



**HUBUNGAN STATUS GIZI DENGAN TEKANAN DARAH PADA  
REMAJA DI SMAN 5 BEKASI TAHUN 2016**

**SKRIPSI**



**RINA FAZRIYATI**

**1205025066**

**PROGRAM STUDI GIZI  
FAKULTAS ILMU-ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PROF. DR. HAMKA  
JAKARTA  
2016**

**HUBUNGAN STATUS GIZI DENGAN TEKANAN DARAH PADA  
REMAJA DI SMAN 5 BEKASI TAHUN 2016**

**SKRIPSI**

**Diajukan sebagai Salah Satu Syarat untuk  
Memperoleh Gelar Sarjana Gizi**



**PROGRAM STUDI GIZI  
FAKULTAS ILMU-ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PROF. DR. HAMKA  
JAKARTA  
2016**

## PERNYATAAN

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa Skripsi dengan judul “Hubungan Status Gizi dengan Tekanan Darah pada Remaja di SMAN 5 Bekasi” merupakan hasil karya sendiri dan sepanjang pengetahuan dan keyakinan saya bukan plagiat dari karya ilmiah yang telah dipublikasikan sebelumnya atau ditulis orang lain. Semua sumber, baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya tulis dengan benar sesuai dengan pedoman dan tata cara pengutipan yang berlaku. Apabila ternyata di kemudian hari Skripsi ini, baik sebagian maupun keseluruhan merupakan hasil plagiat atau penjiplakan terhadap karya orang lain, maka saya bersedia mempertanggung jawabkan sekaligus menerima sanksi berdasarkan perundang-undangan dan aturan yang berlaku di Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. HAMKA.

Jakarta, 20 November 2016



Rina Fazriyati

1205025066

## PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR


Saya, yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Rina Fazriyati  
NIM : 1205025066  
Program Studi : Ilmu Gizi  
Fakultas : Ilmu-ilmu Kesehatan  
Jenis karya : Skripsi

demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. Hamka **Hak Bebas Royalti Noneksklusif (Non-exclusive Royalty-Free Right)** atas skripsi saya yang berjudul **Hubungan Status Gizi dengan Tekanan Darah pada Remaja SMAN 5 di Bekasi** beserta perangkat yang ada. Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. Hamka berhak menyimpan, mengalihmedia/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan memublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, 20 November 2016

Yang menyatakan,

  
(Rina Fazriyati)

## HALAMAN PENGESAHAN

Nama : Rina Fazriyati  
NIM : 1205025066  
Judul Skripsi : Hubungan Status Gizi dengan Tekanan Darah pada Remaja di SMAN 5 Bekasi Tahun 2016

Sripsi dari mahasiswa tersebut di atas telah berhasil dipertahankan di hadapan tim penguji dan diterima sebagai salah satu syarat untuk memperoleh Gelar Sarjana Gizi pada Program Studi Ilmu Gizi., Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. HAMKA.

Jakarta, 20 Desember 2016

### TIM PENGUJI

Pembimbing I : Ahmad Faridi, MKM (  )  
Pembimbing II : Leni Sri Rahayu, SKM, MPH (  )  
Penguji I : Mohammad Furqan, SKM, MKM (  )  
Penguji II : Indah Yuliana, S.Gz, M.Si (  )

## HALAMAN PERSEMBAHAN

Skripsi ini saya persembahkan untuk orang tua saya yang selalu mendukung saya, serta do'a yang membantu saya untuk dapat menyelesaikan skripsi ini.

Terima kasih untuk adik-adik, sahabat, serta teman-teman yang telah menghibur saya saat pengerjaan skripsi ini serta menghilangkan rasa lelah, penat dan stress yang saya alami dan terus memotivasi saya hingga skripsi ini selesai.

Sekali anda mengerjakan sesuatu, jangan takut gagal dan jangan tinggalkan itu. Orang-orang yang bekerja dengan ketulusan hati adalah mereka yang paling bahagia.

(Chanakya)

*“Hai orang-orang yang beriman, apabila dikatakan kepadamu, “Berlapang lapanglah dalam majelis”, maka lapangkanlah, niscaya Allah akan memberi kelapangan untukmu, Dan apabila dikatakan, “Berdirilah kamu”, maka berdirilah, niscaya Allah akan meninggikan orang-orang yang beriman di antaramu dan orang-orang yang diberi ilmu pengetahuan beberapa derajat. Dan Allah Maha Mengetahui apa yang kamu kerjakan”*

(QS. Al-Mujaadilah : 11)

*“Banyak bersikap diam adalah keindahan yang menghiasi orang yang berakal dan rahasia yang menutup-nutupi orang bodoh”*

(Ulama)

## KATA PENGANTAR

*Bismillahirrahmanirrahim,*

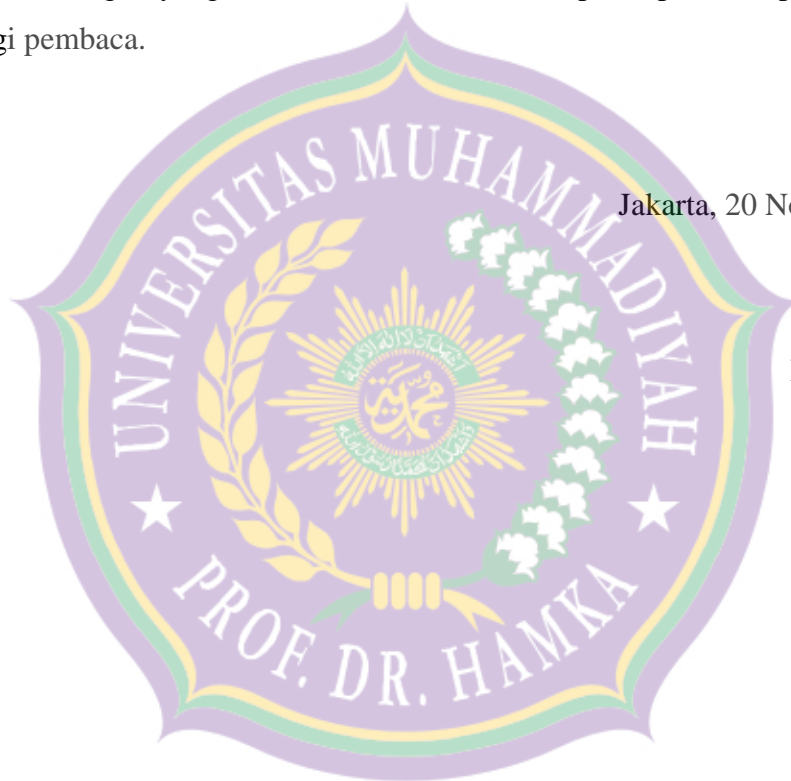
Puji syukur kepada Allah Swt. yang telah memberikan kekuatan, hikmah, hidayah, dan rahmat-Nya kepada Penulis sampai saat ini, sehingga Penulis dapat menyelesaikan Skripsi ini. Alasan Penulis memilih judul Skripsi ini karena ingin melihat apakah teori tentang hubungan antara status gizi dengan tekanan darah dan kadar glukosa darah yang berlaku untuk orang dewasa juga berlaku untuk remaja serta ingin menyadarkan masyarakat akan pentingnya menjaga kesehatan dengan memperhatikan makanan yang dikonsumsi.

Dalam menyelesaikan Skripsi ini, Penulis mengucapkan terima kasih kepada :

1. Bapak Ahmad Faridi selaku dosen pembimbing utama yang telah dengan sabar dan teliti dalam memberi nasihat dan saran, sehingga Skripsi ini dapat diselesaikan dengan baik.
2. Ibu Leni Sri Rahayu, SKM, MPH selaku Ketua Program Studi Ilmu Gizi dan dosen pembimbing pendamping yang telah dengan sabar dan teliti dalam memberi nasihat dan saran, sehingga Skripsi ini dapat diselesaikan dengan baik.
3. Seluruh dosen dan staff Fakultas Ilmu-ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. Hamka yang telah memberikan ilmu kepada Penulis.
4. Guru-guru serta murid-murid SMAN 5 Bekasi yang telah memberikan izin, mendukung, dan membantu peneliti saat pengambilan data berlangsung.
5. Orang tua dan adik Penulis yang telah memotivasi, mendukung dan mendo'akan Penulis hingga dapat menyelesaikan Skripsi ini dengan baik.
6. Teman-teman sosialita rumpi (Ajeng, Nindita, Umay, Uyun, dan Putri) dan *Fairy Tail group* (Panji, Acan, Candra, Rudi, Ifan, Hidin) yang memberikan dukungan, hiburan, dan saran dalam menyelesaikan Skripsi ini.

7. Andi Nurchasanah dan Muhammad Romi Subhan sebagai Sahabat yang sangat membantu dan memotivasi penulis hingga dapat menyelesaikan Skripsi ini.
8. Teman-teman seperjuangan Program Studi Ilmu Gizi Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. Hamka yang saling mendukung dan memberi saran dalam menyelesaikan Skripsi ini.

Penulis memohon maaf jika ada kesalahan kata dalam Skripsi ini. Penulis dengan senang hati menerima saran dan kritik yang membangun untuk perkembangan yang lebih baik. Penulis berharap Skripsi ini dapat bermanfaat bagi pembaca.



Jakarta, 20 November 2016

Rina Fazriyati



**Rina Fazriyati, NIM : 1205025066**

**Hubungan Status gizi dengan Tekanan Darah Remaja di SMAN 5 Bekasi Tahun 2016**

xvii +57 halaman + 13 tabel + 4 gambar + 5 lampiran

**PROGRAM STUDI GIZI  
FAKULTAS ILMU-ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PROF DR HAMKA**  
Skripsi, November 2016

**ABSTRAK**

Besarnya jumlah penduduk kelompok remaja akan sangat mempengaruhi pertumbuhan penduduk di masa yang akan datang. Saat ini Indonesia menghadapi masalah gizi ganda, yaitu masalah gizi kurang dan gizi lebih. Pada remaja hipertensi juga merupakan suatu masalah, oleh karena remaja yang mengalami hipertensi dapat terus berlanjut pada usia dewasa dan memiliki risiko morbiditas dan mortalitas yang lebih tinggi.

Walaupun prevalensi secara klinis sangat sedikit pada anak dan remaja di banding pada dewasa, namun cukup banyak bukti yang menyatakan bahwa hipertensi esensial pada orang dewasa dapat berawal pada masa kanak-kanak dan remaja.

Penelitian dilaksanakan pada bulan Agustus 2016 di SMAN 5 Bekasi. Metode penelitian menggunakan desain *cross sectional*. Pengambilan sampel dengan teknik sampel *Purposive Sampling* dan didapatkan sampel berjumlah 515 orang. Variabel dependen yaitu Tekanan Darah Remaja. Sedangkan variabel independen yaitu karakteristik remaja (usia dan jenis kelamin), dan Status gizi remaja.

Hasil penelitian ini adalah ada hubungan antara Status Gizi dengan Tekanan darah remaja ( $p=0,000$ ).

**Kata kunci :** Status gizi, Remaja, Tekanan darah

**Daftar pustaka:** 47 (1995 – 2016)

**Rina Fazriyati, NIM : 1205025066**

***The Relationship between Nutritional status with the Adolescence Blood Pressure in SMAN 5 Bekasi 2016***

xvii + 57 halaman + 13 tabel + 4 gambar + 5 lampiran

**NUTRITION PROGRAM  
FACULTY OF HEALTH SCIENCE  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PROF DR HAMKA  
Undergraduate Thesis, October 2016**

**ABSTRACT**

*The large number of population groups of adolescence will greatly affect the population growth in the future. Indonesia is currently facing multiple nutritional problems, namely the problem of malnutrition and over nutrition. In adolescents with hypertension also a problem, because adolescents with hypertension may continue in adulthood and have an increased risk of morbidity and mortality is higher. Although the prevalence of clinically very little in children and adolescents than in adults, but quite a lot of evidence to suggest that essential hypertension in adults may be started in childhood and adolescence.*

*The study was conducted in August 2016 in SMAN 5 Bekasi. The research method using cross sectional design. Sampling with purposive sampling technique samples and obtained a sample of 515 people. The dependent variable is the Adolescence Blood Pressure. While the independent variables are characteristics of young people (age and gender), and the nutritional status of adolescents.*

*The result of this study are significant relationship between the Nutritional Status with adolescent blood pressure ( $p = 0.000$ ).*

***Keyword : Nutritional Status, Adolescent, Blood Pressure***

***Bibliography : : 47 (1995 – 2016)***

## DAFTAR ISI

LEMBAR COVER.....	i
HALAMAN COVER.....	ii
PERNYATAAN .....	iii
PERSETUJUAN .....	iv
HALAMAN PERSEMBAHAN .....	v
KATA PENGANTAR .....	vi
ABSTRAK .....	vii
ABSTRACT .....	viii
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR GAMBAR .....	xv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvi
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang .....	1
B. Perumusan Masalah .....	4
C. Tujuan Penelitian .....	4
1. Tujuan Umum.....	4
2. Tujuan Khusus.....	4
D. Manfaat Penelitian .....	4
1. Bagi Peneliti .....	4

2. Bagi Masyarakat.....	4
3. Bagi Institusi.....	4

## BAB II TINJAUAN PUSTAKA DAN KERANGKA TEORI

A. Remaja.....	5
1. Definisi .....	5
2. Karakteristik .....	5
3. Tumbuh Kembang.....	8
B. Tekanan Darah .....	10
1. Definisi .....	10
2. Macam-macam Tekanan Darah .....	11
3. Cara pengukuran .....	14
C. Status Gizi.....	16
1. Definisi .....	16
2. Faktor Tidak Langsung yang Menyebabkan Gangguan Gizi.....	21
3. Cara Pengukuran .....	19
D. Faktor Risiko Status Gizi Lebih .....	20
1. Overweight dan Obesitas .....	20
E. Kerangka Teori .....	29

## BAB III KERANGKA KONSEP, DEFINISI OPERASIONAL DAN HIPOTESIS

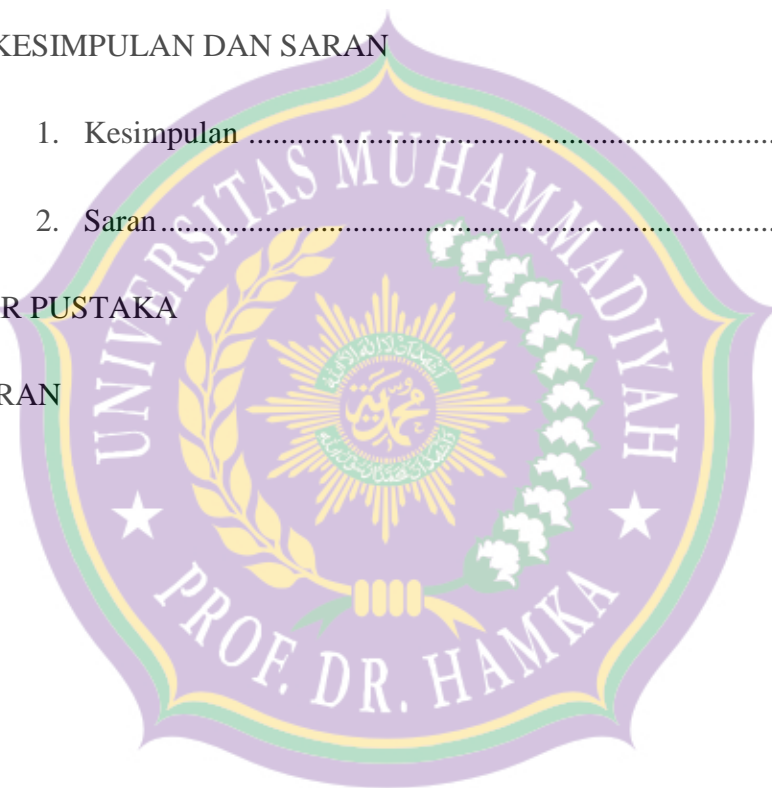
A. Kerangka Konsep .....	30
B. Definisi Operasional.....	31

C. Hipotesis.....	32
-------------------	----

## BAB IV METODOLOGI PENELITIAN

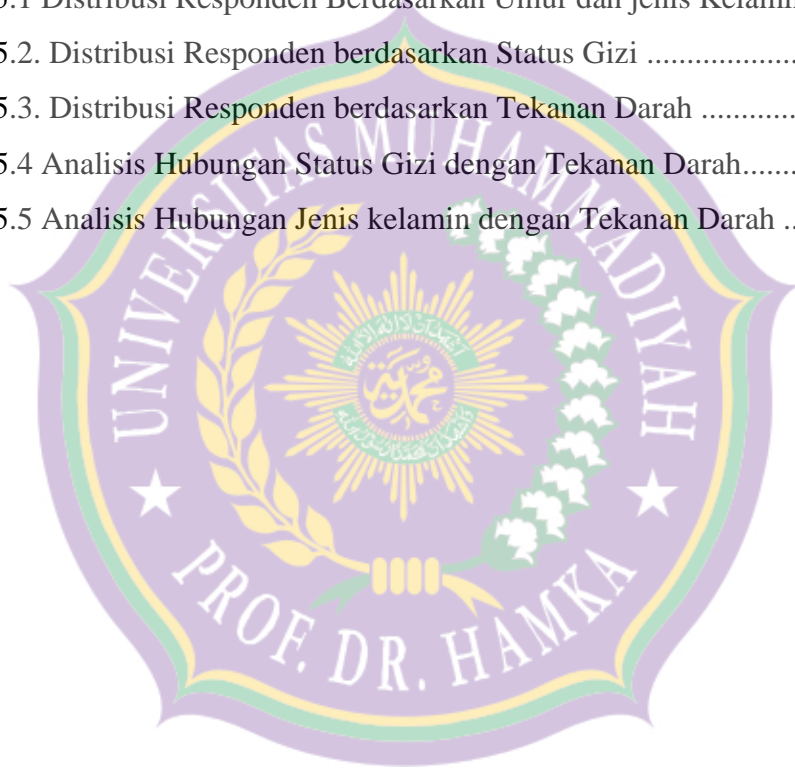
A. Desain Penelitian.....	33
B. Tempat dan Waktu Penelitian .....	33
C. Penentuan Populasi dan Sampel.....	33
1. Populasi .....	33
2. Sampel .....	33
D. Teknik Pengumpulan Data .....	35
1. Data Primer.....	35
2. Data Sekunder .....	35
E. Pengumpulan Data .....	
1. Kuesioner .....	35
2. Timbangan Injak dan Mikrotoa.....	35
3. Spigmomanometer dan stetoskop .....	36
4. Alat Tulis.....	36
F. Proses Pengolahan Data .....	36
1. Pemeriksaan Data (Editing).....	38
2. Pemberian Kode (Coding).....	37
3. Memasukan Data (Entry Data).....	37
4. Pembersihan Data (Cleaning).....	37
G. Analisis Data .....	38
1. Analisis Univariat.....	38

2. Analisis Bivariat .....	38
<b>H. BAB V HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>41</b>
1. Gambaran SMAN 5 Bekasi .....	41
2. Analisis Univariat .....	42
3. Analisi Bivariat.....	45
4. Keterbatasan Penelitian .....	50
<b>I. KESIMPULAN DAN SARAN</b>	
1. Kesimpulan .....	51
2. Saran.....	51
<b>DAFTAR PUSTAKA</b>	
<b>LAMPIRAN</b>	



## DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Penyebab tekanan darah rendah (Hipotensi) .....	11
Tabel 2.2 Klasifikasi Hipertensi (JNC VII, 2003) .....	12
Tabel 2.3 Klasifikasi Status Gizi IMT/U Usia 5-18 tahun .....	20
Tabel 3.1 Definisi Operasional .....	31
Tabel 4.1 Kategori Umur .....	36
Tabel 4.2 Kategori Jenis Kelamin .....	36
Tabel 4.2 Kategori Status Gizi .....	37
Tabel 4.3 Kategori Tekanan Darah .....	37
Tabel 5.1 Distribusi Responden Berdasarkan Umur dan jenis Kelamin .....	42
Tabel 5.2. Distribusi Responden berdasarkan Status Gizi .....	44
Tabel 5.3. Distribusi Responden berdasarkan Tekanan Darah .....	45
Tabel 5.4 Analisis Hubungan Status Gizi dengan Tekanan Darah.....	46
Tabel 5.5 Analisis Hubungan Jenis kelamin dengan Tekanan Darah .....	48



## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Risiko Hipertensi .....	14
Gambar 2.2 Cara mengukur Tekanan Darah .....	15
Gambar 2.4 Jenis-jenis Obesitas, Apple vs. Pear .....	22
Gambar 2.5 Kerangka konsep pengaruh obesitas terhadap tekanan darah dan glukosa darah .....	29





## DAFTAR LAMPIRAN

Formulir Pengukuran Antropometri .....	53
Formulir Pengukuran Tekanan Darah .....	54
Surat Perizinan .....	55
Surat Bukti Penelitian .....	56
Riwayat Hidup .....	57



# BAB 1

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Status gizi merupakan cerminan dari terpenuhinya kebutuhan gizi. Status gizi secara parsial dapat diukur dengan antropometri (pengukuran bagian tertentu tubuh), biokimia, ataupun klinis (PERSAGI, 2009). Status gizi dipengaruhi oleh konsumsi makanan dan penggunaan zat-zat gizi didalam tubuh. Bila tubuh memperoleh cukup zat-zat gizi dan digunakan secara efisien akan tercapai status gizi optimal sehingga terjadi proses pertumbuhan fisik, perkembangan otak, kemampuan kerja dan kesehatan secara umum pada tingkat setinggi mungkin (Almatsier, 2009).

Studi antropometri yang dilakukan pada anak-anak sekolah di negara berpenghasilan rendah (Indonesia, Vietnam, India, Ghana, dan Tanzania) ditemukan prevalensi gizi kurang sebesar 34 – 62% dan gizi lebih 48-56% (Khomsan, 2003). Almatsier (2002) menyatakan bahwa saat ini Indonesia menghadapi masalah gizi ganda, yaitu masalah gizi kurang dan gizi lebih. Masalah gizi kurang disebabkan karena kemiskinan, kurangnya persediaan pangan, dan kurangnya pengetahuan tentang gizi. Sebaliknya masalah gizi lebih diakibatkan karena kemajuan ekonomi pada lapisan masyarakat tertentu yang tidak diimbangi dengan pengetahuan yang baik tentang gizi.

Fenomena gizi lebih merupakan ancaman yang serius karena terjadi di berbagai strata ekonomi, pendidikan, desa-kota, dan lain sebagainya (Kemenkes, 2011). Bagi seorang individu, obesitas biasanya merupakan hasil dari ketidakseimbangan antara kalori yang dikonsumsi dan kalori yang dikeluarkan. Konsumsi meningkat dari makanan yang sangat tinggi kalori, tanpa peningkatan yang sama dalam aktivitas fisik, menyebabkan peningkatan berat yang tidak sehat. Penurunan tingkat aktivitas fisik juga akan mengakibatkan ketidakseimbangan energi dan menyebabkan kenaikan berat badan (WHO 2014).

Besarnya jumlah penduduk kelompok remaja akan sangat mempengaruhi pertumbuhan penduduk di masa yang akan datang . Hasil

Sensus Penduduk tahun 2010 menunjukkan bahwa jumlah penduduk Indonesia sebesar 237,6 juta jiwa, 63,4 juta diantaranya adalah remaja yang terdiri dari laki-laki sebanyak 32.164.436 jiwa (50,70 persen) dan perempuan sebanyak 31.279.012 jiwa (49,30 persen)(Puslitbang, 2011)

Prevalensi gemuk pada remaja umur 13-15 tahun di Indonesia sebesar 10,8 persen, terdiri dari 8,3 persen gemuk dan 2,5 persen sangat gemuk (obesitas). Sebanyak 13 provinsi dengan prevalensi gemuk diatas nasional, yaitu Jawa Timur, Kepulauan Riau, DKI, Sumatera Selatan, Kalimantan Barat, Bangka Belitung, Bali, Kalimantan Timur, Lampung, Sulawesi Utara dan Papua. Dan untuk prevalensi gemuk pada remaja umur 16 – 18 tahun sebanyak 7,3 persen yang terdiri dari 5,7 persen gemuk dan 1,6 persen obesitas, meningkat dibandingkan tahun 2010, yaitu dari 1,4% menjadi 1,6%. Provinsi dengan prevalensi gemuk tertinggi adalah DKI Jakarta (4,2%) dan terendah adalah Sulawesi Barat (0,6%). Lima belas provinsi dengan prevalensi sangat gemuk diatas prevalensi nasional, yaitu Bangka Belitung, Jawa Tengah, Sulawesi Selatan, Banten, Kalimantan Tengah, Papua, Jawa Timur, Kepulauan Riau, Gorontalo, DI Yogyakarta, Bali, Kalimantan Timur, Sulawesi Utara dan DKI Jakarta. (Riskesdas, 2013)

Obesitas merupakan salah satu faktor risiko terjadinya hipertensi. Studi klinis dan penelitian pada hewan percobaan telah mengonfirmasi adanya hubungan yang kuat antara kedua hal tersebut. Angka prevalensi hipertensi pada pria obesitas ( $IMT \geq 30$ ) adalah sebesar 42%, lebih tinggi jika dibandingkan dengan prevalensi hipertensi pada pria dengan indeks massa tubuh (IMT) lebih rendah ( $IMT < 25$ ) sebesar 15%. Hasil serupa juga ditemukan pada subjek wanita, wanita obesitas ( $IMT \geq 30$ ) mempunyai prevalensi hipertensi sebesar 38%, sedangkan wanita dengan  $IMT < 25$  mempunyai angka prevalensi hipertensi lebih kecil, yaitu 15%. The Framingham Heart Study juga menyatakan terdapat asosiasi erat antara obesitas dan hipertensi; 65% faktor risiko hipertensi pada wanita dan 78% pada pria berkaitan erat dengan obesitas. Rahmouni, et al, juga menyatakan bahwa obesitas berhubungan erat dengan kejadian hipertensi

dan terdapat beberapa mekanisme patofisiologi hipertensi pada penderita obesitas. Mekanisme tersebut melibatkan aktivasi sistem saraf simpatis dan sistem renin-angiotensin-aldosteron. Selain mekanisme tersebut, disfungsi endotel dan abnormalitas fungsi ginjal juga menjadi faktor yang perlu diperhitungkan dalam perkembangan hipertensi pada penderita obesitas. (Natalia, 2015)

Prevalensi hipertensi di Indonesia adalah 32,2%, sedangkan prevalensi hipertensi berdasarkan diagnosis oleh tenaga kesehatan dan atau riwayat minum obat hanya 7,8% atau hanya 24,2% dari kasus hipertensi di masyarakat. Berarti 75,8% kasus hipertensi di Indonesia belum terdiagnosis dan terjangkau pelayanan kesehatan. Pada remaja hipertensi juga merupakan suatu masalah, oleh karena remaja yang mengalami hipertensi dapat terus berlanjut pada usia dewasa dan memiliki risiko morbiditas dan mortalitas yang lebih tinggi. Walaupun prevalensi secara klinis sangat sedikit pada anak dan remaja dibanding pada dewasa, namun cukup banyak bukti yang menyatakan bahwa hipertensi esensial pada orang dewasa dapat berawal pada masa kanak-kanak dan remaja. Menurut Riskesdas tahun 2007 di Indonesia, prevalensi hipertensi pada remaja sebesar 9%. Angka kejadian hipertensi meningkat sesuai dengan usia, berkisar 15% pada usia dewasa muda hingga 60% pada orang yang berusia 65 tahun ke atas (Tooy, 2013). Pada analisis hipertensi terbatas pada usia 15-17 tahun menurut JNC VII 2003 didapatkan prevalensi nasional sebesar 5,3 persen (laki-laki 6,0% dan perempuan 4,7%), perdesaan (5,6%) lebih tinggi dari perkotaan (5,1%). (Riskesdas, 2013)

Beberapa penelitian yang menyatakan obesitas berhubungan dengan tekanan darah pada dewasa maupun remaja, ditandai dengan munculnya penyakit hipertensi pada penderita obesitas dan *overweight*. Oleh karena itu, akan dilakukan penelitian di SMAN 5 Bekasi untuk melihat hubungan status gizi dengan tekanan darah pada remaja dikarenakan bentuk badan remaja disana terlihat lebih besar dari badan ideal-normal secara kasat mata.

## **B. Rumusan Masalah**

Apakah ada hubungan antara Status Gizi dan jenis kelamin dengan tekanan darah remaja?

## **C. Tujuan**

### **1. Tujuan Umum**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan status gizi dan jenis kelamin dengan tekanan darah remaja.

### **2. Tujuan Khusus**

- a. Mengidentifikasi karakteristik responden, meliputi usia, jenis kelamin, berat badan, tinggi badan.
- b. Mengidentifikasi status gizi remaja.
- c. Mengidentifikasi tekanan darah remaja.
- d. Mengidentifikasi hubungan status gizi dengan tekanan darah remaja.
- e. Mengidentifikasi hubungan jenis kelamin dengan tekanan darah remaja.

### **3. Manfaat Penelitian**

#### **a. Bagi peneliti**

Peneliti mendapatkan pengalaman langsung dalam merencanakan serta melaksanakan penelitian dalam bentuk skripsi sebagai salah satu syarat kelulusan dari Universitas Muhammadiyah Prof. DR HAMKA Fakultas Ilmu-ilmu Kesehatan prodi Gizi.

#### **b. Bagi masyarakat**

Sebagai referensi tambahan dan informasi kepada responden mengenai hubungan status gizi pada remaja dengan tekanan darah, serta menyadarkan masyarakat untuk menjaga status gizinya demi kesehatan tubuh terhadap beberapa penyakit degeneratif.

#### **c. Bagi Institusi**

Dapat dijadikan sebagai rujukan bahan referensi atau daftar bacaan untuk penelitian selanjutnya.

## DAFTAR PUSTAKA

- Adriani dkk, (2012), dalam Khairunnisa (2014), *Hubungan Tingkat Pengetahuan Gizi, Citra Tubuh ) Persepsi dan Kepuasan), Asupan Energi dan Zat Gizi Makro dengan Status Gizi Remaja di Madrasah Aliyah Annajah Petukangan Jakarta Selatan*. UHAMKA
- Almatsier, S. 2009. *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.
- Almatsier, Sunita. 2002. *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Cetakan ke-2. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Amzriza Robby.F, (2007). *proposal penelitian pengaruh obesitas terhadap tekanan darah dan kadar glukosa* , 2007 umy, yogyakarta, <http://documents.tips/documents/proposal-penelitian-pengaruh-obesitas-terhadap-tekanan-darah-dan-kadar-glukosa-565f315367e9d.html> , diakses pada tanggal 16 Desember 2015
- Anggara&Prayitno (2016), *Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Tekanan Darah Di Puskesmas Telaga Murni, Cikarang Barat Tahun 2012*, Jurnal Ilmiah Kesehatan, 5(1)
- Anggara, Rudy (2014) *Hubungan Obesitas dengan Kejadian Hipertensi pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta*, Yogyakarta
- Anggraeni, Adisty C (2012), *Asuhan Gizi Nutritional Care Process*, Graha Ilmu, Yogyakarta
- Arisman (2009), dalam Khairunnisa (2014), *Hubungan Tingkat Pengetahuan Gizi, Citra Tubuh ) Persepsi dan Kepuasan), Asupan Energi dan Zat Gizi Makro dengan Status Gizi Remaja di Madrasah Aliyah Annajah Petukangan Jakarta Selatan*. UHAMKA
- Azizah, Fitria Nur (2010), *Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Tekanan Darah di Perumahan Polri RW 02 Kecamatan Ciledug Kota Tangerang*, UHAMKA
- Baron, D.N. 1995. *Patologi Klinik*. Alih Bahasa Petrus Adrianto dan Johannes Gunawan. *A Short Textbook of Chemical Pathology*. Cetakan ke-5. Jakarta: EGC.
- Batara, dkk (2016), *Hubungan obesitas dengan tekanan darah dan aktivitas fisik pada remaja di Kota Bitung*, Jurnal e-Biomedik (eBm), Volume 4, Nomor 1
- Brown, (2005). dalam Khairunnisa (2014), *Hubungan Tingkat Pengetahuan Gizi, Citra Tubuh ) Persepsi dan Kepuasan), Asupan Energi dan Zat*

*Gizi Makro dengan Status Gizi Remaja di Madrasah Aliyah Annajah Petukangan Jakarta Selatan.* UHAMKA

- Casey, A., H. Benson. *Menurunkan Tekanan Darah: Bhuana Ilmu Populer*; 2006.
- Depkes RI. 2013. *Artikel Pengertian Umur dan Kategori Umur*. Rabu, 24 April 2013. Diakses pada Kamis 07, Januari 2016 pukul 10:32 WIB. [www.depkes.go.id](http://www.depkes.go.id)
- Dhianningtyas, dkk. 2006. "Risiko Obesitas, kebiasaan merokok, dan konsumsi garam terhadap kejadian hipertensi pada usia produktif". *The Indonesian Journal of Public Health* Vol. 2 No. 3
- Djojodibroto, 2003 dalam Huda, Syafa'at. A (2010). *Hubungan antara kadar glukosa darah dengan tekanan darah warga di RW03 kelurahan kebayoran lama Jakarta.* UHAMKA, Jakarta
- Ganong, William F. 1995. *Buku Ajar Fisiologi Kedokteran*. Terjemahan Petrus Adrianto. *Review of Medical Physiology*. Cetakan ke-2 Jakarta: EGC
- Haryanto (2009). *Karakteristik Remaja*. Available from: <http://belajarpsikologi.com/karakteristik-remaja/> diakses pada 13 Januari 2016.
- Hidayat, Aziz H (2010), *Metode Penelitian Kesehatan- Paradigma Kuantitatif*, Jakarta
- Hull, A.1996. *Penyakit Jantung Hipertensi & Nutrisi*. Jakarta: Bumi Aksara
- Jafar, Nurhaedar (2010), *Hipertensi*, Fakultas Kesehatan Masyarakat Unibersitas Hasanudin, Makasar
- Kamso, S. 2000. *Nutritional Aspects Of Hypertension In The Indonesia Elderly: A Community Study In 6 Big Cities*. Disertasi. Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Indonesia.
- Kautsar, dkk (2014), *Obesitas, Asupan Natrium dan Kalium Terhadap Tekanan Darah*, Ilmu Gizi FKM UNHAS, JURNAL MKMI, Desember 2014, hal 187-192
- Kementrian kesehatan RI. (2010). *Standar Antropometri Penilaian Status Gizi Anak*. Jakarta
- Kementrian kesehatan RI. (2014). *Infodatin Hipertensi*, Jakarta
- Kementrian kesehatan RI. (2014). *Infodatin Situasi Kesehatan Reproduksi Remaja*, Jakarta
- Khomsan, Ali. 2003. "Menuju SDM Berkualitas: Perbaikan Mutu Kesehatan dan Pendidikan Anak Sekolah". KOMPAS. 12 April 2003.

- Kurniasih, (2010), dalam Khairunnisa (2014), *Hubungan Tingkat Pengetahuan Gizi, Citra Tubuh ) Persepsi dan Kepuasan), Asupan Energi dan Zat Gizi Makro dengan Status Gizi Remaja di Madrasah Aliyah Annajah Petukangan Jakarta Selatan*. UHAMKA
- Kusma, Riani (2006), *Tekanan darah rendah/ hipotensi*, tersedia di <http://ryaniehealth.blogspot.co.id/2006/06/tekanan-darah-rendah-hipotensi.html>
- Manampiring, A. E., W. Bodhy. *Prevalensi hiperurisemia pada remaja obese di kota Tomohon. Laporan penelitian itek dan seni Universitas Sam Ratulangi*, Manado; 2011.
- Merawati, Desiana & Kinanti, Rias G (2005). *Perilaku Makan pada Siswa Obesitas*, dalam: Jurnal Iptek Olahraga, vol. 7 no.3. Universitas Negeri Malang.
- Moehji, S. 2003. *Ilmu Gizi*. Jakarta: PT Bharata Karya Aksara
- Natalia, Diana, dkk (2015) *Hubungan Obesitas dengan Kejadian Hipertensi di Kecamatan Sintang Kalimantan Barat*, Universitas Tanjungpura, Pontianak, Kalimantan Barat, Indonesia
- Persatuan Ahli Gizi Indonesia (PERSAGI). 2009. *Kamus Gizi pelengkap Kesehatan Keluarga*. Jakarta: Kompas Media Nusantara.
- Poppy, Maria (2013). *Kelebihan Berat Badan dan Obesitas*. Available from: <http://anfis-mariapoppy.blogspot.co.id/search?q=obesitas&x=0&y=0> diakses pada 19 desember 2015
- Prabawati, Ajeng (2013), *Perbedaan konsumsi cairan antara remaja yang obesitas dan tidak obesitas di sekolah menengah pertama muhammadiyah 8 tanah kusir jakarta selatan*, uhamka
- Ramayulis, Rita. 2014. *Slim is easy*. Penerbit Penebar plus (penebar swadaya group), Jakarta.
- Riskesdas, 2013, *Laporan Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan*, Kementerian Kesehatan RI, Jakarta
- Santroek (2003)dalam Khairunnisa (2014), *Hubungan Tingkat Pengetahuan Gizi, Citra Tubuh ) Persepsi dan Kepuasan), Asupan Energi dan Zat Gizi Makro dengan Status Gizi Remaja di Madrasah Aliyah Annajah Petukangan Jakarta Selatan*. UHAMKA, Jakarta
- Sari, Hesti Permata(2010), *Perbedaan Kadar Gula Darah Sewaktu antara Remaja Putri dengan Status Gizi Baik dan Status Gizi Lebih*, Program Studi Ilmu Gizi Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro, Semarang
- Sediaoetama, A. D. 2008. *Ilmu Gizi untuk Mahasiswa dan Profesi Gizi diIndonesia*. Jilid I. Jakarta: PT Dian Rakyat.



- Soetardjo, (2011), dalam Khairunnisa (2014), *Hubungan Tingkat Pengetahuan Gizi, Citra Tubuh ) Persepsi dan Kepuasan), Asupan Energi dan Zat Gizi Makro dengan Status Gizi Remaja di Madrasah Aliyah Annajah Petukangan Jakarta Selatan*. UHAMKA, Jakarta
- Soetjningsih, (2004), dalam Agustini, Ni Nyoman.M & Arsani, Ni Luh Kadek.A, 2013. *Remaja Sehat melalui Pelayanan Kesehatan Peduli Remaja*, Jurnal Kesehatan masyarakat.
- Supriyanto, agus. 2013. *Obesitas, Faktor Penyebab dan Bentuk-bentuk Terapinya*. Dosen Pendidikan Keperawatan FIK UNY (jurnal)
- Tooy, Rosie, dkk (2013) *Gambaran Tekanan Darah pada Remaja Obes di Kabupaten Minahasa*, Universitas Sam Ratulangi Manado
- Uhan (2013). *Cara Mengukur Tekanan Darah*.<http://uhanbiosintang.blogspot.co.id/2013/03/cara-mengukur-tekanan-darah-menggunakan.html> diakses pada 19 desember 2015
- WHO (2014). *10 facts on Obesity*.  
<http://www.who.int/features/factfiles/obesity/facts/en/index9.html>  
Diakses pada 19 desember 2015

