

**ASUHAN GIZI PADA KASUS HIPERTENSI DAN  
HIPERKOLESTEROLEMIA PASIEN RAWAT JALAN DI  
KABUPATEN SIDOARJO**

**KARYA TULIS ILMIAH**

Karya tulis ilmiah ini disusun sebagai salah satu persyaratan menyelesaikan Program Pendidikan Diploma Gizi di Program Studi Diploma 3 Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang

**DEA NIKE ANDHINI**

**P17110223023**



**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA**

**POLITEKNIK KESEHATAN MALANG**

**JURUSAN GIZI**

**PROGRAM STUDI DIPLOMA 3 GIZI**

**TAHUN 2025**

**HALAMAN PENGESAHAN**  
**KARYA TULIS ILMIAH**  
**ASUHAN GIZI PADA KASUS HIPERTENSI DAN**  
**HIPERKOLESTEROLEMIA PASIEN RAWAT JALAN DI KABUPATEN**  
**SIDOARJO**

Disusun Oleh

DEA NIKE ANDHINI

P17110223023

Telah dipertahankan dalam seminar di depan Dewan Penguji Pada tanggal:

31 Januari 2025

SUSUNAN DEWAN PENGUJI

Ketua

Fifi Luthfiyah, S.ST., M.Kes  
NIP.197404082001122001

Anggota

Dr. Nur Rahman, S.TP., MP., RD  
NIP.196509131989031003

(.....)

(.....)

Malang, 31 Januari 2025

Ketua Jurusan Gizi

Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang



Ibnu Kaji, S.KM., M.Kes., RD  
NIP.196610181989031001

## HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Dea Nike Andhini

NIM : P17110223023

Program Studi : D3 Gizi

Jurusan : Gizi

Judul KTI : Asuhan Gizi Pada Kasus Hipertensi dan Hiperkolesterolemia  
Pasien Rawat Jalan di Kabupaten Sidoarjo

Dengan ini menyatakan bahwa Karya Tulis Ilmiah yang saya tulis ini adalah benar-benar karya saya dengan arahan dosen pembimbing dan belum diajukan dalam bentuk apapun kepada perguruan tinggi manapun. Sumber informasi yang berasal atau dikutip dari karya yang diterbitkan maupun tidak diterbitkan dari penulis lain, telah disebutkan dalam teks dan dicantumkan dalam Daftar Pustaka.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila di kemudian hari terjadi penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena Karya Tulis Ilmiah ini dan sanksi lain sesuai dengan peraturan yang berlaku di Poltekkes Kemenkes Malang.

Sidoarjo, 23 Januari 2025

Yang membuat pernyataan,

Dea Nike Andhini

NIM. P17110223023

## **HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA TULIS ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai civitas akademik Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Dea Nike Andhini

NIM : P17110223023

Program Studi : D3 Gizi

Jurusan : Gizi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang **Hak Bebas Royalti Non Eksklusif (*Non-exclusive Royalty- Free Right*)** atas Karya Tulis Ilmiah saya yang berjudul :

### **Asuhan Gizi Pada Kasus Hipertensi dan Hiperkolesterolemia Pasien Rawat Jalan di Kabupaten Sidoarjo**

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang berhak menyimpan, mengalihmedia/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Sidoarjo, 23 Januari 2025

Yang menyatakan,

Dea Nike Andhini

NIM. P17110223023

## KATA PENGANTAR

Puji syukur saya panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan rahmat-Nya, saya dapat menyelesaikan karya tulis ilmiah ini. Penulisan Karya Tulis Ilmiah ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Ahli Madya Gizi pada Program Studi D3 Gizi Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang. Karya Tulis Ilmiah ini terwujud atas bimbingan, pengarahan dan bantuan dari berbagai pihak yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu dan pada kesempatan ini penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. Dr. Moh. Wildan, A.Per.Pen., M.Pd selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang
2. Ibnu Fajar, SKM., M.Kes selaku Ketua Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang
3. Maryam Razak, STP., M.Si selaku Ketua Program Studi Diploma 3 Gizi, Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang
4. Dr. Nur Rahman, S.TP., MP., RD selaku Pembimbing
5. Fifi Luthfiyah, S.ST., M.Kes selaku Penguji
6. Kepala Unit Perpustakaan Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang beserta staf yang telah banyak menyediakan literatur

7. Orang tua dan keluarga saya yang telah memberikan dukungan material dan moral serta selalu memberikan doa dan motivasi sehingga penulis dapat menyelesaikan karya tulis ilmiah ini
8. Teman dan sahabat penulis yang telah memberikan dukungan dan motivasi kepada saya sehingga saya dapat menyelesaikan tepat waktu
9. Responden yang telah memberikan waktu dan informasi untuk membantu penyelesaian karya tulis ilmiah ini
10. PT. Kereta Api Indonesia Persero beserta para staf yang telah menyediakan transportasi selama ini

Akhir kata, saya berharap semoga Tuhan Yang Maha Esa membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga Tugas Akhir ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu.

Sidoarjo, 23 Januari 2025

Penulis

## DAFTAR ISI

PERSETUJUAN PEMBIMBING.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN .....	iii
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA TULIS ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS .....	iv
KATA PENGANTAR.....	v
ABSTRACT .....	viii
DAFTAR ISI .....	ix
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR GAMBAR .....	xii
DAFTAR LAMPIRAN .....	xiii
BAB I .....	1
PENDAHULUAN .....	1
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	3
C. Tujuan.....	3
D. Manfaat .....	4
E. Kerangka Konsep .....	5
BAB II.....	6
TINJAUAN PUSTAKA .....	6
A. Hipertensi .....	6
B. Kolesterol .....	18

C. Proses Asuhan Gizi .....	32
BAB III .....	37
METODE PENELITIAN.....	37
A. Jenis dan Desain Penelitian.....	37
B. Waktu dan Tempat Penelitian.....	37
C. Subyek Penelitian.....	37
D. Definisi Operasional.....	38
E. Instrument Penelitian .....	40
F. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data .....	41
G. Pengolahan dan Analisis Data.....	45
BAB IV .....	51
HASIL DAN PEMBAHASAN.....	51
A. Karakteristik Pasien .....	51
B. Asuhan Gizi.....	52
BAB V.....	77
KESIMPULAN DAN SARAN.....	77
A. Kesimpulan .....	77
B. Saran.....	77
DAFTAR PUSTAKA .....	79
LAMPIRAN.....	84

## DAFTAR TABEL

Table 1. Klasifikasi Hipertensi Menurut JNC VIII .....	9
Table 2. Definisi Operasional Variabel .....	38
Table 3. Kategori IMT.....	46
Table 4. Standar asupan makan.....	50
Table 5. Data Identitas Pasien .....	51
Table 6. Data Antropometri Pasien .....	52
Table 7. Data biokimia pasien.....	53
Table 8. Data Fisik/klinis Pasien.....	55
Table 9. Hasil Recall Minggu Pertama .....	59
Table 10. Data Monitoring dan Evaluasi Antropometri.....	64
Table 11. Data Monitoring dan Evaluasi Biokimia.....	65
Table 12. Monitoring dan Evaluasi Fisik/klinis .....	67
Table 13. Data Monitoring dan evaluasi terapi edukasi.....	75

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Konsep .....	5
Gambar 2. Data Monitoring Asupan Energi .....	69
Gambar 3. Data Monitoring Asupan Protein.....	70
Gambar 4. Data Monitoring Asupan Lemak .....	71
Gambar 5. Data Monitoring Asupan Karbohidrat.....	73
Gambar 6. Data monitoring asupan natrium .....	74

## **DAFTAR LAMPIRAN**

Lampiran 1. Lembar Permohonan Responden.....	84
Lampiran 2 Lembar Kesanggupan Responden .....	85
Lampiran 3 Formulir FFQ.....	86
Lampiran 4 Formulir Recall 24 Jam .....	88
Lampiran 5 Hasil Recall 24 Jam .....	92
Lampiran 6 Kuesioner Tingkat Pengetahuan .....	98
Lampiran 7 Formulir PAGT .....	102