

NASKAH PUBLIKASI (MANUSCRIPT)

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

***RELATIONSHIP BETWEEN FIBER INTAKE AND HYPERTENSION IN
ELDERLY AT THE LEMPAKE HEALTH CENTER***

Nanik Tri Susilowati¹, Sri Sunarti, M.PH



**DIAJUKAN OLEH:
NANIK TRI SUSILOWATI
1911102413107**

**PROGRAM STUDI S1 KESEHATAN MASYARAKAT
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH KALIMANTAN TIMUR
2023**

Naskah Publikasi (*Manuscript*)

**Hubungan Asupan Serat dengan Kejadian Hipertensi pada Lansia Di
Puskesmas Lempake**
*Relationship between Fiber Intake and Hypertension in Elderly at the Lempake
Health Center*

Nanik Tri Susilowati¹, Sri Sunarti, M.PH



DIAJUKAN OLEH

Nanik Tri Susilowati

1911102413107

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

2023

PERSETUJUAN PUBLIKASI

Kami dengan ini mengajukan surat persetujuan untuk publikasi penelitian dengan judul :

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

Bersamaan dengan surat persetujuan ini kami lampirkan naskah publikasi.

Pembimbing,



Sri Sunarti, M.PH
NIDN. 1115037801

Peneliti,




Nanik Tri Susilowati
NIM. 1911102413107

Mengetahui



Koordinator Mata Kuliah Skripsi


Lisa Widyawati Oktaviani, Ph.D
NIDN. 1108108701

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

NASKAH PUBLIKASI


DI SUSUN OLEH :
NANIK TRI SUSILOWATI
1911102413107

Diseminarkan dan Diujikan
Pada tanggal 13 Juli 2023

Penguji I,



Yuliani Winarti, M.PH
NIDN. 1131078001

Penguji II,


Sri Sunarti, M.PH
NIDN. 1115037801

Mengetahui
Ketua
Program Studi S1 Kesehatan Masyarakat




Nida Amalia, M.PH
NIDN. 1101119301

Hubungan Asupan Serat dengan Kejadian Hipertensi pada Lansia di Puskesmas Lempake

Relationship between Fiber Intake and Hypertension in Elderly at the Lempake Health Center

Nanik Tri Susilowati¹, Sri Sunarti¹

¹Mahasiswa Program Studi S1 Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan Masyarakat
Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur, Samarinda, Indonesia

²Dosen Program Studi S1 Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan Masyarakat
Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur

Jl. Ir. H. Juanda No. 15, Sidodadi, Kec. Samarinda Ulu, Kota Samarinda, Kalimantan Timur 75124

*Kontak email: 1911102413107@umkt.ac.id dan srisunarti@umkt.ac.id

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 refrensi penelitian selanjutnya dan memperluas pengetahuan mengenai asupan serat dan hipertensi pada lansia.

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

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 refrences for further research and expand knowledge about fiber intake and hypertension in the elderly.*

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

1. PENDAHULUAN

Menurut *World Health Organization* (WHO), lansia merupakan tahapan akhir dari fase kehidupan mereka yang telah mencapai usia 60 atau lebih tua dan sedang mengalami proses perubahan fisik dan psikologis. Proses ini terjadi pada pria dan wanita. Proses alami perubahan yang terjadi pada masa lalu meliputi perubahan fisik, ekonomi dan psikologis.

Hipertensi ialah tekanan darah tinggi yang tidak normal, pada umumnya hipertensi terjadi bila tekanan darah sistolik ≥ 140 mm Hg dan tekanan darah diastolik ≤ 90 mmHg (Yulia & Himawan, 2021).

Menurut Dinas Kesehatan Provinsi Kalimantan Timur tahun 2021 hipertensi masih menjadi isu kesehatan yang penting di Kalimantan Timur dengan jumlah yang menderita hipertensi sebanyak 206.848 jiwa dan sampai kini pun hipertensi masih menjadi penyakit yang banyak di derita terutama di Kota Samarinda dengan jumlah penderita 48.849 jiwa (Badan Pusat Statiska, 2022).

Hipertensi juga dikenal sebagai *The silent killer* yang memiliki makna gejala fisiknya tidak diketahui, karena penderita hipertensi biasanya tidak menyadari sakitnya sebelum memeriksa tekanan darahnya (Lutfi et al. 2019).

Dampak yang akan ditimbulkan dari kejadian hipertensi meningkatnya resiko terjadinya komplikasi seperti penyakit jantung, gagal jantung kongesif, stroke, gangguan penglihatan dan penyakit ginjal (Kurniawan et al. 2021). Adapun faktor lain yang dapat menyebabkan terjadinya hipertensi yaitu salah satunya asupan serat.

Asupan serat merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi hipertensi. Kurangnya dalam mengkonsumsi asupan serat berdampak pada lemak dan asam empedu yang kurang diekskresi melalui feses, sehingga meningkatnya jumlah kolesterol yang direabsorpsikan dari hasil sisa tersebut (Inayah, Ari 2019).

Pada penelitian (Hapsari, Mirza 2021) menunjukkan adanya hubungan signifikan antara asupan serat dengan tekanan darah ($p < 0,0001$). Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian dari (Wang et al. 2022), semakin tinggi asupan serat yang di konsumsi akan menurunkan risiko hipertensi. Penelitian lainnya juga mengatakan bahwa mengkonsumsi serat memiliki hubungan yang signifikan dengan peningkatan tekanan darah pada lansia (Opsa Condro Wati Melini et al. 2021).

Berdasarkan survey awal hipertensi juga termasuk ke dalam 10 besar penyakit di Puskesmas Lempake Kota. Menurut data Puskesmas Lempake Kota Samarinda pada tahun 2022, total ada 739 pasien hipertensi lansia, 312 di antaranya laki-laki dan 427 diantaranya perempuan.

Dari hasil survey pendahuluan yang dilakukan pada bulan Januari 2023 peneliti turun langsung ke posyandu untuk melakukan wawancara secara langsung terhadap 10 orang lansia dengan wawancara terbuka dan hasilnya adalah lansia kurang dalam mengkonsumsi asupan serat.

Dari hasil survey diatas dapat disimpulkan mengapa penelitian ini perlu dilakukan untuk lansia di wilayah kerja Puskesmas Lempake karena dengan adanya penelitian ini menjadi penemuan baru bagi Puskesmas Lempake

untuk mencegah dan menurunkan kejadian hipertensi, serta dapat meningkatkan pengetahuan mengenai pentingnya mengkonsumsi asupan serat terutama pada lansia penderita hipertensi. Berdasarkan penjelasan diatas, peneliti tertarik untuk meneliti apakah ada hubungan asupan serat dengan kejadian hipertensi pada lansia di Puskesmas Lempake.

2. METODE

Penelitian kuantitatif digunakan dalam penelitian ini. Desain penelitian observasional *cross-sectional* adalah metode yang digunakan dalam penelitian ini. Penelitian ini dilakukan dengan cara pendekatan kepada lansia, pengumpulan data secara sekaligus pada waktu yang bersamaan dengan variabel independent (asupan serat) dan variable dependen (hipertensi) (Masturoh & Tamesvari, 2018).

Apabila seseorang ingin meneliti semua elemen yang ada di dalam wilayah penelitian, maka penelitiannya disebut populasi (Lenaini 2021). Populasi dalam penelitian ini yaitu seluruh lansia yang berusia lebih dari 60 tahun di Puskesmas Lempake yang berjumlah 121 orang.

Pasien dengan hipertensi yang berada di wilayah kerja Puskesmas Lempake berfungsi sebagai sampel penelitian. Karena temuan survey bahwa terdapat empat Posyandu Lansia di wilayah kerja Puskesmas Lempake, maka metode pengumpulan sampe yang digunakan dalam penelitian ini adalah *stratified random sampling* karena karakteristiknya tidak seragam dan bertingkat secara proportional (Wahab 2021).

Penelitian ini dilakukan selama 3 bulan yaitu pada bulan April-Juni di Posyandu Lansia yang berada di wilayah kerja Puskesmas Lempake, Samarinda Utara, Kalimantan Timur.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini di dapatkan lansia dengan hipertensi sebanyak 67 orang (65,7%). Dari hasil wawancara secara langsung di posyandu ditemukan kebiasaan lansia dalam mengkonsumsi serat, yaitu mereka mengkonsumsi sayur hanya saja dengan jumlah yang sedikit dan dalam satu hari hanya satu atau dua kali dalam sehari mengkonsumsi sayur dengan alasan dikarenakan usia para lansia tidak bisa mencerna makanan dengan jumlah banyak. sampel yang di dapatkan yaitu 102 lansia dari 4 Posyandu lansia di wilayah kerja Puskesmas Lempake. Pengambilan data pada penelitian ini menggunakan alat ukur *sphygmomanometer* digital, lembar kuisisioner SQ FFQ dan lembar observasi.

3.1 Analisis Univariat

a. Jenis Kelamin

Tabel 1. Distribusi frekuensi Berdasarkan Jenis Kelamin

| Jenis Kelamin | Frekuensi | Presentase (%) |
|---------------|------------|----------------|
| Laki-laki | 35 | 34,3 |
| Perempuan | 67 | 65,7 |
| Total | 102 | 100 |

Pada tabel .1, dengan total 102 responden diketahui jumlah laki-laki 35 orang (34,3%) dan perempuan sebanyak 67 orang (65,7%).

b. Usia

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Usia

| Usia | Frekuensi | Presentase (%) |
|--------------|------------|----------------|
| 60-65 tahun | 49 | 48,0 |
| 66-70 tahun | 25 | 24,5 |
| 71-75 tahun | 14 | 13,7 |
| 76-84 tahun | 14 | 13,7 |
| Total | 102 | 100 |

Pada tabel 2, kelompok usia tertinggi ada pada usia 60-65 tahun sebanyak 49 orang 48%. Dan untuk kelompok usia terendah ada pada usia 71-75 tahun dan 76-84 tahun dengan jumlah masing-masing 14 orang 13,7%.

c. Asupan Serat

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Asupan Serat

| Asupan Serat | Frekuensi | Presentase (%) |
|--------------|------------|----------------|
| Baik | 34 | 33,3% |
| Kurang | 68 | 66,7% |
| Total | 102 | 100 |

Pada tabel 3, hasil dari distribusi asupan serat terdapat 34 orang dengan kategori asupan serat baik (33,3%) dan 68 orang dengan kategori kurang asupan serat (66,7%).

d. Tekanan Darah

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Tekanan Darah

| Tekanan Darah | Frekuensi | Presentase (%) |
|---------------|------------|----------------|
| Hipertensi | 67 | 65,7% |
| Normal | 35 | 34,3% |
| Total | 102 | 100 |

Pada tabel 4. Didapatkan hasil 35 orang (34,3%) dengan kategori normal dan 67 orang (65,7%) dengan kategori hipertensi.

3.2 Analisis Bivariat

Tabel 5. Distribusi Uji Chi Square Asupan Serat dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia di Puskesmas Lempake

Berdasarkan tabel 5, hasil uji *chi square* menunjukkan hasil dengan

| | | Hipertensi | | | P Value |
|--------------|--------|---------------|---------------|---------------|---------|
| | | Normal | Hipertensi | Total | |
| Asupan Serat | Baik | 31 (91,2%) | 3 (8,8%) | 34 (100%) | 0,000 |
| | Kurang | 4 (5,9%) | 64 (94,1%) | 68 (100%) | |
| Total | | 35 (34,3%) | 67 (65,7%) | 102 (100%) | |

kategori baik sebanyak 3 lansia (8,8%) mengalami hipertensi dan 31 lansia (91,2%) tidak mengalami hipertensi. Sedangkan dengan kategori kurang asupan serat sebanyak 64 lansia (94,1%) dengan hipertensi dan 4 lansia (5,9%) tidak mengalami hipertensi.

3.3 Pembahasan

Hasil analisis pada penelitian ini menggunakan uji statistic *chi square* didapatkan dengan hasil nilai *p-value* 0,000 atau $p < 0,05$ yang dapat disimpulkan bahwa adanya hubungan antara asupan serat dengan kejadian hipertensi pada lansia di Puskesmas Lempake.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan (Hapsari et al. 2021) sebanyak 60.9% sampel memilikk asupan serat yang kurang dengan *p-value*-0,000.

Pada penelitian (Inayah, Ari 2019) juga menunjukkan 46 subjek yang memiliku kurang serat, sebesar 63% mengalami hipertensi. Hasil uji *chi square* menunjukkan ada hubungan antara asupan serat pada pasien hipertensi dengan *p-value* 0,03 ($p < 0,05$). Dengan tingkat kepercayaan 95%.

Penelitian (Rahayu 2020) juga menunjukkan kecenderungan adanya hubungan antara asupan serat dengan hipertensi. Terdapat 3 sampel yang tidak menderita hipertensi dengan presentase (7,1%) dengan asupan seratnya kurang, sedangkan dengan kelompok yang menderita hipertensi ada 13 orang dengan presentase (76,5%) dengan asupan seratnya kurang.

Penderita hipertensi terkadang tidak menyadari dirinya mengalami hipertensi dan baru menyadari jika sudah terjadi komplikasi pada lansia. Hipertensi dapat dicegah dengan cara melakukan pengecekan tekanan darah secara berkala, dan dapat dicegah dengan memperbaiki gaya hidup, pola makan serta kualitas tidur (Rosliana 2023).

Perlunya untuk memperhatikan kemampuan masyarakat dalam *self-management* pada penderita hipertensi. Manajemen diri (*self-management*) adalah upaya penderita hipertensi untuk melakukan gaya

hidup yang baik dan benar seperti olahraga, kebiasaan makan dan dukungan keluarga (Badar et al., 2021).

Gaya hidup seseorang dilihat dari kehidupan sehari-harinya, gaya hidup yang kurang sehat dapat menyebabkan terjadinya hipertensi, misalnya kurangnya aktifitas fisik menyebabkan peningkatan lemak, berat badan dan tekanan darah (Rosliana 2023). Maka dari itu, pentingnya memperbaiki gaya hidup guna mengontrol tekanan darah tinggi. Diet yang baik dan olahraga yang tepat dapat membantu terjadinya hipertensi (Defri Mulyana, Juhrodin 2019).

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan secara langsung di tempat penelitian menunjukkan lansia di Posyandu yang terdapat di wilayah kerja Puskesmas Lempake banyak yang memilih dalam mengkonsumsi sayur dan buah.

Dan ada juga lansia yang memiliki riwayat penyakit seperti asam urat, kolesterol, magh akut, dan lain sebagainya maka dari itu beberapa responden sangat selektif dalam memilih makanan terutama sayur dan buah.

Strategi yang dapat dilakukan agar tercukupi asupan serat pada lansia di Posyandu yaitu dengan cara memberikan edukasi dengan media poster ataupun *booklet* yang mudah di pahami oleh lansia. Selain edukasi, dapat juga dilakukan konseling mengenai pentingnya asupan serat untuk lansia.

Dengan dilakukan pendidikan kesehatan diharapkan agar lansia dapat lebih memahami dan peduli terhadap kondisi kesehatan mereka masing-masing. Selain itu, lansia juga di harapkan tidak mengkonsumsi makanan yang memicu terjadinya hipertensi (Febriyanto et al. 2019).

4. KESIMPULAN

Dari hasil penelitian terkait hubungan asupan serat dengan kejadian hipertensi pada lansia di Puskesmas Lempake dapat disimpulkan bahwa :

1. Berdasarkan asupan serat, sebagian besar lansia memiliki asupan serat yang tidak cukup. Kurangnya dalam mengkonsumsi serat dapat mengakibatkan terjadinya hipertensi.
2. Berdasarkan tekanan darah pada lansia Posyandu Lansia di wilayah kerja Puskesmas Lempake, sebagian besar mengalami hipertensi dengan jumlah 67 lansia dengan presentase 65,7%
3. Adanya hubungan antara Asupan Serat dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia di Puskesmas Lempake, berdasarkan hasil uji statistic *chi square* menunjukkan hasil *p-value* 0,000 atau $p < 0,05$.

5. REFRENSI

- Arif Sumantri. Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta : Kencana, 2011
- Adam, Lusiana. 2019. "Determinan Hipertensi Pada Lanjut Usia." *Jambura Health and Sport Journal* 1(2): 82–89.
- Badar, Nulhakim I, and Rasmun. 2021. "Pencegahan DBD Pada Masyarakat Dayak Di Wilayah Kelurahan Pampang Samarinda Kalimantan Timur." *Husada Mahakam : Jurnal Kesehatan* 11(2): 173–84.
- Defri Mulyana, Juhrodin, Dwi Yulia N M. 2019. "Pemberdayaan Lansia

- Produktif, Aktif, Dan Sehat, Program Peningkatan Kualitas Hidup Lansia Melalui Pelatihan Senam Yoga Di Dusun Sindang Kalangan Dan Dusun Lengkongsari Kec. Sukamantri Kab. Ciamis.” *Jurnal Pengabdian Siliwangi Volume 5 , Nomor 1 , Tahun 2019 P-ISSN 2477-6629 5(2477-6629)*: 16–18.
- Febriyanto, Kresna, Sri Sunarti, Suprayitno, and Ainur Rachman. 2019. “Pengabdian Masyarakat Melalui Pemanfaatan Jalan Terapi Pada Lansia Di Desa Sumber Sari, Kutai Kartanegara.” *Sarwahita* 16(02): 167–74.
- Hapsari, Mirza, Salsa & Bintanah (2021). 2021. “Keterkaitan Persentase Lemak Tubuh , Asupan Serat , Dan Rasio.” *Nutri-Siains: Jurnal Gizi, Pangan dan Aplikasinya* 5(1): 53–62.
- Inayah, Ari, Yuriah (2019). 2019. “ILMU GIZI INDONESIA Hubungan Asupan Lemak, Serat Dan Rasio Lingkar Pinggang Pinggul Dengan Tekanan Darah Pasien Hipertensi Di Puskesmas Gondokusuman I Yogyakarta Correlation between Fat and Fiber Intake, Waist-Hip Ratio with Blood Pressure of Hypertension.” 02(02): 115–24.
- Janna, Nilda Miftahul, and Herianto. 2021. “Artikel Statistik Yang Benar.” *Jurnal Darul Dakwah Wal-Irsyad (DDI)* (18210047): 1–12.
- Kementerian Kesehatan RI. 2022. “Infodatin Lanjut Usia (Lansia).” *Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI*: 12.
- Kurniawan, Amali, Ramadhana, Afiska (2021). 2021. “Hubungan Asupan Lemak, Natrium, Dan Serat Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia Di Klinik Aisyah Medical Center (Amc) Pringsewu.” *Jurnal Gizi Aisyah* 4(2): 28–34.
<http://journal.aisyahuniversity.ac.id/index.php/JGA/article/view/asupanlemakamali>.
- Lenaini, Ika. 2021. “Teknik Pengambilan Sampel Purposive Dan Snowball Sampling.” *Jurnal Kajian, Penelitian & Pengembangan Pendidikan Sejarah* 6(1): 33–39. p-ISSN 2549-7332 %7C e-ISSN 2614-1167%0D.
- Lutfi, Mohammad, Luluk Fauziyah J, and Alvin Abdillah. 2019. “Hubungan Antara Diet Tinggi Serat Dengan Derajat Hipertensi Pada Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Kecamatan Bangkalan Komunitas Dan Keluarga , STIKes Ngudia Husada Madura , Bangkalan.” *Jurnal Ilmiah Ilmu Keperawatan*.
- Nasruddin, Nina Indriyani. 2022. “Validasi SQ-FFQ Dengan FR 24 Jam Untuk Menilai Asupan Zat Gizi Makro Dan Total Flavonoid Wanita Usia Subur Dengan Obesitas (Validity of SQ-FFQ with FR 24 Hour for Measuring Macro Nutrient and Total Flavonoid Dietary Intake in Reproductive Age Women With .” *Medula* 9(April): 145–54.
- Putri, Reviza Adhya, Raihanah Suzan, and Deri Mulyadi. 2022. “Korelasi Asupan Serat Terhadap Rasio Lingkar Pinggang-Panggul Dan Tekanan Darah Pada Overweight Dan Obesitas Di Civitas Akademika Prodi Kedokteran FKIK Universitas Jambi.” *Journal of Medical Studies* 2(2): 24–37.

- Rahayu. 2020. “Gambaran Asupan Serat, Kolestrol Dan Kejadian Hipertensi Pada Lansia Di Kelurahan Peguyangan Kecamatan Denpasar Utara.” *Sustainability (Switzerland)* 4(1): 1–9.
- Roslina, Ita. 2023. “Hubungan Gaya Hidup, Pola Makan Serta Kualitas Tidur Lansia Terhadap Pengendalian Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Parungpanjang Bogor Tahun 2022.” *Public Health Education* 02(3): 4–5.
- Utami, Niken Ayuk, S. Dwi Sulisetyawati, and Galih Setia Adi. 2020. “Boodidash (Booklet Diet Dash) Dapat Memperbaiki Pengetahuan , Asupan Serat , Dan Tekanan Darah Pasien Hipertensi Di Puskesmas Gamping I.” *Nutrisia* 22(2): 69–77.
- Wahab, A. 2021. “Sampling Dalam Penelitian Kesehatan.” *Jurnal Pendidikan dan Teknologi Kesehatan* 4(1): 38–45.
- Wang, Du, Ojo, Wu, Hou, Liu, Cui, Ju, Liu (2022). 2022. “Association between Dietary Fiber Intake and Colorectal Adenoma.” *Nutrition and Cancer* 74(10): 3446–56.
- Zhang, Wang, Shi, Sun (2018). 2018. “Exploration of the Association between Dietary Fiber Intake and Hypertension among U.S. Adults Using 2017 American College of Cardiology/American Heart Association Blood Pressure Guidelines: Nhanes 2007–2014.” *Nutrients* 10(8): 1–11.

HUBUNGAN ASUPAN SERAT DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI PADA LANSIA DI PUSKESMAS LEMPAKE

by Nanik Tri Susilowati

Submission date: 10-Aug-2023 03:45PM (UTC+0800)

Submission ID: 2143874647

File name: Nanik_Tri_Susilowati__1911102413107_Naskah_Publikasi.docx (41.83K)

Word count: 1807

Character count: 11270

HUBUNGAN ASUPAN SERAT DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI PADA LANSIA DI PUSKESMAS LEMPAKE

ORIGINALITY REPORT

29%
SIMILARITY INDEX

27%
INTERNET SOURCES

18%
PUBLICATIONS

5%
STUDENT PAPERS

PRIMARY SOURCES

| | | |
|----------|--|-----------|
| 1 | eprints.binadarma.ac.id Internet Source | 1% |
| 2 | journals.umkt.ac.id Internet Source | 1% |
| 3 | repositori.usu.ac.id Internet Source | 1% |
| 4 | dspace.umkt.ac.id Internet Source | 1% |
| 5 | core.ac.uk Internet Source | 1% |
| 6 | 123dok.com Internet Source | 1% |
| 7 | Komalasari Komalasari, Yetty Dwi Fara, Iis Tri Utami, Ade Tyas Mayasari, Vitria Komalasari, Nurlaelah Al Tadam. "Efektivitas Pemberian Makanan Tambahan Pemulihan (PMT-P) Terhadap Kenaikan Berat Badan Balita Stunting", Journal of Current Health Sciences, 2021 | 1% |