

**HUBUNGAN ASUPAN SERAT DENGAN KEJADIAN HIPERTESI  
PADA LANSIA DI PUSKESMAS LEMPAKE**

**SKRIPSI**



**DIAJUKAN OLEH :**

**NANIK TRI SUSILOWATI**

**1911102413107**

**PROGRAM STUDI S1 KESEHATAN MASYARAKAT  
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH KALIMANTAN TIMUR**

**2023**

**Hubungan Asupan Serat dengan Kejadian Hipertensi pada Lansia di**

**Puskesmas Lempake**

**SKRIPSI**

Diajukan sebagai persyaratan untuk

Memperoleh gelar Sarjana Kesehatan Masyarakat



**DISUSUN OLEH :**

**Nanik Tri Susilowati**

**1911102413107**

**PROGRAM STUDI S1 KESEHATAN MASYARAKAT**

**FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT**

**UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH KALIMANTAN TIMUR**

## SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nam : Nanik Tri Susilowati

NIM : 1911102413107

Program Studi : S1 Kesehatan Masyarakat

Judul Penelitian : Hubungan Asupan Serat Dengan Kejadian Hipertensi  
Pada Lansia Di Puskesmas Lempake

Menyatakan bahwa penelitian yang telah di tulis ini benar-benar hasil karya saya sendiri, bukan merupakan pengambil alihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai tulisan atau pikiran saya sendiri.

Apabila di kemudian hari dapat dibuktikan bahwa terdapat plagiat dalam penelitian ini, maka saya bersedia menerima sanksi sesuai dengan perundang-undangan (Permendiknas No. 17, tahun 2010)

Samarinda, 05 Juli 2023



Nanik Tri Susilowati  
1911102413107

**LEMBAR PERSETUJUAN**  
**HUBUNGAN ASUPAN SERAT DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI PADA**  
**LANSIA DI PUSKESMAS LEMPAKE**

**SKRIPSI**

**DISUSUN**

**OLEH**

**NANIK TRI SUSILOWATI**

**1911102413107**

**Disetujui untuk diujikan**

**Pada Bulan, 13 Juli 2023**

**Mengetahui,  
Koordinasi Mata Ajar Skripsi,**



**Lisa Wahdani Oktaviani, Ph.D**  
**NIDN. 1108108701**

**Pemimbing**



**Sri Sunarti, M.Ph**  
**NIDN. 1115037801**

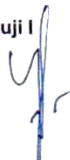
**LEMBAR PENGESAHAN**  
**HUBUNGAN ASUPAN SERAT DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI**  
**PADA LANSIA DI PUSKESMAS LEMPAKE**

**SKRIPSI**

**DI SUSUN OLEH :**  
**NANIK TRI SUSILOWATI**  
**1911102413107**

**Diseminarkan dan Diujikan**  
**Pada tanggal, 13 Juli 2023**

Penguji I



**Yuliani Winarti, M.PH**  
**NIDN.1131078001**

Penguji

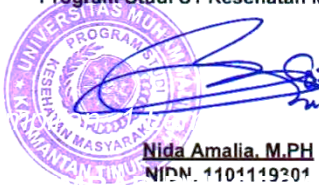


**Sri Sunarti, M.PH**  
**NIDN. 1115037801**

**Mengetahui**

**Ketua**

**Program Studi S1 Kesehatan Masyarakat**



**Nida Amalia, M.PH**  
**NIDN. 1101119304**

**Hubungan Asupan Serat dengan Kejadian Hipertensi pada Lansia  
di Puskesmas Lempake  
Nanik Tri Susilowati<sup>1</sup>, Sri Sunarti<sup>1</sup>**

<sup>1</sup> Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur, Samarinda, Indonesia

\*Kontak Email : [nanitrisusilowati27@gmail.com](mailto:nanitrisusilowati27@gmail.com)

**INTISARI**

**Tujuan Studi:** Tujuan dari penelitian ini ialah untuk mengetahui hubungan antara asupan serat dengan kejadian hipertensi pada pasien lansia di wilayah kerja Puskesmas Lempake.

**Metodologi:** Metode *cross sectional* penelitian kuantitatif digunakan pada penelitian ini. Wilayah kerja Puskesmas Lempake menjadi lokasi penelitian ini. Dengan lembar observasi, tensimeter, dan kuesioner frekuensi makanan semi kuantitatif (SQ-FFQ). 121 peserta dalam penelitian ini yang membentuk populasi semuanya berusia (lebih dari 60 tahun), dengan 102 peserta membentuk sampel. Metode pengumpulan sampel menggunakan *stratified random sampling*. Uji *chi square* digunakan dalam analisis statistik penelitian ini.

**Hasil:** Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebanyak 64 lansia (94,1%) kurang asupan serat, dan 65,7% responden yang hipertensi. Adanya hubungan antara asupan serat dengan kejadian hipertensi pada lansia di puskesmas lempake dengan perolehan hasil *p value* 0,000 atau <0,05.

**Manfaat:** Menjadi penemuan baru di Puskesmas Lempake, dapat menjadi wawasan bagi pembaca dan referensi penelitian selanjutnya dan memperluas pengetahuan mengenai asupan serat dan hipertensi pada lansia.

---

**Kata Kunci:** *Hipertensi, Asupan Serat, Puskesmas Lempake*

**Relationship between Fiber Intake and Hypertension in Elderly  
at the Lempake Health Center  
Nanik Tri Susilowati<sup>1</sup>, Sri Sunarti<sup>1</sup>**

<sup>1</sup> Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur, Samarinda, Indonesia

\*Email Contact : [nanitrisusilowati27@gmail.com](mailto:nanitrisusilowati27@gmail.com)

**ABSTRACT**

**Purpose of study:** The purpose of this study was to determine the relationship between fiber intake and the incidence of hypertension in elderly patients in the working area of the Lempake health center.

**Methodology:** Cross sectional quantitative research method was used in this study. the working area of Lempake Health Center became the location of this study. With observation sheets, sphygmomanometers, and semi-quantitative food frequency questionnaires (SQ-FFQ). The 121 participants in the study who make up the population are all aged (over 60), with 102 participants making up the sample. The sample collection method uses stratified random sampling. The chi square test was used in the statistical analysis of this study.

**Results:** The results showed that as many as 64 elderly (94,1%) had insufficient fiber intake and 65,7% of respondents had hypertension. There is a relationship between fiber intake and the incidence of hypertension in the elderly at the Lempake Health Center with a p value of 0,000 or < 0,05.

**Applications:** Being a new discovery at the Lempake Health Center, it can be an insight for readers and references for further research and expand knowledge about fiber intake and hypertension in the elderly.

---

**Keywords:** Hypertension, Fiber Intake, Lempake Health Center

## KATA PENGANTAR



*Assalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh*

Puji syukur penyusun panjatkan kehadiran Allah SWT, karena atas limpahan rahmat dan hidayah-Nya sehingga skripsi yang berjudul “Hubungan Asupan Serat Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia Di Puskesmas Lempake “. dapat diselesaikan.

Pada kesempatan ini, penyusun ingin mengucapkan terima kasih kepada pihak yang telah membantu melalui dukungan dan bimbingannya antara lain:

1. Bapak Prof Dr. H. Bambang Setiaji selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.
2. Bapak Ghozali MH, Ph.D selaku Dekan Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.
3. Ibunda Sri Sunarti, M.PH selaku Wakil Dekan I Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur dan selaku Pembimbing yang telah bersedia meluangkan waktu untuk membimbing dalam penulisan skripsi ini dan memberikan saran kepada penulis.
4. Ibu Nida Amalia, M.PH selaku Ketua Program Studi S1 Kesehatan Masyarakat Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.
5. Ibu Lisa Wahidatul Oktavia, Ph.D selaku Koordinator Mata ajar skripsi Program Studi S1 Kesehatan Masyarakat.
6. Bapak Kresna Febriyanto, M.PH sebagai Dosen Pembimbing Akademik yang telah membimbing dan semangat kepada penulis untuk menyelesaikan skripsi dengan tepat waktu.



7. Segenap Civitas Akademik Program Studi S1 Kesehatan Masyarakat yang telah banyak memberikan ilmu pada penulis dan telah membantu dalam proses perijinan penelitian ini.
8. Kedua orang tua saya Ismadi dan Kasiyem, kakak saya Khusnul Chotimah dan Novi Kuswandari, serta keluarga yang telah mencurahkan kasih sayang dan mendoakan serta semangat kepada penulis dalam pembuatan skripsi.
9. Rekan-rekan dan semua pihak yang telah membantu baik material maupun spiritual serta memberikan dukungan kepada pr selama penulisan skripsi.

Penulis menyadari bahwa penulisan skripsi penelitian ini masih memiliki banyak kesalahan. Oleh karena itu, kritik dan saran yang bersifat membangun sangat diharapkan oleh penulis. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat dan menjadi inspirasi bagi penelitian di kemudian hari.

*Wassalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh.*

Samarinda, 13 Juli 2023



Nanik Tri Susilowati  
NIM. 1911102413107

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN SAMPUL .....</b>	<b>ii</b>
<b>SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN.....</b>	<b>iii</b>
<b>LEMBAR PERSETUJUAN.....</b>	<b>iv</b>
<b>LEMBAR PENGESAHAN .....</b>	<b>v</b>
<b>INTISARI .....</b>	<b>vi</b>
<b><i>ABSTRACT</i>.....</b>	<b>vii</b>
<b>KATA PENGANTAR .....</b>	<b>viii</b>
<b>DAFTAR ISI .....</b>	<b>x</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>xii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>xiii</b>
<b>DAFTAR SINGKATAN.....</b>	<b>xiv</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>xv</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
1.1 Latar Belakang Masalah .....	1
1.2 Rumusan Masalah .....	4
1.3 Tujuan Penelitian .....	5
1.4 Manfaat Penelitian .....	5
1.5 Kerangka Konsep .....	6
1.6 Hipotesis.....	6
<b>BAB II METODE PENELITIAN.....</b>	<b>8</b>
2.1 Desain Penelitian.....	8
2.2 Populasi dan Sampel.....	8
2.3 Waktu dan Tempat .....	11

2.4	Definisi Operasional.....	11
2.5	Instrumen Penelitian.....	12
2.6	Uji Validitas dan Uji Realibilitas.....	12
2.7	Prosedur Penelitian.....	14
2.8	Analisis Data.....	17
<b>BAB III HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....</b>		<b>18</b>
3.1	Hasil Penelitian.....	18
3.2	Pembahasan.....	22
3.3	Keterbatasan Penelitian.....	29
<b>BAB IV KESIMPULAN DAN SARAN.....</b>		<b>30</b>
4.1	Kesimpulan.....	30
4.2	Saran.....	30
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>		<b>32</b>
<b>LAMPIRAN</b>		

## DAFTAR TABEL

<b>Tabel 3. 1</b> Distribusi Frekuensi Berdasarkan Jenis Kelamin .....	19
<b>Tabel 3. 2</b> Distribusi Frekuensi Berdasarkan Usia .....	20
<b>Tabel 3. 3</b> Distribusi Frekuensi Berdasarkan Asupan Serat.....	20
<b>Tabel 3. 4</b> Distribusi Frekuensi Berdasarkan Tekanan Darah.....	21
<b>Tabel 3. 5</b> Distribusi Uji Square Asupan Serat dengan Kejadian Hipertensi pada Lansia di Puskesmas Lempake .....	21

## DAFTAR GAMBAR

<b>Gambar 1.5</b> Kerangka Konsep .....	6
---	---

## DAFTAR SINGKATAN

WHO	= World Health Organization
SQ FFQ	= Semi Quantitative Food Frequency Questionnaire
Riskesmas	= Riset Kesehatan Dasar
BPS	= Badan Pusat Statistik
Lansia	= Lanjut Usia

## **DAFTAR LAMPIRAN**

- Lampiran 1 Biodata Peneliti
- Lampiran 2 Surat Balasan Penelitian
- Lampiran 3 Lembar Persetujuan Responden
- Lampiran 4 Lembar Observasi
- Lampiran 5 Form SQ FFQ
- Lampiran 6 Bukti Screenshot Jurnal
- Lampiran 7 Surat Izin Penelitian
- Lampiran 8 Hasil Output SPSS
- Lampiran 9 Surat Hak Bebas Royalti
- Lampiran 10 Bukti Konsultasi
- Lampiran 11 Dokumentasi Penelitian
- Lampiran 12 Hasil Turnitin