

SKRIPSI

**HUBUNGAN POLA MAKAN DAN KEPATUHAN MINUM OBAT
DENGAN TERKONTROLNYA TEKANAN DARAH PADA PENDERITA
HIPERTENSI DI PUSKESMAS BASIRIH BARU BANJARMASIN**

TAHUN 2024



Oleh :

RIFKA IMELDA BABY ANGGI

113063C1120058

PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN DAN PROFESI NERS

SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN SUAKA INSAN

BANJARMASIN

2024

**HUBUNGAN POLA MAKAN DAN KEPATUHAN MINUM OBAT
DENGAN TERKONTROLNYA TEKANAN DARAH PADA PENDERITA
HIPERTENSI DI PUSKESMAS BASIRIH BARU BANJARMASIN**

TAHUN 2024

SKRIPSI

Diajukan sebagai syarat untuk memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan Sekolah
Tinggi Ilmu Kesehatan Suaka Insan Banjarmasin



Oleh :

RIFKA IMELDA BABY ANGGI

113063C1120058

**PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN DAN PROFESI NERS
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN SUAKA INSAN
BANJARMASIN**

2024

LEMBAR PERSETUJUAN

Skripsi ini telah diperiksa, dan disetujui untuk di seminarkan

Banjarmasin, 16 Juli 2024

Pembimbing Skripsi

Pembimbing I



Warjiman, S.Kep., Ners., MSN

Pembimbing II



Aulia Rachman, S.Kep., Ners., M.Kep

Koordinator Penelitian, STIKES Suaka Insan Banjarmasin



Lanawati, S.Kep., Ners., M.Kep

LEMBAR PENGESAHAN
SKRIPSI
HUBUNGAN POLA MAKAN DAN KEPATUHAN MINUM OBAT DENGAN
TERKONTROLNYA TEKANAN DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI DI
PUSKESMAS BASIRIH BARU BANJARMASIN TAHUN 2024

Diajukan oleh :

Rifka Imelda Baby Anggi

113063C1120058

Telah Diseminarkan dan Diujikan

Pada Selasa, 16 Juli 2024

Penguji I



Ermeisi Er Unja, S.Kep.,Ners.,M.Kep

Penguji II



Bernadeta Trihandini, SST.,M.Tr.M.Kep

Penguji III



Theresia Jamini, S.Kep., Ners., M.Kep

Mengetahui

Ketua STIKES Suaka Insan Banjarmasin

Sr. Imelda Ingir Ladjar, SPC., BSN., MHA., Ph.D

**THE RELATIONSHIP OF DIET AND COMPLIANCE WITH
MEDICATION WITH CONTROLLED BLOOD PRESSURE IN
HYPERTENSION PATIENTS AT THE BASIRIH BARU
BANJARMASIN HEALTH CENTER, 2024**

Rifka Imelda Baby Anggi¹, Warjiman², Aulia Rachman³

ABSTRACT

Background : Hypertension is a medical condition in which blood pressure in the arteries is always high, characterized by an increase in systolic blood pressure >140 mmHg and diastolic >90 mmHg. Hypertension cannot be cured, but it can be controlled. One way to control hypertension is to change your lifestyle, especially adjusting your diet and taking anti-hypertension medication regularly.

Research Objective : To determine the relationship between diet and adherence to taking medication with controlled blood pressure in hypertension sufferers at the Basirih Baru Community Health Center, Banjarmasin.

Method : Correlational research design with a cross sectional approach, data collection using a purposive sampling method. The research sample was hypertension sufferers in the Basirih Baru Community Health Center area with a total of 86 respondents. Data collection uses questionnaires, sphygmomanometers and observation sheets. Data analysis using the Spearman Rank test.

Result : The majority of respondents in this study found that their diet was good, 53 people (61.6%), 61 people (70.9%) adhered to taking medication, 59 people (68.6%) had controlled blood pressure. Statistical tests showed that there was no relationship between diet and controlled blood pressure (p-value = 0.769), there was a relationship between adherence to taking medication and controlled blood pressure in hypertension sufferers at the Basirih Baru Community Health Center, Banjarmasin (p-value = 0.000)

Conclusion : There is no relationship between diet and controlled blood pressure, but there is a relationship between adherence to taking medication and controlled blood pressure in hypertension sufferers at the Basirih Baru Community Health Center, Banjarmasin. However, diet is a risk factor that can affect blood pressure control.

Keyword : Compliance with Medication, Diet, Blood Pressure Control

¹ Student at Banjarmasin Human Asylum College of Health Sciences

^{2,3} Lecturer at Banjarmasin Human Asylum College of Health Sciences

**HUBUNGAN POLA MAKAN DAN KEPATUHAN MINUM OBAT
DENGAN TERKONTROLNYA TEKANAN DARAH PADA PENDERITA
HIPERTENSI DI PUSKESMAS BASIRIH BARU BANJARMASIN
TAHUN 2024**

Rifka Imelda Baby Anggi¹, Warjiman², Aulia Rachman³

INTISARI

Latar Belakang : Hipertensi merupakan kondisi medis di mana tekanan darah dalam arteri selalu tinggi, ditandai dengan peningkatan tekanan darah sistolik >140 mmHg dan diastolik >90 mmHg. Hipertensi tidak dapat disembuhkan, tetapi dapat dikendalikan. Salah satu cara untuk mengontrol hipertensi adalah dengan mengubah gaya hidup, terutama pengaturan pola makan dan minum obat anti hipertensi secara teratur.

Tujuan Penelitian : Mengetahui hubungan pola makan dan kepatuhan minum obat dengan terkontrolnya tekanan darah pada penderita hipertensi di Puskesmas Basirih Baru Banjarmasin

Metode : Rancangan penelitian korelasional dengan pendekatan *cross sectional*, pengambilan data dengan metode *purposive sampling*. Sampel penelitian yaitu penderita hipertensi di wilayah Puskesmas Basirih Baru dengan jumlah 86 responden. Pengumpulan data menggunakan kuesioner, tensimeter dan lembar observasi. Analisa data melalui uji *Spearman Rank*.

Hasil : Mayoritas pada penelitian ini didapatkan pola makan responden baik sebanyak 53 orang (61,6%), patuh minum obat 61 orang (70,9%), tekanan darah terkontrol 59 orang (68,6%). Uji statistik didapatkan tidak ada hubungan antara pola makan dengan terkontrolnya tekanan darah (*p-value* =0,769), ada hubungan antara kepatuhan minum obat dengan terkontrolnya tekanan darah pada penderita hipertensi di Puskesmas Basirih Baru Banjarmasin (*p-value*=0,000)

Kesimpulan : Tidak ada hubungan antara pola makan dengan terkontrolnya tekanan darah, tetapi ada hubungan antara kepatuhan minum obat dengan terkontrolnya tekanan darah pada penderita hipertensi di Puskesmas Basirih Baru Banjarmasin. Namun pola makan adalah fakto risiko yang dapat mempengaruhi terkontrolnya tekanan darah.

Kata Kunci : Kepatuhan Minum Obat, Pola Makan, Terkontrolnya Tekanan Darah

¹ Mahasiswa Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Suaka Insan Banjarmasin

^{2,3} Dosen Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Suaka Insan Banjarmasin

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Rifka Imelda Baby Anggi
Nim : 113063C110058
Prodi : Sarjana Ilmu Keperawatan
Jenis Karya : Skripsi

Sebagai Civitas Akademik STIKES Suaka Insan Banjarmasin, yang turut serta mendukung pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui dan memberikan kepada STIKES Suaka Insan Banjarmasin atas karya ilmiah saya yang berjudul "Hubungan Pola Makan dan Kepatuhan Minum Obat dengan Terkontrolnya Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi di Puskesmas Basirih Baru Banjarmasin Tahun 2024".

Dengan adanya Hak Bebas Royalti ini maka, STIKES Suaka Insan Banjarmasin mempunyai kebebasan secara penuh untuk menyimpan, melakukan editing, mengalihkan format/media yang berbeda, melakukan kelolaan berupa mencantumkan nama penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta dengan segala perangkat yang ada (bila diperlukan) Pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Di buat di : Banjarmasin

Pada tanggal : 16 Juli 2024

Saya Yang Menyatakan



Rifka Imelda Baby Anggi

PERNYATAAN ORISINALITAS SKRIPSI

Dengan ini saya menyatakan bahwa :

1. Skripsi ini adalah karya tulis saya asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik (sarjana, magister) baik di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Suaka Insan (STIKES SUAKA INSAN) maupun di perguruan tinggi lain.
2. Karya tulis ini adalah murni gagasan, rumusan, dan penelitian penulis sendiri tanpa bantuan pihak lain, kecuali arahan dari pembimbing ataupun tim penguji.
3. Dalam karya tulis ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dicantumkan sebagai acuan dalam naskah dengan disebutkan nama pengarang dan dicantumkan dalam daftar pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena karya ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma yang berlaku diperguruan tinggi ini.

Banjarmasin, 16 Juli 2024

Yang membuat pernyataan



Rifka Imelda Baby Anggi

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Rifka Imelda Baby Anggi
Nim : 113063C110058
Prodi : Sarjana Ilmu Keperawatan
Jenis Karya : Skripsi

Sebagai Civitas Akademik STIKES Suaka Insan Banjarmasin, yang turut serta mendukung pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui dan memberikan kepada STIKES Suaka Insan Banjarmasin atas karya ilmiah saya yang berjudul "Hubungan Pola Makan dan Kepatuhan Minum Obat dengan Terkontrolnya Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi di Puskesmas Basirih Baru Banjarmasin Tahun 2024".

Dengan adanya Hak Bebas Royalti ini maka, STIKES Suaka Insan Banjarmasin mempunyai kebebasan secara penuh untuk menyimpan, melakukan editing, mengalihkan format/media yang berbeda, melakukan kelolaan berupa mencantumkan nama penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta dengan segala perangkat yang ada (bila diperlukan) Pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Di buat di : Banjarmasin
Pada tanggal : 16 Juli 2024

Saya Yang Menvatakan


Rifka Imelda Baby Anggi

LEMBAR PERSEMBAHAN

Dengan rasa syukur yang mendalam, telah selesainya skripsi yang telah di tulis oleh peneliti skripsi ini dipersembahkan untuk :

Pertama-tama saya ucapkan terima kasih kepada Tuhan Yesus yang selalu memberikan kesehatan, menguatkan saya dan memberkati setiap proses saya sehingga skripsi ini bisa selesai.

Terima kasih untuk Mimom, Babe, Aldi, Mintum, Mina Aai, Tambi yang selalu memberikan support, doa dan sekaligus menjadi donatur dalam penyusunan skripsi ini hehe.

Terima kasih juga untuk diri saya sendiri, terima kasih sudah mampu bertahan sampai ditahap ini walaupun banyak cobaan yang harus dicoba tapi Puji Tuhan masih menyelesaikan tahap ini dengan bai dalam keadaan sehat fisik dan mental.

Untuk sahabat saya Monika, makasih lah njit sudah mau mendengar curhatan gw, makasih karena selalu support gw, sakin banyaknya kebaikan km sampai kada ingat gw,,astagaa eh intinya makasih banyak-banyak lah gasan dirimu akhirnya salah satu wishlist kita terlaksanakan, yaitu bisa lulus dan mv wisuda baimbai hehe,,sukses selalu kawan.

Terima kasih juga untuk personil **Young, Rich and slow Woman** (Amita, Mariana, Nadya, Putri, dan Yustira) makasih gess sudah menjadi sahabat Anggi dari awal masuk kuliah sampai sekarang, makasih atas hiburannya di kelas, diluar dan di grup whatsapp, walaupun kadang yang dibahas hal tidak penting tapi itu yang menjadi hiburan hehe,,makasih juga atas support dan bantuannya selama ini, makasih karena sudah banyak-banyak sabar menghadapi Anggi yang lemot dan kadang gak jelas ini hehehe,,kada terasa satumat lagi kita berpisah lah gess adohh sedih banget Anggi, buhanmu jangan sampai kada ingat dengan gw lah gess, jangan badiaman aja di grup, intinya itu jangan sampai jadi asing, karena yang asing itu cukup gw dengan dia saja haha. Adohh kaya kata-kata perpisahan aja ini wkwk, intinya kalian the best senang bisa

bertemu dan kenal dengan kalian gess semoga kita selalu bahagia dan sukses selalu. Pokoknya lope-lope bahambur deh gasan babuhan pian wkwk

Terima kasih juga untuk penghuni kamar 27 (Monik dan Ivonty) makasih lah gess atas segala bantuannya, makasih atas suka dukanya selama sekamar di asrama, kada lawas lagi kita keluar asrama gess, yahh sedih pasti kita jarang bertemu. Intinya makasih ya gess atas kebersamaannya atas semuanya,,,lupyuuuuu haha.

Terakhir saya ucapkan terima kasih untuk pembimbing saya bapa-bapa berdua, Pa Warjiman dan Bapa Aulia, terima kasih atas masukkan atas saran atas waktu yang sudah diluangkan sehingga saya bisa menyelesaikan skripsi ini. Untuk tim penguji saya terima kasih juga ibu Ermeisi, ibu Berni dan ibu TJ. Terima kasih atas saran dan masukkan yang sudah diberikan.

“SUSAH DIBAYANGKAN, MUDAH DIJALANI”.

Selagi niat baik pasti ada hasil yang terbaik, setiap kesulitan pasti ada jalan keluarnya, kalau jalannya buntu kita bisa putar balik gess atau lewat jalan tikus. Seperti pepatah “Banyak Jalan Menuju Roma” begitulah kira-kira maksudnya gess. Seperti yang terdapat pada ayat Alkitab:

Kolose 3:17 “ Dan segala sesuatu yang kamu lakukan dengan perkataan atau perbuatan, lakukanlah semuanya itu dalam nama Tuhan Yesus, sambil mengucap syukur oleh Dia kepada Allah, Bapa kita”.

Flipi 4:6 “ Janganlah hendaknya kamu kuatir tentang apapun juga, tapi nyatakanlah dalam segala hal keinginanmu kepada Allah dalam doa dan permohonan dengan ucapan syuku”.

1 Tesalonika 5:21 “Ujilah segala sesuatu dan peganglah yang baik”

Semangat selalu untuk kita semua. Tuhan Yesus Memberkat

CURRICULUM VITAE

- A. Nama : Rifka Imelda Baby Anggi
- B. Tempat/Tanggal Lahir : Bahaur, 11 Mei 2002
- C. Agama : Kristen Protestan
- D. Status : Mahasiswa
- E. Identitas Keluarga
1. Ayah : Nuji
 2. Ibu : Jentawati
 3. Saudara Kandung : 1. Renaldi Oktaberi (Kakak)
2. Julia Baby Astri (Adek)
- F. Alamat : Jl. Sapila Rt.06 Desa Bahaur Hulu Permai
Kec. Kahayan Kuala, Kab. Pulang Pisau,
Prov. Kalimantan Tengah
- G. Riwayat Pendidikan
1. SD : SDN BAHATUR HULU 2
 2. SMP : SMPN 2 KAHAYAN KUALA
 3. SMA : SMAN 1 KAHAYAN KUALA
 4. Perguruan Tinggi : STIKES Suaka Insan Banjarmasin (2020-
Sekarang)

KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti panjatkan kehadiran Tuhan Yang Maha Kuasa atas berkat anugerah serta penyertaan-Nya peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini yang berjudul **“Hubungan Pola Makan dan Kepatuhan Minum Obat dengan Terkontrolnya Tekanan Darah di Puskesmas Basirih Baru Banjarmasin Tahun 2024”**.

Skripsi ini penulis susun sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar sarjana keperawatan di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Suaka Insan Banjarmasin. Dalam penyusunan skripsi ini tidak terlepas dari bimbingan dan dukungan dari berbagai pihak yang telah meluangkan waktu dan memberikan bantuan dalam penulisan skripsi ini. Oleh karena itu, pada kesempatan ini peneliti menyampaikan ucapan terimakasih kepada:

1. Sr. Imelda Ingir Ladjar, SPC., BSN., MHA., Ph.D selaku Ketua STIKES Suaka Insan Banjarmasin
2. dr. Sismiyati selaku Kepala Puskesmas Basirih Baru yang telah memberikan dukungan dan izin untuk melakukan penelitian
3. Ibu Maria Silvana Dhawo, S.Kep.,Ners.,MHPed selaku wakil ketua I STIKES Suaka Insan Banjarmasin.
4. Sr. Gertrudis Tutpai, SPC, S.Pd., M.Psi selaku wakil ketua II STIKES Suaka Insan Banjarmasin sekaligus Pembimbing Akademik Program Studi Sarjana Ilmu Keperawatan Kelas B Angkatan XIV yang selalu mengingatkan untuk mengerjakan skripsi
5. Ibu Theresia Jamini, S.Kep.,Ners.,M.Kep selaku ketua Program Studi Ilmu Keperawatan dan Profesi Ners STIKES Suaka Insan Banjarmasin sekaligus

- penguji III yang bersedia memberikan masukan dan saran dalam sidang skripsi
6. Ibu Lanawati, S.Kep., Ners., M.Kep selaku Koordinator Riset Penelitian STIKES Suaka Insan Banjarmasin
 7. Bapak Warjiman, S.Kep., Ners., MSN selaku pembimbing I yang telah banyak memberikan saran dan arahan dalam penyusunan skripsi
 8. Bapa Aulia Rachman, S.Kep., Ners., M.Kep selaku pembimbing II yang telah banyak memberikan saran dan arahan dalam penyusunan skripsi
 9. Ibu Ermeisi Er Unja, S.Kep., Ners., M.Kep selaku penguji I yang bersedia memberikan masukan dan saran dalam skripsi ini.
 10. Ibu Bernadeta Trihandini, SST., M.Tr. M.Kep selaku penguji II yang bersedia memberikan masukan dan saran dalam penyusunan skripsi ini
 11. Orang tua, keluarga dan teman-teman yang selalu memberikan dukungan, masukan serta semangat selama pengerjaan skripsi ini.
 12. Kepada semua masyarakat di Puskesmas Basirih Baru yang terlibat dan bersedia meluangkan waktu menjadi responden dalam penelitian ini

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kata kesempurnaan oleh karena itu penulis mengharapkan adanya kritik dan saran yang membangun. Akhir kata penulis berharap semoga skripsi ini dapat menyumbang sesuatu yang bermanfaat bagi pembaca terutama untuk pengembangan ilmu kesehatan khususnya keperawatan.

Banjarmasin, 16 Juli 2024



Rifka Imelda Baby Anggi

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN.....	ii
LEMBAR PENGESAHAN	ii
<i>ABSTRACT</i>	iii
INTISARI.....	iv
PERNYATAAN ORISINALITAS SKRIPSI.....	v
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	vi
LEMBAR PERSEMBAHAN	ix
<i>CURRICULUM VITAE</i>	xi
KATA PENGANTAR.....	xii
DAFTAR ISI	xiv
DAFTAR TABEL.....	xviii
DAFTAR GAMBAR	xix
DAFTAR SKEMA	xx
DAFTAR LAMPIRAN	xxi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan Penelitian.....	5
D. Manfaat Penelitian	6

E. Keaslian Penelitian	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	14
A. Telaah Pustaka	14
1. Konsep hipertensi	14
a. Pengertian hipertensi	14
b. Klasifikasi hipertensi	15
c. Patofisiologi.....	16
d. Etiologi	18
e. Manifestasi klinis.....	22
f. Komplikasi.....	24
g. Pencegahan	25
h. Modifikasi gaya hidup untuk penderita hipertensi	25
i. Penatalaksanaan.....	28
2. Konsep pola makan.....	29
a. Pengertian pola makan.....	29
b. Jenis makanan yang dapat menyebabkan hipertensi	30
d. Makanan yang disarankan untuk penderita hipertensi.....	33
e. Metode penilaian pola makan.....	35
3. Kepatuhan minum obat.....	36
a. Pengertian	36
b. Faktor-faktor yang berhubungan	38

c. Strategi mempertahankan kepatuhan minum obat.....	45
B. Landasan Teori.....	46
C. Skema Landasan Teori.....	54
D. Kerangka Konsep Penelitian.....	55
E. Hipotesis	56
BAB III METODE PENELITIAN.....	57
A. Jenis dan Rancangan Penelitian	57
B. Variabel Penelitian	57
C. Definisi Operasional	58
D. Tempat dan Waktu Penelitian	59
E. Populasi Penelitian.....	59
1. Populasi.....	59
2. Sampel	59
3. Sampling	60
F. Instrumen Penelitian	61
G. Uji Validitas dan Reliabilitas	62
1. Uji Validitas	62
2. Uji Reliabilitas	65
H. Teknik Pengumpulan Data.....	66
1. Tahap persiapan pengumpulan data.....	66
2. Tahap Pelaksanaan.....	67

3. Tahap terminasi.....	69
I. Cara Analis Data	70
1. Pengolahan Data	70
2. Analisa Data.....	74
J. Pertimbangan Etik.....	77
K. Keterbatasan Penelitian.....	79
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	80
A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian	80
B. Karakteristik Responden	86
C. Hasil dan Pembahasan.....	91
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	102
A. Kesimpulan.....	102
B. Saran	103
DAFTAR PUSTAKA	104
LAMPIRAN.....	112

DAFTAR TABEL

Tabel 1. 1 Keaslian Penelitian	7
Tabel 2. 1 Klasifikasi tekanan darah menurut JNC VII	16
Tabel 2. 2 Klasifikasi tekanan darah menurut JNC VIII	16
Tabel 3. 1 Definisi Operasional.....	58
Tabel 4. 1 Jumlah penduduk wilayah kerja Puskesmas Basirih Baru	81
Tabel 4. 2 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Umur	86
Tabel 4. 3 Karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin.....	88
Tabel 4. 4 Distribusi Frekuensi Pola Makan Penderita Hipertensi	91
Tabel 4. 5 Distribusi Frekuensi Kepatuhan Minum Obat	93
Tabel 4. 6 Distribusi Frekuensi Terkontrolnya Tekanan Darah.....	95
Tabel 4. 7 Hubungan pola makan dengan terkontrolnya tekanan darah.	97
Tabel 4. 8 Hubungan kepatuhan minum obat dengan tekanan darah.....	99

DAFTAR GAMBAR

Gambar 4. 1 Puskesmas Basirih Baru Kota Banjarmasin	80
---	----

DAFTAR SKEMA

Skema 1. 1 Kerangka Landasan Teori.....	55
Skema 1. 2 Kerangka Konsep Penelitian	56

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Izin Studi Pendahuluan	113
Lampiran 2 Surat Izin Uji Validitas dan Reliabilitas	114
Lampiran 3 Surat Izin Pengumpulan Data Penelitian	115
Lampiran 4 Surat Balasan Studi Pendahuluan Dari Dinkes.....	116
Lampiran 5 Surat Balasan Uji Validitas dan Reliabilitas Dari Dinkes.....	119
Lampiran 6 Surat Balasan Pengumpulan Data Penelitian Dari Dinkes	121
Lampiran 7 Surat Balasan Studi Pendahuluan Dari Puskesmas Basirih Baru	123
Lampiran 8 Surat Balasan Pengumpulan Data Penelitian Dari Puskesmas.....	124
Lampiran 9 Sertifikat Etik.....	126
Lampiran 10 Lembar Permohonan Menjadi Responden	127
Lampiran 11 Lembar Kuesioner	132
Lampiran 13 Hasil Uji Valid Kuesioner FFQ	137
Lampiran 15 Tabel Master Uji Validitas dan Reliabilitas	141
Lampiran 16 Hasil Uji Valid MMAS 8	142
Lampiran 17 Distribusi Frekuensi.....	143
Lampiran 19 Tekanan Darah	149
Lampiran 20 Dokumentasi.....	150
Lampiran 21 Lembar Konsultasi.....	151