa yang tiada hentinya.

Akhirnya penulis menyadari bahwa tugas akhir ini masih jauh dari kesempurnaan, maka dari itu saran dan kritik yang sifatnya membangun untuk kesempurnaan penulisan sangat diharapkan. Atas saran dan kritik, penulis ucapkan banyak terimakasih.

Semoga tugas akhir ini bermanfaat bagi pembaca, Aamiin.

Kendari, Juli 2022

SARNILA

DAFTAR ISI

RINGKASAN.....	iii
KATA PENGANTAR.....	iv
DAFTAR ISI.....	vi
DAFTAR TABEL.....	viii
DAFTAR GAMBAR.....	ix
DAFTAR LAMPIRAN.....	x
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	6
C. Tujuan Penelitian.....	6
D. Manfaat Penelitian.....	6
E. Keaslian Penelitian.....	8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	9
A. Tinjauan Umum Hipertensi.....	9
B. Tinjauan Umum Asupan Natrium.....	23
C. Tinjauan Umum Pola Makan.....	25
D. Tinjauan Umum Kepatuhan Diet Rendah Garam.....	30
E. Kerangka Teori Dan Kerangka Konsep.....	36
BAB III METODE PENELITIAN.....	38
A. Jenis Penelitian.....	38
B. Tempat Dan Waktu Penelitian.....	38
C. Populasi dan Sampel.....	38
D. Variabel Penelitian.....	40
E. Jenis Dan Cara Pengumpulan Data.....	40
F. Pengolahan Dan Analisis Data.....	41
G. Penyajian Data.....	43
H. Definisi Operasional.....	43

BAB IV	HASIL DAN PEMBAHASAN	45
A.	HASIL.....	45
1.	Gambaran Umum Lokasi Penelitian.....	45
2.	Gambaran Umum Karakteristik Sampel.....	46
3.	Gambaran Umum Variabel Penelitian	49
B.	PEMBAHASAN.....	51
BAB V	KESIMPULAN DAN SARAN.....	58
A.	Kesimpulan	58
B.	Saran.....	58
DAFTAR PUSTAKA	59
LAMPIRAN	61

DAFTAR TABEL

Nomor	Halaman
Tabel 1. Kealian Penelitian	8
Tabel 2. Klasifikasi Batasan Darah Menurut JNC VIII	14
Tabel 3. Distribusi Sampel Menurut Jenis Kelamin.....	46
Tabel 4. Distribusi Sampel Menurut Umur.....	47
Tabel 5. Distribusi sampel Menurut Tingkat Pendidikan	48
Tabel 6. Distribusi Sampel Menurut Pekerjaan.....	49
Tabel 7. Distribusi Sampel Berdasarkan Asupan Natrium.....	49
Tabel 8. Distribusi Sampel Berdasarkan Pola Makan.....	50
Tabel 9. Distribusi Sampel Berdasarkan Kepatuhan Diet Rendah Garam.....	50

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Teori.....	36
Gambar 2. Kerangka Konsep.....	37

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Kuisisioner Sampel	60
Lampiran 2. Master Tabel.....	66
Lampiran 3. Dokumentasi.....	68