



**Kemenkes**  
**Poltekkes Tasikmalaya**

**LAPORAN TUGAS AKHIR**

Disusun guna mencapai derajat Ahli Madya Gizi

**GAMBARAN ASUPAN NATRIUM DAN STATUS GIZI  
PADA PENDERITA HIPERTENSI DI WILAYAH  
KERJA UPTD PUSKESMAS SAMBONGPARI  
KOTA TASIKMALAYA**

Disusun oleh :

**DEWI NUR AZIZAH**  
**NIM.P2.O6.31.1.22.049**

**PROGRAM STUDI DIPLOMA TIGA GIZI TASIKMALAYA**  
**JURUSAN GIZI**  
**POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA**  
**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA TAHUN**



## KATA PENGANTAR

Dengan menyebut nama Allah SWT yang Maha Pengasih lagi Maha Penayang, Saya panjatkan puja dan puji syukur atas kehadiran-Nya, yang telah melimpahkan rahmat, hidayah, dan inayah-Nya kepada saya, sehingga saya dapat menyelesaikan Proposal Tugas Akhir dengan judul “Gambaran Asupan Natrium dan Status Gizi Pada Penderita Hipertensi di UPTD Puskesmas Sambongpari Kota Tasikmalaya”. Sholawat serta salam semoga selalu tercurah limpahkan Panutan Alam sepanjang masa Rasulullah SAW, kepada keluarga, sahabat, dan umatnya.

Laporan Tugas Akhir ini terwujud atas bimbingan, pengarahan, dan bantuan dari berbagai pihak yang tidak bisa disebutkan satu per satu dan pada kesempatan kali ini penulis menyampaikan terima kasih kepada :

1. Allah SWT., yang telah memberikan kelancaran, kesehatan, dan kemudahan kepada penulis sehingga penyusunan Proposal Tugas Akhir ini dapat terselesaikan dengan baik sesuai harapan.
2. Kedua orang tua dan kakak saya tercinta yang selalu memberikan do’a, motivasi, semangat, serta dukungan baik secara moril maupun materi sehingga penyusunan Proposal Tugas Akhir ini dapat terselesaikan dengan baik.
3. Ibu Dr. Dini Mariani, S.Kep, Ners, M.Kep selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Tasikmalaya
4. Bapak Sumarto, STP., MP selaku Ketua Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Tasikmalaya.
5. Ibu Marianawati Saragih, M.Gizi selaku Dosen Pembimbing Akademik dan Proposal Tugas Akhir Program Studi D III Gizi Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Tasikmalaya.
6. Bapak/Ibu Dosen dan Staff Program Studi D III Gizi Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya yang telah memberikan pengajaran dan bimbingan selama perkuliahan.
7. Tentunya kepada diri saya sendiri Dewi Nur Azizah yang telah berjuang keras baik suka maupun duka. Apresiasi sebesar besarnya karena telah bertanggung jawab

untuk menyelesaikan apa yang telah dimulai hingga mencapai titik ini.

8. Tidak lupa saya ucapkan kepada my team Ruang Diskusi. Tak ada satu ide pun yang lahir dari satu kepala, semua itu tercipta dari diskusi, tawa, dan tanya jawab kita bersama. Terimakasih RD karena lewat setiap dialog, kita saling menginspirasi dan mendorong batas yang kita tahu.
9. Seluruh teman-teman mahasiswa tingkat III program studi D III Gizi Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Tasikmalaya atas seluruh suport serta telah membantu penulis saat menyusun Proposal Tugas Akhir ini.

Penulis menyadari masih terdapat banyak kekurangan dan kesalahan. Oleh karenanya, kritik dan saran yang bersifat membangun sangat penulis harapkan agar menjadikan Proposal Tugas Akhir ini lebih baik. Penulis juga berharap semoga laporan ini bisa memberi manfaat untuk para pembaca

Tasikmalaya, 28 Mei 2025

Penulis

## DAFTAR ISI

|                                                         |             |
|---------------------------------------------------------|-------------|
| <b>HALAMAN PERSETUJUAN .....</b>                        | <b>i</b>    |
| <b>LEMBAR PENGESAHAN .....</b>                          | <b>ii</b>   |
| <b>SURAT PERNYATAAN ORISINILITAS KARYA ILMIAH .....</b> | <b>iii</b>  |
| <b>PERNYATAAN PESETUJUAN PUBLIKASI .....</b>            | <b>iv</b>   |
| <b>INTISARI .....</b>                                   | <b>v</b>    |
| <b>ABSTRACT .....</b>                                   | <b>v</b>    |
| <b>KATA PENGANTAR .....</b>                             | <b>vii</b>  |
| <b>DAFTAR ISI .....</b>                                 | <b>ix</b>   |
| <b>DAFTAR TABEL .....</b>                               | <b>xi</b>   |
| <b>DAFTAR GAMBAR .....</b>                              | <b>xii</b>  |
| <b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>                            | <b>xiii</b> |
| <b>BAB I.....</b>                                       | <b>1</b>    |
| <b>PENDAHULUAN .....</b>                                | <b>1</b>    |
| <b>A. Latar belakang.....</b>                           | <b>1</b>    |
| <b>B. Rumusan masalah .....</b>                         | <b>2</b>    |
| <b>C. Tujuan penelitian .....</b>                       | <b>3</b>    |
| <b>D. Manfaat.....</b>                                  | <b>3</b>    |
| <b>BAB II .....</b>                                     | <b>4</b>    |
| <b>TINJAUAN PUSTAKA.....</b>                            | <b>4</b>    |
| <b>A. Tinjauan Teori .....</b>                          | <b>4</b>    |
| 1. Hipertensi.....                                      | 4           |
| 2. Natrium.....                                         | 9           |
| 3. Status gizi.....                                     | 12          |
| <b>B. Kerangka Teori.....</b>                           | <b>17</b>   |
| <b>BAB III.....</b>                                     | <b>18</b>   |
| <b>METODE PENELITIAN .....</b>                          | <b>18</b>   |
| <b>A. Jenis Penelitian.....</b>                         | <b>18</b>   |
| <b>B. Waktu dan Tempat Penelitian .....</b>             | <b>18</b>   |
| <b>C. Populasi dan Sampel.....</b>                      | <b>18</b>   |
| <b>D. Variabel dan Definisi Operasional .....</b>       | <b>20</b>   |
| <b>E. Teknik Pengumpulan Data .....</b>                 | <b>21</b>   |
| 1. Jenis Data .....                                     | 21          |
| 2. Cara Pengambilan Data.....                           | 21          |

|                                             |           |
|---------------------------------------------|-----------|
| 3. Instrumen Penelitian.....                | 22        |
| <b>F. Pengolahan dan Analisis Data.....</b> | <b>22</b> |
| 1. Teknik Pengolahan Data.....              | 22        |
| <b>G. Jalannya Penelitian .....</b>         | <b>23</b> |
| 1. Tahap Persiapan.....                     | 23        |
| 2. Tahap pelaksanaan .....                  | 23        |
| 3. Tahap Akhir.....                         | 24        |
| <b>BAB IV .....</b>                         | <b>25</b> |
| <b>HASIL DAN PEMBAHASAN .....</b>           | <b>25</b> |
| A. Hasil.....                               | 25        |
| B. Pembahasan .....                         | 30        |
| <b>BAB V .....</b>                          | <b>36</b> |
| <b>PENUTUP.....</b>                         | <b>36</b> |
| A. Kesimpulan .....                         | 36        |
| B. Saran .....                              | 37        |
| <b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>                  | <b>38</b> |
| <b>LAMPIRAN .....</b>                       | <b>42</b> |

## DAFTAR TABEL

| No        | Judul Tabel                                            | Halaman |
|-----------|--------------------------------------------------------|---------|
| Tabel 1.  | Klasifikasi Tekanan Darah Menurut JNC VIII 2018 .....  | 4       |
| Tabel 2.  | Daftar Kadar Natrium Bahan Makanan (mg/100 gr) .....   | 10      |
| Tabel 3.  | Batas Ambang Kategori IMT .....                        | 13      |
| Tabel 4.  | Variabel dan Definisi Operasional .....                | 19      |
| Tabel 5.  | Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin..... | 25      |
| Tabel 6.  | Karakteristik Responden Berdasarkan Usia .....         | 26      |
| Tabel 7.  | Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan .....   | 27      |
| Tabel 8.  | Karakteristik Responden Berdasarkan Pekerjaan.....     | 27      |
| Tabel 9.  | <i>Recall</i> Asupan Natrium .....                     | 27      |
| Tabel 10. | <i>SQ-FFQ</i> Asupan Natrium.....                      | 27      |
| Tabel 11. | Status Gizi Responden .....                            | 28      |
| Tabel 12. | Asupan Natrium Responden <i>SQ-FFQ</i> .....           | 33      |

## **DAFTAR GAMBAR**

|                                                        |    |
|--------------------------------------------------------|----|
| Gambar 1. Kerangka teori .....                         | 16 |
| Gambar 2. Peta Wilayah UPTD Puskesmas Sambongpari..... | 25 |

## DAFTAR LAMPIRAN

### Nomor Lampiran

1. Surat Izin Penelitian
2. *Inform Consent* (IC) dan Persetujuan Setelah Penjelasan (PSP)
3. Formulir Identitas dan Status Gizi Responden
4. Formulir *Food Recall 24 hours*
5. Formulir *SQ-FFQ*
6. Dokumentasi kegiatan
7. Rincian Jadwal Penelitian
8. Biodata Penulis