

SKRIPSI

**HUBUNGAN KONSUMSI LEMAK DAN NATRIUM DENGAN
TEKANAN DARAH PENDERITA STROKE YANG
MENJALANI RAWAT INAP DI BRSUD TABANAN**



**Oleh :
I.G.A. BINTANG ANTARI
NIM : P07131220093**

**KEMENTERIAN KESEHATAN RI
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR
JURUSAN GIZI PRODI GIZI DAN DIETETIKA
PROGRAM SARJANA TERAPAN
DENPASAR
2021**

SKRIPSI

HUBUNGAN KONSUMSI LEMAK DAN NATRIUM DENGAN TEKANAN DARAH PENDERITA STROKE YANG MENJALANI RAWAT INAP DI BRSUD TABANAN

**Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Menyelesaikan Pendidikan Program Studi Gizi Dan Dietetika
Program Sarjana Terapan Poltekkes Kemenkes Denpasar**

Oleh :

I.G.A. BINTANG ANTARI

NIM.P07131220093

**KEMENTERIAN KESEHATAN R I
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR JURUSAN GIZI
PRODI GIZI DAN DIETETIKA
PROGRAM SARJANA TERAPAN
DENPASAR
2021**

LEMBAR PERSETUJUAN

**HUBUNGAN KONSUMSI LEMAK DAN NATRIUM DENGAN
TEKANAN DARAH PENDERITA STROKE YANG MENJALANI
RAWAT INAP DI BRSUD TABANAN**

TELAH MENDAPATKAN PERSETUJUAN

Pembimbing Utama,

Pembimbing Pendamping,

**Dr.Ni Nengah Ariati,SST.M.Erg
NIP. 197311182001122001**

**Gusti Ayu Dewi Kusumayanti,DCM.M.Kes
NIP. 196604261989032003**

**Mengetahui
Ketua jurusan gizi
Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar,**

**Dr. Ni Komang Wiardani, SST., M. Kes
NIP. 196703161990032002**

LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI

**HUBUNGAN KONSUMSI LEMAK DAN NATRIUM DENGAN
TEKANAN DARAH PENDERITA STROKE YANG MENJALANI
RAWAT INAP DI BRSUD TABANAN**

TELAH DIUJI DI HADAPAN TIM PENGUJI

**PADA HARI : RABU
TANGGAL : 2 JUNI 2021**

TIM PENGUJI:

1. Dr. Ni Komang Wiardani, SST.,M. Kes (Ketua) ()
2. Dr. I Wayan Juniarsana, SST.,M. Fis (Anggota) ()
3. Dr. Ni Nengah Ariati, SST.,M. Erg (Anggota) ()

Mengetahui

Ketua Jurusan Gizi

Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar,

**Dr. Ni Komang Wiardani, SST., M. Kes
NIP. 196703161990032002**

SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : I.G.A.Bintang Antari
NIM : P07131220093
Program Studi : Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika
Jurusan : Gizi
Tahun Akademik : 2021
Alamat : Br. Trinadi Punggul, Abiansemal, Badung

Dengan ini menyatakan bahwa :

1. Skripsi dengan judul Hubungan Konsumsi Lemak Dan Natrium Dengan Tekanan Darah Penderita Stroke Yang Menjalani Rawat Inap Di BRSUD Tabanan adalah benar **karya sendiri atau bukan plagiat hasil karya orang lain.**
2. Apabila dikemudian hari terbukti bahwa Skripsi ini **bukan** karya saya sendiri atau plagiat hasil karya orang lain, maka saya sendiri bersedia menerima sanksi sesuai Peraturan Mendiknas RI No.17 Tahun 2010 dan ketentuan perundang-undangan yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini saya buat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Denpasar, Juni 2021
Yang membuat pernyataan

I.G.A.Bintang Antari
NIM.P07131220093

HUBUNGAN KONSUMSI LEMAK DAN NATRIUM DENGAN TEKanan DARAH PENDERITA STROKE YANG MENJALANI RAWAT INAP DI BRSUD TABANAN

ABSTRAK

Stroke merupakan keadaan terjadinya gangguan neurologis yang bersifat lokal atau umum yang timbul secara mendadak sehingga suplai darah ke jaringan otak berhenti dan dapat menyebabkan fungsi otak menjadi hilang/rusak. Faktor-faktor yang dapat menyebabkan terjadinya stroke seperti umur, stres, asupan lemak, asupan natrium dan riwayat makan penderita. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan konsumsi lemak dan natrium dengan tekanan darah penderita stroke yang menjalani rawat inap di BRSUD Tabanan. Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian deskriptif dengan rancangan *cross sectional study* dengan metode wawancara langsung kepada pasien. Penelitian dilakukan pada bulan Mei 2021 dengan jumlah sampel sebanyak 26 orang penderita stroke yang di rawat inap di BRSUD Tabanan.

Data yang dikumpulkan meliputi data konsumsi lemak dan natrium, dan tekanan darah sampel. Hubungan konsumsi lemak dan natrium dengan tekanan darah dianalisis menggunakan uji korelasi *rank spearman* ($\alpha=0,05$). Hasil penelitian menunjukkan ada hubungan konsumsi lemak dan natrium dengan tekanan darah penderita stroke yang menjalani rawat inap di BRSUD Tabanan. Ada hubungan konsumsi lemak jenuh dengan tekanan darah penderita stroke yang menjalani rawat inap di BRSUD Tabanan dengan hasil uji *rank spearman* 0,020 ($p<0,05$). Tidak ada hubungan antara konsumsi lemak tak jenuh dengan tekanan darah penderita stroke yang menjalani rawat inap di BRSUD Tabanan dengan hasil uji *rank spearman* -0,038 ($p>0,05$).

Kata kunci :Konsumsi Lemak, Natrium, Tekanan Darah penderita stroke

THE RELATIONSHIP OF FAT AND SODIUM CONSUMPTION WITH BLOOD PRESSURE OF STROKE PATIENTS UNDERGOING HOSPITALIZATION AT BRSUD TABANAN

ABSTRACT

Stroke is a condition of local or general neurological disorders that arise suddenly so that the blood supply to brain tissue stops and can cause brain function to be lost/damaged. Factors that can cause stroke such as age, stress, fat intake, sodium intake and eating history of the patient.

This study aims to determine the relationship between consumption of fat and sodium with blood pressure of stroke patients who are hospitalized at BRSUD Tabanan. The type of research used is descriptive research with cross sectional study design with direct interview method to patients. The research was conducted on May 2021 with The number of samples was 26 people with stroke who were treated hospitalization at BRSUD Tabanan.

The data collected includes data on consumption of fat and sodium, and blood pressure of the sample. The relationship between fat and sodium consumption with blood pressure was analyzed using the Spearman rank correlation test ($\alpha=0.05$). The results showed that there was a relationship between fat and sodium consumption with blood pressure of stroke patients who are hospitalized at BRSUD Tabanan. There is a relationship between consumption of saturated fat and blood pressure of stroke patients undergoing hospitalization at BRSUD Tabanan with the Spearman rank test result of 0.020 ($p<0.05$). There is no relationship between consumption of unsaturated fats and blood pressure of stroke patients undergoing hospitalization at BRSUD Tabanan with the Spearman rank test result -0.038 ($p>0.05$).

Keywords: Consumption of Fat, Sodium, Blood Pressure of stroke patients

RINGKASAN PENELITIAN

Hubungan Konsumsi Lemak Dan Natrium Dengan Tekanan Darah Penderita Stroke Yang Menjalani Rawat Inap Di BRSUD Tabanan

I.G.A.BINTANG ANTARI (NIM : P07131220093)

Masalah stroke semakin penting dan mendesak karena jumlah kejadian stroke di Indonesia kini mengalami kenaikan angka kejadiannya dan menjadi negara terbanyak di Asia. Terjadinya pergeseran pola makan dari pola makan tradisional ke pola makan modern yang komposisinya terlalu tinggi kalori, banyak protein, lemak, gula, tetapi rendah serat menimbulkan ketidak seimbangan asupan zat gizi. Asupan natrium berlebih akan

menyebabkan pengeluaran berlebihan dari hormon natriouretik yang akan menyebabkan meningkatnya tekanan darah seseorang.

Kondisi tersebut merupakan faktor risiko untuk terjadinya penyakit degeneratif seperti hipertensi, jantung koroner, stroke dan masalah kesehatan lainnya. Stroke adalah sindroma klinis yang timbul mendadak, cepat, berupa defisit neurologis yang berlangsung 24 jam atau lebih, bisa juga langsung menimbulkan kematian yang disebabkan oleh gangguan peredaran darah otak non traumatik.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan konsumsi lemak dan natrium dengan tekanan darah penderita stroke yang menjalani rawat inap di BRSUD Tabanan. Adapun tujuan khususnya adalah menilai tekanan darah penderita stroke yang menjalani rawat inap, menentukan konsumsi lemak pada penderita stroke yang menjalani rawat inap, menentukan konsumsi natrium pada penderita stroke yang menjalani rawat inap, menganalisis hubungan konsumsi lemak dengan tekanan darah penderita stroke yang menjalani rawat inap di BRSUD Tabanan dan menganalisis hubungan konsumsi natrium dengan tekanan darah penderita stroke yang menjalani rawat inap di BRSUD Tabanan.

Jenis Penelitian yang digunakan adalah penelitian deskriptif dengan rancangan adalah *cross sectional study* dengan metode wawancara langsung kepada pasien. Jumlah sampel sebanyak 26 orang. Sampel Penelitian adalah penderita stroke yang menjalani rawat inap di BRSUD Tabanan. Penelitian dilakukan pada Mei 2021. Pengumpulan data dengan cara melakukan wawancara dengan menggunakan kuisioner. Data yang dikumpulkan meliputi konsumsi lemak (lemak jenuh dan lemak tak jenuh), konsumsi natrium dan tekanan darah sampel. Analisis data menggunakan uji korelasi *rank spearman* pada tingkat kepercayaan 5% ($\alpha=0,05$).

Hasil Penelitian menunjukkan konsumsi lemak sampel tergolong 54,80 gr, lemak jenuh 40,68 gr dan lemak tak jenuh 14,13 gr. Konsumsi natrium sampel sebagian besar 1850,00 mg dan sisanya 361,10 mg. Tekanan darah sampel yang didata saat pertama masuk rumah sakit tergolong hipertensi. Tekanan darah sampel sebagian besar yaitu 42,3 % memiliki tekanan darah hipertensi stadium I. Analisis statistic hubungan konsumsi lemak dengan tekanan darah, konsumsi natrium sampel dengan tekanan darah, konsumsi lemak jenuh dengan tekanan darah, semuanya dengan nilai $p<0,05$ yang berarti ada hubungan yang signifikan. Sedangkan konsumsi lemak tak jenuh dengan tekanan darah diperoleh nilai $p=-0,038$ yang berarti tidak ada hubungan yang signifikan.

Dapat disimpulkan ada hubungan antara konsumsi lemak dengan tekanan darah, ada hubungan konsumsi natrium dengan tekanan darah, ada hubungan konsumsi lemak jenuh

dengan tekanan darah dan tidak ada hubungan konsumsi lemak tak jenuh dengan tekanan darah penderita stroke yang menjalani rawat inap di BRSUD Tabanan. Disarankan pasien penderita stroke mengkonsumsi lebih banyak sayuran dan buah-buahan dan mengurangi makanan yang tinggi lemak terutama lemak jenuh dan mengurangi makanan yang tinggi natrium.

Daftar Bacaan : 27 (Tahun 2010 – 2019)

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Ida Sang Hyang Wighi Wasa (Tuhan Yang Maha Esa) karena atas berkat dan rahmat-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “ Hubungan konsumsi lemak dan natrium dengan tekanan darah penderita stroke yang menjalani rawat inap di BRSUD Tabanan”.

Dalam menyelesaikan skripsi ini penulis banyak mendapatkan pengarahan , bimbingan , dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu dalam kesempatan yang baik ini penulis menyampaikan rasa terima kasih yang tulus kepada :

1. Dr. Ni Nengah Ariati, SST.M.Erg selaku pembimbing utama dalam penyusunan proposal ini.
2. Gusti Ayu Dewi Kusumayanti, DCM.M.Kes, selaku pembimbing pendamping dalam penyusunan proposal ini.
3. Direktur Politeknik Kesehatan Denpasar yang telah memberikan kesempatan kepada peneliti untuk menyelesaikan proposal ini.
4. Ketua jurusan Gizi yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk menyelesaikan proposal ini.
5. Ka. Prodi STR Gizi dan Dietetika yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk menyelesaikan proposal ini.
6. Kepala Instalasi Gizi Badan Rumah Sakit Umum Daerah Kabupaten Tabanan atas pemberian ijin untuk melakukan penelitian ini.

Penulis sangat menyadari bahwa skripsi ini masih banyak terdapat kekurangan. Penulis sangat mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun untuk penyempurnaan

skripsi ini. Akhir kata penulis mengharapkan skripsi ini dapat dijadikan pedoman dalam perkembangan ilmu pengetahuan dan bermanfaat bagi kita semua.

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	i
HALAMAN JUDUL	ii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT	v
ABSTRAK.....	vi
<i>ABSTRACT</i>	vii
RINGKASAN PENELITIAN.....	viii
KATA PENGANTAR	x
DAFTAR ISI	xii
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan Penelitian	5
D. Manfaat Penelitian	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	7
A. Stroke.....	7
B. Lemak	25
C. Natrium	28
BAB III KERANGKA KONSEP DAN DEFINISI OPERASIONAL	32
A. Kerangka Konsep	32
B. Variabel Penelitian	33
C. Hipotesis Penelitian	34
BAB IV METODE PENELITIAN	35
A. Jenis dan Rancangan Penelitian	35
B. Tempat dan Waktu Penelitian	35
C. Populasi dan Sampel	35
D. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data	37
E. Pengolahan dan Analisis Data	37
F. Etika Penelitian	39
BAB V HASIL DAN PEMBAHASAN	40
A. Hasil	40
B. Pembahasan	46
BAB VI SIMPULAN DAN SARAN	56
A. Simpulan	56
B. Saran	56
DAFTAR PUSTAKA	58
LAMPIRAN	61

DAFTAR TABEL

Tabel	Hal
1. Kandungan Lemak Bahan Makanan.....	27
2. Kebutuhan Minimum Natrium perhari	30
3. Kandungan Natrium Bahan Makanan.....	31
4. Definisi Operasional Variabel	33
5. Karakteristik sampel Berdasarkan Usia.....	41
6. Karakteristik sampel berdasarkan jenis kelamin	41
7. Karakteristik sampel berdasarkan pekerjaan	42
8. Karakteristik sampel berdasarkan pendidikan	42
9. Analisis deskriptif konsumsi lemak sampel.....	43
10. Analisis deskriptif konsumsi natrium sampel.....	43
11. Analisis deskriptif tekanan darah sampel	44

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Hal
1. Informed Consent	62
2. Kuesioner Penelitian	65
3. Perhitungan Sampel	70
4. Foto	71
5. Surat Persetujuan Penanaman Modal	72
6. Surat <i>Ethical Clearance</i>	73
7. Surat Ijin Penelitian	74
8. Surat Biaya Penelitian	75