

**GAMBARAN STATUS GIZI DAN TEKANAN DARAH PADA
PELAKU PARIWISATA DAYA TARIK
WISATA TANAH LOT**



Oleh :

NI PUTU RATNA PEBRIANTI
NIM.P07131019006

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR
JURUSAN GIZI PROGRAM STUDI GIZI
PROGRAM DIPLOMA TIGA
DENPASAR
2022**

**GAMBARAN STATUS GIZI DAN TEKANAN DARAH PADA
PELAKU PARIWISATA DAYA TARIK
WISATA TANAH LOT**

**Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Menyelesaikan Pendidikan Pada Program Studi Gizi
Program Diploma Tiga Poltekkes Kemenkes Denpasar**

Oleh :

**NI PUTU RATNA PEBRIANTI
NIM.P07131019006**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR
JURUSAN GIZI PROGRAM STUDI GIZI
PROGRAM DIPLOMA TIGA
DENPASAR
2022**

LEMBAR PERSETUJUAN

**GAMBARAN STATUS GIZI DAN TEKANAN DARAH PADA
PELAKU PARIWISATA DAYA TARIK
WISATA TANAH LOT**

Oleh :

NI PUTU RATNA PEBRIANTI
NIM.P07131019006

TELAH MENDAPAT PERSETUJUAN

Dosen Pembimbing Utama



GA Dewi Kusumayanti, DCN, M.Kes
NIP.196604261989032003

Dosen Pembimbing Pendamping



Ni Made Yuni Gumala, SKM, M.Kes
NIP.196506161988032001

MENGETAHUI

KETUA JURUSAN GIZI

POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR, 



Dr. Ni Komang Wiardani, SST, M.Kes.

NIP.196703161990032002

TUGAS AKHIR DENGAN JUDUL :
**GAMBARAN STATUS GIZI DAN TEKANAN DARAH PADA
PELAKU PARIWISATA DAYA TARIK
WISATA TANAH LOT**

Oleh :

NI PUTU RATNA PEBRIANTI
NIM. P07131019006

TELAH DIUJI DIHADAPAN TIM PENGUJI

PADA HARI : KAMIS
TANGGAL : 28 APRIL 2022

TIM PENGUJI

- | | | |
|---|--------------|---------|
| 1. Ir.Hertog Nursanyoto,M.Kes | (Ketua) | (.....) |
| 2. Lely Cintari,SST.M.P.H | (Sekretaris) | (.....) |
| 3. Gusti Ayu Dewi Kusumayanti,DCM.M.Kes | (Anggota) | (.....) |

MENGETAHUI
KETUA JURUSAN GIZI
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR



Dr. Ni Komang Wiardani, SST, M.Kes.

NIP.196703161990032002

SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Ni Putu Ratna Pebrianti
NIM : P07131019006
Program Studi : Diploma Tiga
Jurusan : Gizi
Tahun Akademik : 2022
Alamat : Br. Bangal, Ds. Mundeh, Selemadeg Barat, Tabanan, Bali

Dengan ini menyatakan bahwa :

1. Tugas Akhir dengan judul Gambaran Status Gizi dan Tekanan Darah Pada Pelaku Pariwisata Daya Tarik Wisata Tanah Lot adalah **benar karya saya sendiri atau bukan plagiat hasil karya orang lain.**
2. Apabila dikemudian hari terbukti bahwa Tugas Akhir ini **bukan** karya saya sendiri atau plagiat hasil karya orang lain, maka saya sendiri bersedia menerima sanksi Peraturan Mendiknas RI No. 17 Tahun 2010 dan ketentuan perundang-undangan yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini saya buat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Denpasar, 28 April 2022

Yang membuat pernyataan


NI PUTU RATNA PEBRIANTI
NIM. P07131019006

ABSTRAK

Obesitas merupakan keadaan patologis dimana terjadi penimbunan lemak berlebihan. Dampak buruk obesitas terhadap kesehatan sangat berhubungan dengan berbagai macam penyakit serius salah satunya tekanan darah tinggi atau hipertensi. Hipertensi pada umumnya mulai pada usia muda dimana sekitar 5–10% terjadi pada usia 20–30 tahun dengan faktor risiko yang terdeteksi diantaranya adalah obesitas, umur, jenis kelamin. Status gizi adalah keadaan tubuh sebagai akibat konsumsi makanan dan penggunaan zat-zat gizi. Tekanan darah adalah tekanan yang ditimbulkan pada dinding arteri, tekanan puncak terjadi saat ventrikel berkontraksi dan disebut tekanan sistolik. Tujuan pengamatan yakni untuk mengetahui gambaran status gizi dan tekanan darah pada pelaku pariwisata Daya Tarik Wisata Tanah Lot. Pengumpulan data pengamatan diperoleh dengan memilih subyek yang berada dikawasan Daya Tarik Wisata Tanah Lot yang terdaftar secara tetap berjumlah 16 orang. Data dikumpulkan dengan metode wawancara dan pengukuran. Data disajikan dengan diagram batang. Hasil pengamatan terdapat kecenderungan bahwa mereka yang memiliki status gizi dalam kategori lebih atau obesitas, memiliki tekanan darah tidak terkontrol $\geq 140/90$ mmHg dibandingkan mereka yang memiliki status gizi dalam kategori normal, memiliki tekanan darah terkontrol $<140/90$ mmHg.

Kata kunci : status gizi, obesitas, tekanan darah, hipertensi, pelaku pariwisata

ABSTRACT

Obesity is a pathological condition in which there is excessive fat accumulation. The bad impact of obesity on health is closely related to various kinds of serious diseases, one of which is high blood pressure or hypertension. Hypertension generally starts at a young age where about 5-10% occurs at the age of 20-30 years with the detected risk factors including obesity, age, gender. Nutritional status is the state of the body as a result of food consumption and use of nutrients. Blood pressure is the pressure exerted on the walls of the arteries, the peak pressure occurs when the ventricles contract and is called the systolic pressure. The purpose of the observation is to describe the nutritional status and blood pressure of tourism actors at Tanah Lot Tourist Attraction. Observational data collection was obtained by selecting subjects who were in the Tanah Lot Tourist Attraction area which were registered permanently, amounting to 16 people. Data were collected by interview and measurement methods. Data is presented with a bar chart. The results showed that there was a tendency that those with nutritional status in the overweight or obese category had uncontrolled blood pressure 140/90 mmHg compared to those with nutritional status in the normal category, have controlled blood pressure < 140/90 mmHg.

Keywords: nutritional status, obesity, blood pressure, hypertension, tourism actors.

RINGKASAN PENELITIAN
GAMBARAN STATUS GIZI DAN TEKANAN DARAH PADA
PELAKU PARIWISATA DAYA TARIK
WISATA TANAH LOT

Oleh; Ni Putu Ratna Pebrianti (NIM.P07131019006)

Tingginya angka kejadian hipertensi terjadi karena berbagai faktor pemicu salah satunya, yakni status gizi obesitas. Status gizi adalah keadaan tubuh sebagai akibat konsumsi makanan dan penggunaan zat-zat gizi. Tekanan darah adalah tekanan yang ditimbulkan pada dinding arteri, tekanan puncak terjadi saat ventrikel berkontraksi dan disebut tekanan sistolik. faktor yaitu, penyebab langsung dan penyebab tidak langsung.

Adapun Faktor yang mempengaruhi status gizi, yakni penyebab langsung dan penyebab tidak langsung. Penyebab langsung adalah zat gizi dalam makanan, kebiasaan makan, dan faktor tidak langsung adalah daya beli keluarga, pendidikan, pemeliharaan kesehatan, lingkungan fisik dan sosial. Sedangkan pada tekanan darah dipengaruhi faktor risiko yang tidak dapat diubah pada penderita hipertensi dan tidak dapat diubah, antara lain umur, jenis kelamin dan genetic dan faktor risiko yang dapat diubah, yakni perilaku tidak sehat dari penderita hipertensi antara lain merokok, diet rendah serat, konsumsi garam berlebih, kurang aktifitas fisik, berat badan lebih/kegemukan, konsumsi alkohol, dan stress. Gizi lebih atau obesitas meningkatkan resiko terjadinya hipertensi karena beberapa sebab. Makin besar massa tubuh, makin banyak darah yang dibutuhkan untruk memasok oksigen dan makanan ke jaringan tubuh. Ini berarti volume darah yang beredar melalui pembuluh darah menjadi meningkat sehingga memberi tekanan lebih besar pada dinding arteri, yang akan menimbulkan terjadinya kenaikan tekanan darah. Obesitas bukanlah penyebab hipertensi. Akan tetapi prevalensi hipertensi pada obesitas jauh lebih besar. Risiko relatif untuk menderita hipertensi pada orang-orang gemuk 5 kali lebih tinggi di dibandingkan dengan seorang yang badannya normal.

Hasil pengamatan tentang status gizi dan tekanan darah pelaku pariwisata pada tanggal 27 Maret 2022, data dikumpulkan merupakan data primer

menggunakan metode wawancara yang dilakukan pada 16 pelaku pariwisata di Tanah Lot di dapatkan bahwa 11 orang pelaku pariwisata memiliki status gizi baik (normal), 3 orang pelaku pariwisata memiliki status gizi lebih (*overweight*), 2 orang pelaku pariwisata memiliki status gizi obesitas (*obese*), didapatkan hasil pengukuran tekanan darah 12 orang pelaku pariwisata memiliki tekanan darah terkontrol dan 4 orang pelaku pariwisata memiliki tekanan darah tidak terkontrol. Adapun tujuan umum dari pengamatan ini, yakni untuk mengetahui Gambaran Status Gizi Dan Tekanan Darah Pada Pelaku Pariwisata Tanah Lot. Adapun tujuan khusus pengamatan ini adalah Menilai status gizi pada pelaku pariwisata Tanah Lot, Mengukur tekanan darah pada pelaku pariwisata Daya Tarik Wisata Tanah Lot, Menggambarkan secara deskriptif status gizi dan tekanan darah.

Data dikumpulkan secara langsung dengan metode wawancara dan pengukuran kepada responden. Lokasi penelitian, yaitu pada Daya Tarik Wisata Tanah Lot di Jl. Tanah Lot, Beraban, Kec. Kediri, Kabupaten Tabanan, Bali. Jumlah responden yang diamati, yakni sebanyak 16 orang. Hasil pengamatan status gizi pelaku pariwisata yang paling banyak dengan status gizi normal 68,8%, status gizi lebih 18,8%, dan status gizi obesitas yakni 12,5%. Pengukuran tekanan darah yang dilakukan pada pelaku pariwisata paling banyak dengan kategori terkontrol 75% dan dengan kategori tidak terkontrol, yaitu 25%. Terdapat kecenderungan bahwa mereka yang memiliki tekanan darah tidak terkontrol, memiliki status gizi dalam kategori lebih atau obesitas dibandingkan mereka yang memiliki tekanan darah terkontrol.

Diperlukan adanya kegiatan penyuluhan, seperti germas dan kegiatan pengecekan kesehatan secara rutin dan berkala secara massal pada pelaku pariwisata yang tidak memiliki BPJS. Untuk instansi yang bekerjasama dengan Daya Tarik Wisata Tanah Lot berupa Klinik, sebaiknya memiliki petugas ahli gizi yang berperan sebagai konselor *Dietetic Tourism* dengan tujuan memajukan pelayanan kesehatan yang diberikan kepada pelaku pariwisata maupun wisatawan yang sedang berwisata di kawasan Daya Tarik Wisata Tanah Lot.

Daftar bacaan : 17 (2012 - 2021)

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha esa karena atas rahmatNya-lah penulis dapat menyelesaikan penulisan Tugas Akhir ini dengan judul **“Gambaran Status Gizi dan Tekanan Darah Pada Pelaku Pariwisata Daya Tarik Wisata Tanah Lot”**. Penulisan tugas akhir ini merupakan salah satu persyaratan untuk menyelesaikan program studi Diploma Tiga Gizi di Poltekes Kemenkes Denpasar.

Penulis menyadari dalam penyusunan Tugas Akhir ini tidak akan selesai tanpa bantuan dari berbagai pihak karena itu pada kesempatan ini penulis mengucapkan terimakasih kepada :

1. Ibu GA Dewi Kusumayanti, DCN, M.Kes selaku dosen pembimbing yang telah memberikan banyak koreksi, saran, penuntun dalam penulisan Tugas Akhir.
2. Ibu Ni Made Gumala, SKM, M.Kes, sebagai dosen pembimbing yang telah memberikan banyak koreksi, saran, penuntun dalam penulisan Tugas Akhir.
3. Ketua Jurusan Gizi dan Ketua Program Studi Diploma Tiga Politeknik Kesehatan Denpasar yang telah memberikan kesempatan, dorongan dan membantu kelancaran penyelesaian Tugas Akhir ini.
4. Direktur Politeknik Kesehatan Denpasar, Ketua Jurusan Gizi dan Ketua Program Studi Diploma Tiga dan dukungan dalam pembuatan proposal tugas akhir ini.
5. Bapak/Ibu dosen serta staf di Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Denpasar, yang telah memberikan dukungan dalam penulisan Tugas Akhir ini.
6. Keluarga, sahabat, dan orang terdekat lainnya yang selalu memberikan doa dan dukungan semangat dalam pembuatan Tugas Akhir ini.

Penulis sangat mengharapkan saran dan kritik yang bersifat membantu untuk kesempurnaan Skripsi ini. Akhir kata penulis mengharapkan skripsi ini dapat bermanfaat bagi berbagai pihak serta bermanfaat dan menambah pengetahuan bagi pembaca dan masyarakat.

Denpasar, 28 April 2022

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMBUNG.....	i
HALAMAN JUDUL.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT.....	v
ABSTRAK.....	vi
ABSTRACT.....	vii
RINGKASAN PENELITIAN.....	viii
KATA PENGANTAR.....	x
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah.....	3
C. Tujuan Pengamatan.....	4
D. Manfaat Pengamatan.....	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	5
A. Status Gizi.....	5
B. Tekanan Darah.....	8
C. Pelaku Pariwisata.....	18
BAB III PROSEDUR PENGAMATAN.....	20
A. Tempat dan Waktu Pengamatan.....	20
B. Cara Memilih Subyek Pengamatan.....	20
C. Jenis Data.....	20
D. Cara Pengumpulan Data.....	21
E. Instrument Pengamatan.....	22
F. Cara Pengolahan Data.....	22
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	23
A. Hasil Pengamatan.....	23
B. Pembahasan Hasil Pengamatan.....	27
BAB V SIMPULAN DAN SARAN.....	31
A. SIMPULAN.....	31

B. SARAN	31
DAFTAR PUSTAKA	33
LAMPIRAN	35

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1 . Klasifikasi IMT	8
2 . Klasifikasi Hipertensi	11
3 . Penatalaksanaan Tekanan Darah Tinggi (Hipertensi)	16

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1 . Sebaran Karakteristik Jenis Kelamin	25
2 . Sebaran Karakteristik Subyek Berdasarkan Umur	26
3 . Sebaran Karakteristik Subyek Berdasarkan Pekerjaan	26
4 . Gambaran Status Gizi Dan Tekanan Darah	27

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Surat Ijin Penelitian	36
2. Informed Consent	38
3. Form Identitas dan Hasil Pengukuran Subyek	42
4. Dokumentasi Pengamatan	43