L A M P I R A N

Lampiran 1 Surat izin pengambilan Data Awal Dinkes Kota Batam

YAYASAN HARAPAN BUNDA BATAM
INSTITUT KESEHATAN MITRA BUNDA
Jl. Seraya No 1 KOTA BATAM Telp/Fax (0778) 429431, website : http: mbp.ac.id
SURAT KEPUTUSAN MENTERI PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN REPUBLIK INDONESIA No. 284 M/2020

Nomor : 999/14201/R/IKMB/XII/2025 Batam, 01 Desember 2025
Lampiran : 1 (satu) eksemplar
Hal : Pengambilan Data Awal

Yth, Kepala Dinas Kesehatan Kota Batam
di-
Batam

Bersama ini disampaikan kepada Bapak/Ibu bahwa sesuai dengan kurikulum Program Studi Sarjana Keperawatan dan Pendidikan Profesi Ners Institut Kesehatan Mitra Bunda, Mahasiswa tingkat akhir reguler wajib menyusun Skripsi. Untuk itu mohon kiranya Bapak/Ibu dapat memfasilitasi mahasiswa dalam pengambilan data yang dibutuhkan untuk menyusun Skripsi, sebagaimana daftar nama terlampir.

Demikian disampaikan atas perhatian dan kerjasamanya diucapkan terima kasih.

INSTITUT KESEHATAN MITRA BUNDA
REKTOR,

Dr. NELLI ROZA, S.Kp., M.Kes.
NUPTK. 5051744645230083

Tembusan :
1. Yayasan Harapan Bunda
2. Arsip

Lampiran :Surat Rektor Institut Kesehatan Mitra Bunda
Nomor : 838/14201/R/IKMB /XII/2025

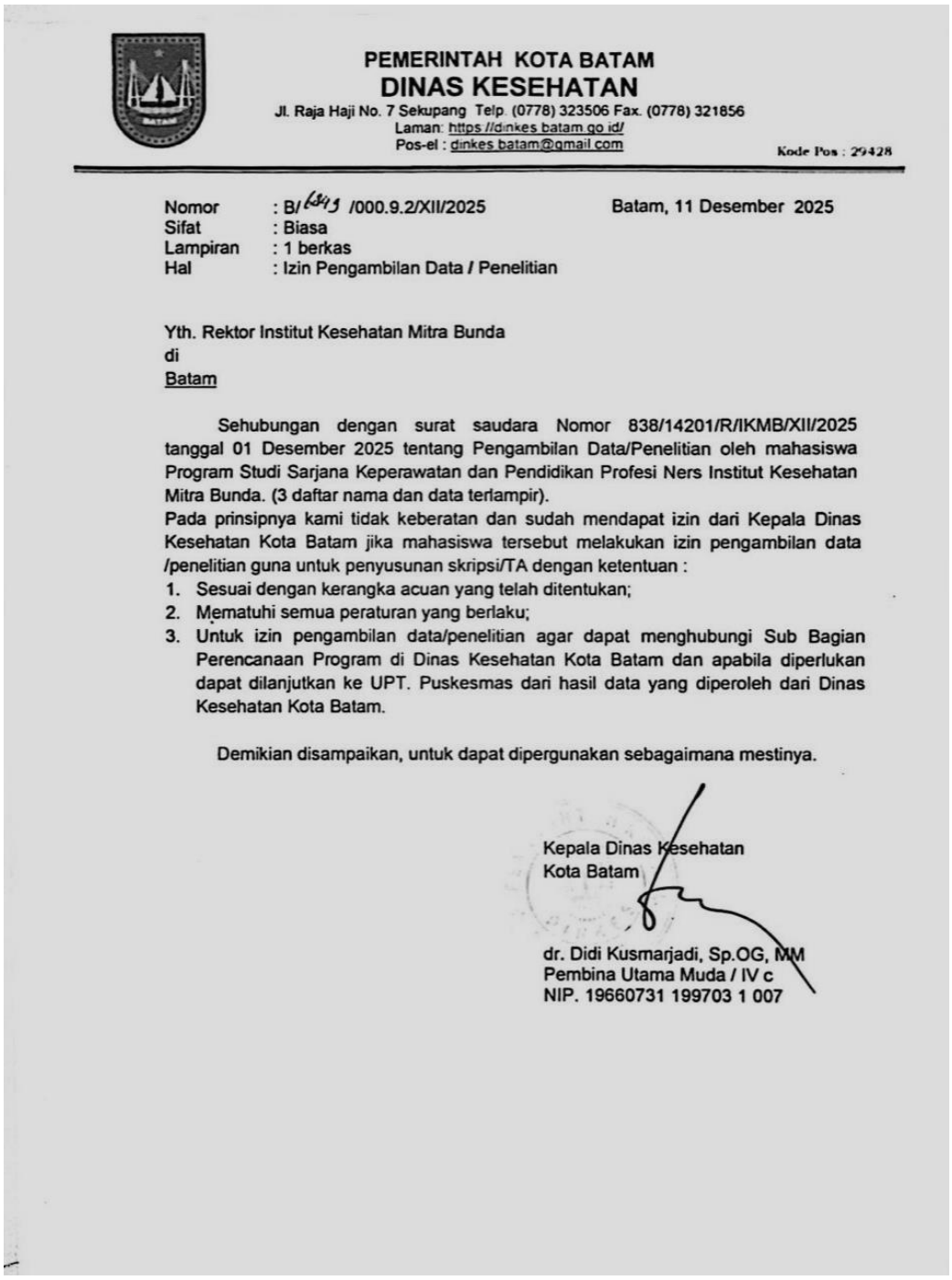
NAMA-NAMA MAHASISWA YANG MEMBUTUHKAN DATA
PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN DAN PENDIDIKAN PROFESI NERS INSTITUT KESEHATAN MITRA BUNDA

NO	NAMA	NIM	DATA YANG DIBUTUHKAN	KETERANGAN
1	Muhammad Maulana Yulanda	616080722038	1. 10 Penyakit terbesar lansia Kota Batam Tahun 2024-2025 2. Data Penyakit lansia hipertensi Kota Batam Tahun 2024-2025 3. Data berat badan / IMT lansia di Kota Batam 2024-2025 4. Data status gizi pada lansia di Puskesmas Kota Batam 2024-2025 5. Data Profil Kesehatan Kota Batam 2024-2025 6. Data lansia mengalami gangguan Psikologis (data Depresi)	Dinas Kesehatan Kota Batam
2	Punta Dewa	616080722044		
3	Amellia Putri	616080722006		

INSTITUT KESEHATAN MITRA BUNDA
REKTOR,

Dr. NELLI ROZA, S.Kp., M.Kes.
NUPTK. 5051744645230083

Lampiran 2 Surat Balasan Izin Pengambilan Data Dinkes



PEMERINTAH KOTA BATAM
DINAS KESEHATAN
Jl. Raja Haji No. 7 Sekupang Telp. (0778) 323506 Fax. (0778) 321856
Laman: https://dinkes.batam.go.id/
Pos-el : dinkes.batam@gmail.com
Kode Pos : 29428

Nomor : B/6849 /000.9.2/XII/2025 Batam, 11 Desember 2025
Sifat : Biasa
Lampiran : 1 berkas
Hal : Izin Pengambilan Data / Penelitian

Yth. Rektor Institut Kesehatan Mitra Bunda
di
Batam

Sehubungan dengan surat saudara Nomor 838/14201/R/IKMB/XII/2025 tanggal 01 Desember 2025 tentang Pengambilan Data/Penelitian oleh mahasiswa Program Studi Sarjana Keperawatan dan Pendidikan Profesi Ners Institut Kesehatan Mitra Bunda. (3 daftar nama dan data terlampir).
Pada prinsipnya kami tidak keberatan dan sudah mendapat izin dari Kepala Dinas Kesehatan Kota Batam jika mahasiswa tersebut melakukan izin pengambilan data /penelitian guna untuk penyusunan skripsi/TA dengan ketentuan :

1. Sesuai dengan kerangka acuan yang telah ditentukan;
2. Mematuhi semua peraturan yang berlaku;
3. Untuk izin pengambilan data/penelitian agar dapat menghubungi Sub Bagian Perencanaan Program di Dinas Kesehatan Kota Batam dan apabila diperlukan dapat dilanjutkan ke UPT. Puskesmas dari hasil data yang diperoleh dari Dinas Kesehatan Kota Batam.

Demikian disampaikan, untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Kepala Dinas Kesehatan
Kota Batam

dr. Didi Kusmarjadi, Sp.OG, MM
Pembina Utama Muda / IV c
NIP. 19660731 199703 1 007

Lampiran 3 Data Jumlah Lansia di Seluruh Puskesmas Kota Batam Berdasarkan Data Dinas Kesehatan Kota Batam Tahun 2025

Peringkat	Puskesmas	Jumlah Lansia
1	Puskesmas Baloi Permai	6393
2	Puskesamas Lubuk Baja	5134
3	Puskesamas Sei Langkai	5128
4	Puskesamas Botania	4801
5	Puskesamas Sei Lekop	4613
6	Puskesamas Sei Panas	4134
7	Puskesamas Batu Aji	3868
8	Puskesamas Tanjung Buntung	3727
9	Puskesamas Tanjung Sengkuang	3588
10	Puskesamas Sekupang	3248
11	Puskesamas Mentarau	3179
12	Puskesamas Tiban Baru	2833
13	Puskesamas Kabil	2508
14	Puskesamas Kampung Jabi	2095
15	Puskesamas Sei Pancur	1857
16	Puskesamas Belakang Padang	1092
17	Puskesamas Sambau	898
18	Puskesamas Galang	785
19	Puskesamas Tanjung Uncang	763
20	Puskesamas Bulang	691
21	Puskesamas Rempang Cate	329
Total		61673

Sumber : (Dinas Kesehatan Kota Batam, 2025).

Lampiran 4 Data Jumlah Kasus Hipertensi di Seluruh Puskesmas Kota Batam Berdasarkan Data Dinas Kesehatan Kota Batam Tahun 2025

Peringkat	Puskesmas	Jumlah Kasus Hipertensi
1	Puskesmas Lubuk Baja	2095
2	Puskesmas Tanjung Sengkuang	2084
3	Puskesmas Sei Panas	1961
4	Puskesmas Tanjung Buntung	1920
5	Puskesmas Batu Aji	1494
6	Puskesmas Sekupang	1421
7	Puskesmas Botania	1381
8	Puskesmas Sei Pancur	1367
9	Puskesmas Baloi Permai	1366
10	Puskesmas Sei Lekop	1287
11	Puskesmas Mentarau	1188
12	Puskesmas Sei Langkai	1162
13	Puskesmas Kabil	1123
14	Puskesmas Tiban Baru	1118
15	Puskesmas Belakang Padang	1076
16	Puskesmas Tanjung Uncang	724
17	Puskesmas Kampung Jabi	720
18	Puskesmas Bulang	599
19	Puskesmas Sambau	582
20	Puskesmas Galang	575
21	Puskesmas Rempang Cate	232

Sumber : (Dinas Kesehatan Kota Batam, 2025).

Lampiran 5 Surat Izin Studi Pendahuluan Puskesmas Lubuk Baja Kota Batam

YAYASAN HARAPAN BUNDA BATAM
INSTITUT KESEHATAN MITRA BUNDA
Jl. Seraya No 1 KOTA BATAM Telp Fax (0778) 429431, website : http:// mbp.ac.id
SURAT KEPUTUSAN MENTERI PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN REPUBLIK INDONESIA No. 264/M/2020

Nomor : 14201/R/IKMB/IV/2026 Batam, 14 April 2026
Lampiran : 1(satu) eksemplar
Hal : Studi Pendahuluan

Yth, Kepala UPT. Puskesmas Lubuk Baja
di-
Batam

Bersama ini disampaikan kepada Bapak/Ibu bahwa sesuai dengan kurikulum Fakuktas Ilmu Kesehatan Program Studi Sarjana Keperawatan dan Pendidikan Profesi Ners Institut Kesehatan Mitra Bunda, Mahasiswa tingkat akhir reguler wajib menyusun Skripsi. Untuk itu mohon kiranya Bapak/Ibu dapat memfasilitasi mahasiswa dalam pengambilan data yang dibutuhkan untuk menyusun Skripsi, sebagaimana daftar data yang dibutuhkan terlampir.

Demikian disampaikan atas perhatian dan kerjasamanya diucapkan terima kasih.

INSTITUT KESEHATAN MITRA BUNDA
REKTOR,

Dr. NELLI ROZA, S.Kp., M.Kes.
NUPTK. 5051744645230083

Tembusan :
1. Yayasan Harapan Bunda
2. Arsip

Lampiran : Surat Rektor Institut Kesehatan Mitra Bunda
Nomor : ~~3043~~14201/R/IKMB/IV/2026

NAMA-NAMA MAHASISWA YANG MEMBUTUHKAN DATA
PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN DAN PENDIDIKAN PROFESI NERS
INSTITUT KESEHATAN MITRA BUNDA

NO	NAMA	NIM	DATA YANG DIBUTUHKAN	KETERANGAN
1	Punta Dewa	616080722044	1. Data Jumlah Lansia Hipertensi di wilayah puskesmas Lubuk Baja tahun 2024-2025 2. Data Demografi Lansia di Puskesmas Lubuk Baja Kota Batam Tahun 2024-2025 3. Data Kunjungan Lansia Penderita Hipertensi di Puskesmas Lubuk Baja Tahun 2024–2025	UPT. Puskesmas Lubuk Baja

INSTITUT KESEHATAN MITRA BUNDA
REKTOR,

Dr. NELLI ROZA, S.Kp., M.Kes.
NUPTK. 5081744645230083

Lampiran 6 Surat Balasan Izin Studi Pendahuluan Puskesmas Lubuk Baja Kota Batam

PEMERINTAH KOTA BATAM
DINAS KESEHATAN
PUSKESMAS LUBUK BAJA
Jalan Duyung ,Kelurahan Tanjung Uma, Kecamatan Lubuk Baja
Telp.(0778) 4083933,Email : pkmlubukbaja@gmail.com
BATAM
KodePos : 29445

Nomor : 189/400.13.17/IV/2026 Batam, 28 April 2026
Sifat : Biasa
Lamp : -
Hal : **Surat Balasan Izin Studi Pendahuluan**

Yth,
Rektor Institut Kesehatan Mitra Bunda
Prodi Sarjana Keperawatan dan Pendidikan Profesi Ners
di
Tempat

Sehubungan Surat dari Institut Kesehatan Mitra Bunda Prodi Sarjana Kebidanan dan Pendidikan Profesi Bidan Nomor : 2042/15201/R/IKMB/IV/2026 tanggal 14 April 2026 tentang studi pendahuluan yang di perlukan atas nama :

No	Nama	NIM	Judul Skripsi
1	Punta Dewa	616080722044	1. Data jumlah lansia hipertensi di wilayah Puskesmas Lubuk Baja Tahun 2024-2025 2. Data demografi lansia di Puskesmas Lubuk Baja Kota Batam Tahun 2024-2025 3. Data kunjungan lansia penderita hipertensi di Puskesmas Lubuk Baja Tahun 2024-2025

Pihak Puskesmas Lubuk Baja bersedia memberikan data dan informasi untuk studi pendahuluan. Demikian kami sampaikan atas kerjasamanya kami ucapkan terimakasih.

Kepala Puskesmas Lubuk Baja
Kota Batam

dr. Desrina, Sp
Pembina IV/b
NIP. 19761224 200604 2009

Lampiran 7 Data Jumlah Lansia Puskesmas Lubuk Baja Kota Batam Priode 2021-2025

DATA JUMLAH LANSIA DI PUSKESMAS LUBUK BAJA KOTA BATAM

Data yang digunakan dalam laporan ini merupakan data sekunder yang diperoleh secara langsung dari Puskesmas Lubuk Baja Kota Batam. Data tersebut berupa jumlah lansia yang tercatat selama periode tahun 2021 sampai dengan tahun 2025.

Berdasarkan hasil pencatatan di Puskesmas Lubuk Baja Kota Batam, jumlah lansia priode tahun 2021 sampai dengan 2025 adalah sebagai berikut:

Tahun	Jumlah
2021	2449
2022	4525
2023	4860
2024	5134
2025	5389

Data ini diperoleh melalui dokumentasi dan pencatatan resmi yang tersedia di fasilitas pelayanan kesehatan tersebut. Oleh karena itu, data yang disajikan dalam laporan ini merupakan data aktual dan dapat dipertanggungjawabkan secara akademik, serta bukan merupakan hasil rekayasa atau karangan penulis.

Mengetahui
Koordinator Lansia Puskesmas Lubuk Baja Kota Batam



Leli Zurianti,S.Kep

Lampiran 8 Surat Permohonan Persetujuan Etik

YAYASAN HARAPAN BUNDA BATAM
INSTITUT KESEHATAN MITRA BUNDA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN DAN PENDIDIKAN PROFESI NERS
Jl. Seraya No 1, Batu Ampar, Kota Batam 29454 Telp/Fax (0778) 429431 website : https://ikmb.ac.id
email : institutkmb@gmail.com, info@mbp.ac.id Telp. +62 813 69414014, +62 821 72287280

Nomor : 105/14201/R/IKMB/VI/2026 Batam, 09 Juni 2026
Lampiran : 1 (satu) berkas
Hal : Permohonan Persetujuan Etik

Yth. Ketua Komite Etik Penelitian
Institut Kesehatan Mitra Bunda

Sehubungan dengan rencana penelitian yang akan dilaksanakan oleh :

Nama Peneliti	: Punta Dewa
Program Studi	: Sarjana Keperawatan & Pendidikan Profesi Ners
Judul	:Hubungan Konsumsi Buah Dan Sayur Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia Di Puskesmas Lubuk Baja Kota Batam
Pembimbing I	: Dr. Ns. Ditte Ayu Suntara, M.Kep
Pembimbing II	: Ns. Dedy Siska, M.Kep

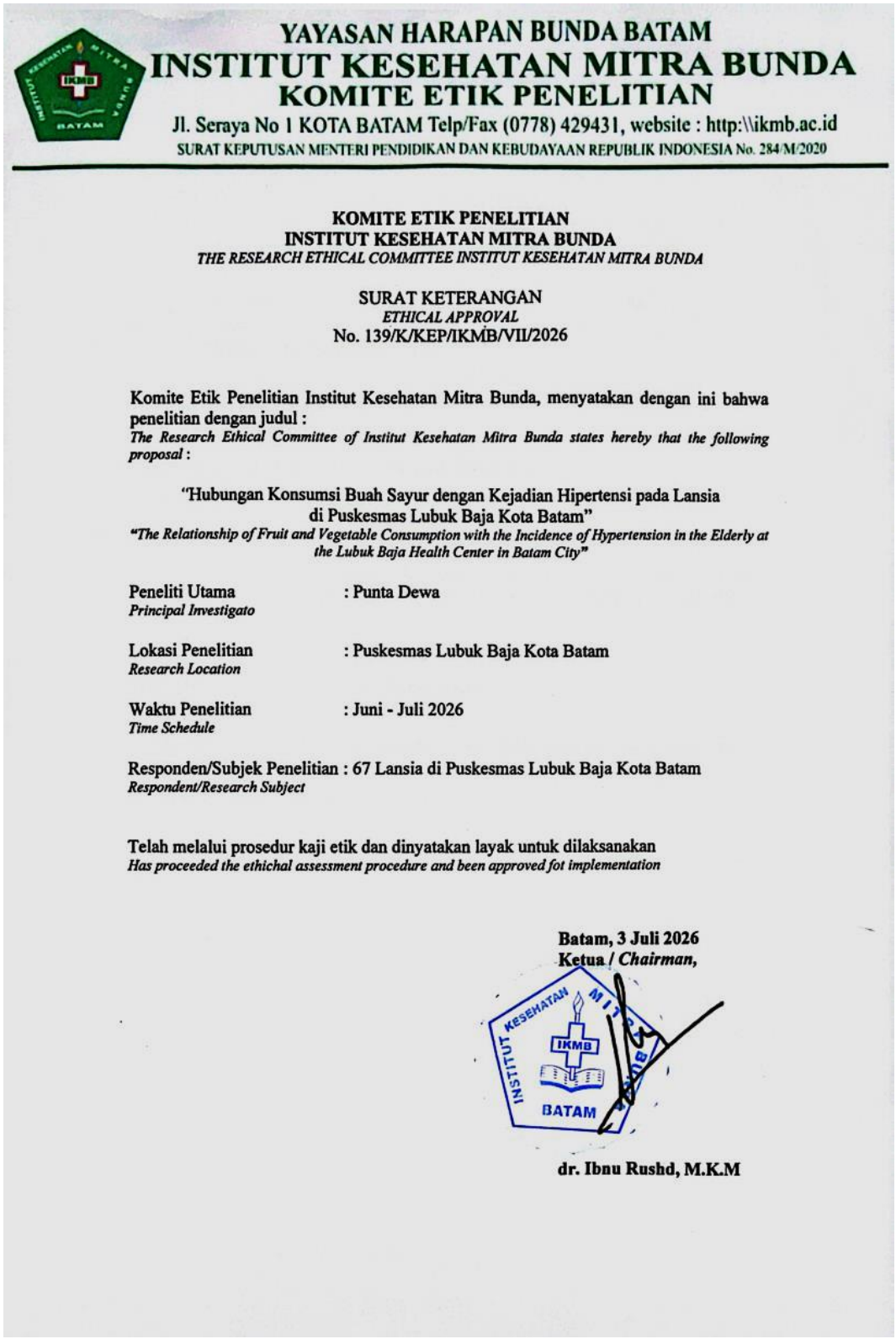
Maka bersama ini kami mengajukan permohonan persetujuan etik sebagai salah satu syarat penelitian tersebut bisa dilakukan.

Demikian kami sampaikan, atas perhatiannya kami ucapkan terima kasih.

Ketua Program Studi

(Ns.T. Eltrikanawati, M.Kep)
NUPTK: 0141764665230283

Lampiran 9 Surat Balasan Permohonan Persetujuan Etik Komite Etik Penelitian Institut Kesehatan Mitra Bunda



YAYASAN HARAPAN BUNDA BATAM
INSTITUT KESEHATAN MITRA BUNDA
KOMITE ETIK PENELITIAN
Jl. Seraya No 1 KOTA BATAM Telp/Fax (0778) 429431, website : http:\\ikmb.ac.id
SURAT KEPUTUSAN MENTERI PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN REPUBLIK INDONESIA No. 284/M/2020

KOMITE ETIK PENELITIAN
INSTITUT KESEHATAN MITRA BUNDA
THE RESEARCH ETHICAL COMMITTEE INSTITUT KESEHATAN MITRA BUNDA

SURAT KETERANGAN
ETHICAL APPROVAL
No. 139/K/KEP/IKMB/VII/2026

Komite Etik Penelitian Institut Kesehatan Mitra Bunda, menyatakan dengan ini bahwa penelitian dengan judul :
The Research Ethical Committee of Institut Kesehatan Mitra Bunda states hereby that the following proposal :

"Hubungan Konsumsi Buah Sayur dengan Kejadian Hipertensi pada Lansia di Puskesmas Lubuk Baja Kota Batam"
"The Relationship of Fruit and Vegetable Consumption with the Incidence of Hypertension in the Elderly at the Lubuk Baja Health Center in Batam City"

Peneliti Utama : Punta Dewa
Principal Investigato

Lokasi Penelitian : Puskesmas Lubuk Baja Kota Batam
Research Location

Waktu Penelitian : Juni - Juli 2026
Time Schedule

Responden/Subjek Penelitian : 67 Lansia di Puskesmas Lubuk Baja Kota Batam
Respondent/Research Subject

Telah melalui prosedur kaji etik dan dinyatakan layak untuk dilaksanakan
Has proceeded the ethichal assessment procedure and been approved fot implementation

Batam, 3 Juli 2026
Ketua / *Chairman*,

INSTITUT KESEHATAN MITRA BUNDA IKMB BATAM

dr. Ibnu Rushd, M.K.M

Lampiran 10 Surat Izin Penelitian

YAYASAN HARAPAN BUNDA BATAM

INSTITUT KESEHATAN MITRA BUNDA

Jl. Seraya No 1, Batu Ampar, Kota Batam 29454 Telp/Fax (0778) 429431 website : https://ikmb.ac.id
email : institutkmb@gmail.com, info@mbp.ac.id Telp. +62 813 69414014, +62 821 72287280

Nomor : 141/14201/R/IKMB/VI/2026 Batam, 09 Juni 2026
Lampiran : -
Hal : Izin Penelitian

Kepada Yth,
Kepala UPT.Puskesmas Lubuk Baja
di-
Batam

Bersama ini disampaikan kepada Bapak/Ibu bahwa sesuai dengan kurikulum Fakultas Ilmu Kesehatan Program Studi Sarjana Keperawatan dan Pendidikan Profesi Ners, Mahasiswa tingkat akhir reguler wajib menyusun Skripsi. Untuk itu mohon kiranya Bapak/Ibu dapat memfasilitasi mahasiswa dalam melakukan penelitian di Instansi yang Bapak/Ibu pimpin. Adapun mahasiswa yang akan melakukan penelitian :

Nama : Punta Dewa
NIM : 616080722044
Judul : Hubungan Konsumsi Buah Dan Sayur Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia Di Puskesmas Lubuk Baja Kota Batam

Demikian disampaikan atas perhatian dan kerjasamanya diucapkan terima kasih.

INSTITUT KESEHATAN MITRA BUNDA
REKTOR,

Dr. NELLI KOZA, S.Kp., M.Kes.M.M
NUPTK. 5051744645230083

Lampiran 11Surat Balasan Izin Penelitian Puskesmas Lubuk Baja Kota Batam

PEMERINTAH KOTA BATAM
DINAS KESEHATAN
UPTD. PUSKESMAS LUBUK BAJA
Jalan Duyung ,Kelurahan Tanjung Uma, Kecamatan Lubuk Baja, Kode Pos 29445
Telp.(0778) 4083933
Laman pkmlubukbaja.batam.go.id, Pos-el : pkmlubukbaja@gmail.com

Nomor : 341/400.13.17/VII/2026
Sifat : Biasa
Lamp : -
Hal : **Surat Balasan Izin Penelitian**

Batam, 16 Juli 2026

Yth,
Rektor Institut Kesehatan Mitra Bunda
Prodi Sarjana Keperawatan dan Pendidikan Profesi Ners
di
Tempat

Sehubungan Surat dari Institut Kesehatan Mitra Bunda Prodi Sarjana Keperawatan dan Pendidikan Profesi Ners Nomor : 342/14201/R/IKMB/VI/2026 tanggal 09 Juni 2026 tentang izin penelitian yang di perlukan atas nama :

No	Nama	NIM	Judul
1	Punta Dewa	616080722044	Hubungan Konsumsi Buah dan Sayur dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia di Puskesmas Lubuk Baja Kota Batam

Pihak Puskesmas Lubuk Baja bersedia memberikan data dan informasi serta menjadi tempat penelitian. Demikian kami sampaikan atas kerjasamanya kami ucapkan terimakasih.

PARAF HIERARKHIS	
Sub. Bagian Tata Usaha Muhammad Khalifah Firmansyah, S. Kep	

Kepala Puskesmas Lubuk Baja
Kota Batam

dr. Desrina .Sy
Pembina/ IV.b
NIP. 19761224 200604 2009

Lampiran 12 Lembar persetujuan Menjadi Responden Penelitian

INFORMED CONCENT

(Persetujuan Menjadi Responden)

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama :

Umur :

Jenis Kelamin :

Pendidikan :

pekerjaan :

Alamat:

Setelah membaca dan memahami penjelasan yang diberikan oleh peneliti mengenai tujuan, manfaat, serta prosedur penelitian, maka saya menyatakan bersedia menjadi responden dalam penelitian yang dilakukan oleh:

Nama :

Nim :

Alamat:

Judul : Hubungan Konsumsi Buah Dan Sayur Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia Di Puskesmas Lubuk Baja Kota Batam Tahun 2026.

Saya memahami bahwa keikutsertaan saya dalam penelitian ini bersifat sukarela tanpa adanya paksaan dari pihak manapun. Saya juga berhak untuk menolak atau mengundurkan diri dari penelitian ini kapan saja tanpa konsekuensi atau sanksi apa pun.

Batam, 2026

Responden Peneliti

( ) (Punta Dewa)

Lampiran 13 Kuesioner Formulir SQ-FOOD FREQUENCY

FORMULIR SQ-FOOD FREQUENCY QUESTIONNAIRE

Nama :

Jenis Kelamin :

Umur :

Tekanan Darah :

Pola Konsumsi Buah Satu Bulan Terakhir

Bahan Makanan	Konsumsi Buah/Waktu				Frekuensi Konsumsi (/kali)	URT	Berat (g)	Konsumsi (g/hari)
	Hari	Minggu	Bulan	Tidak Pernah				
Jambu Air								
Anggur								
Duku								
Strawberry								
Pepaya								
Apel								
Pear								
Pisang								
Semangka								
Mangga								
Melon								
Jeruk								
Nanas								

Buah naga								
Blimbing								
Kiwi								
Rambutan								
Jambu biji								
Jambu bol								
Sawo								
Sirsak								
Melon								
Markisa								
Salak								
Total								

Pola Konsumsi Sayur Satu Bulan Terakhir

Bahan Makanan	Konsumsi Sayur/Waktu				Frekuensi Konsumsi (/kali)	URT	Berat (g)	Konsumsi (g/hari)
	Hari	Minggu	Bulan	Tidak Pernah				
Wortel								
Kacang Panjang								
Brokoli								
Tauge								
Labu Siam								
Labu Kuning								
Kangkung								
Tomat								
Kubis								
Terong								
Sawi								
Bayam								
Daun Singkong								
Ketimun								
Pare								
Jagung								
Kemangi								
Daun kacang panjang								

Rebung								
Total								

Lampiran 14 Ukuran Rumah Tangga (URT) dan gram buah dan sayur

Ukuran Rumah Tangga (URT) dan berat dalam gram buah dan sayur berdasarkan peraturan (MENTERI KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA, 2014).

1. Buah

Nama Buah	Ukuran Rumah Tangga (URT)	Berat dalam gram
Alpokat	1/2 Buah segar	50
Anggur	20 buah sedang	165
Apel Merah	1 buah kecil	85
Apel Malang	1 buah sedang	75
Belimbing	1 buah besar	125-140
Blewah	1 potong sedang	70
Duku	10-16 buah sedang	80
Durian	2 biji besar	35
Jambu air	2 buah sedang	100
Jambu biji	1 buah besar	100
Jambu Bol	1 buah kecil	90
Jeruk bali	1 potong	105
Jeruk garut	1 buah sedang	115
Jeruk manis	2 buah sedang	100
Kedondong	2 buah besar/sedang	100-120
Kurma	3 buah	15
Leci	10 buah	75

Mangga	3/4 buah	90
Manggis	2 buah sedang	80
Markisa	3/4 buah sedang	35
Melon	1 potong	90
Nangka	3 biji sedang	50
Nenas	1/4 buah sedang	85
Pear	1/2 buah	85
Pepaya	1 potong	100-190
Pisang ambon	1 buah sedang	50
Pisang kepok	1 buah	45
Pisang mas	2 buah	40
Pisang raja	2 buah kecil	40
Rambutan	8 buah	75
Sawo	1 buah sedang	50
Salak	2 buah sedang	65
Semangka	2 potong sedang	180
Sirsak	1/2 gelas	60
Srikaya	2 buah besar	50
Strawbery	4 buah besar	215

2. Sayur

a) Golongan A, kandungan kalorinya sangat rendah:

Gambas	Jamur kuping	Tomat sayur
Ketimun	Labu air	Selada air
Selada	Lobak	Daun bawang

b) Golongan B, kandungan zat gizi per porsi (100 gram) adalah: 25 Kal, 5 gram karbohidrat, dan1 gram protein. Satu (1) porsi sayuran adalah kurang lebih 1 (satu) gelas sayuran setelah dimasak dan ditiriskan.

Bayam	Bit	Labu waluh	Genjer
Kepri muda	Kol	Daun talas	Jagung muda
Brokoli	Daun kecipir	Pepaya muda	Sawi
Kembang kol	Buncis	Labu siam	Rebung
Kemangi	Daun kacang panjang	Pare	Toege
Kangkung	Terong	Kacang Panjang	Wortel

c) Golongan C, kandungan zt gizi per porsi (100 gram) adalah : 50 Kal, 10 gram karbohidrat, dan 3 gram protein. Satu (1) porsi sayuran adalah kurang lebih 1 (satu) gelas sayuran setelah dimasak dan ditiriskan.

Bayam merah	Mangkokan	Nangka muda	Daun pepaya
Daun katuk	Kacang kapri	Mlinjo	Taoge kedelai
Daun mlinjo	Daun talas	Kluwih	Daun singkong

Lampiran 15 Dokumentasi Penelitian










Lampiran 16 lembar konsultasi pembimbing 1

YAYASAN HARAPAN BUNDA BATAM
INSTITUT KESEHATAN MITRA BUNDA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
Jl. Seraya No 1, Batu Ampar, Kota Batam 29454 Telp/Fax (0778) 429431 website : https://ikmb.ac.id
email : institutkmb@gmail.com, info@mbp.ac.id Telp. +62 813 69414014, +62 821 72287280

FORMULIR KONSULTASI BIMBINGAN SKRIPSI/ LAPORAN TUGAS AKHIR (LTA)

Nama Mahasiswa : Punta Dewa

Nim : 616080722044

Semester : VIII / 2026

Prodi : Sarjana Keperawatan dan Pendidikan Profesi Ners

Judul Riset : Hubungan Konsumsi Buah Dan Sayur Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia di Puskesmas Lubuk Baja Kota Batam Tahun 2026

Pembimbing I : Dr. Ns. Ditte Ayu Suntara, M.Kep

NO	TANGGAL BIMBINGAN	TOPIK	SARAN	PARAF PEMBIMBING
1.	28 November 2025	Konsul Judul	ACC judul	
2	01 Desember 2025	Konsul BAB I	Perbaiki urgensi dan perbaikan data	

3	**18 Desember 2026**	**Konsul BAB 1**	**Perbaiki rumusan masalah dan tujuan penelitian**	
4	**03 Januari 2026**	**Konsul BAB 1**	**ACC BAB I**	
5	**04 Maret 2026**	**Konsul BAB II**	**Perbaiki kerangka konseptual**	
6	**05 Maret 2026**	**Konsul BAB II**	**Perbaiki teori klasifikasi hipertensi**	
7	**10 Maret 2026**	**Konsul BAB II**	**ACC BAB II**	
8	**10 Maret 2026**	**Konsul BAB III**	**Perbaiki besaran sampel**	
9	**14 Maret 2026**	**Konsul BAB III**	**Perbaiki kriteria inklusi dan ekslusi**	
10	**21 Maret 2026**	**Konsul BAB III**	**ACC BAB III**	
11	**11 Agustus 2026**	**Konsul BAB IV dan V**	**Perbaiki penulisan pembahasan**	
12	**12 Agustus 2026**	**Konsul BAB IV dan V**	**Acc BAB IV dan V**	

Lampiran 17 lembar konsultasi pembimbing 2

YAYASAN HARAPAN BUNDA BATAM
INSTITUT KESEHATAN MITRA BUNDA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
Jl. Seraya No 1, Batu Ampar, Kota Batam 29454 Telp/Fax (0778) 429431 website : https://ikmb.ac.id
email : institutkmb@gmail.com, info@mbp.ac.id Telp. +62 813 69414014, +62 821 72287280

FORMULIR KONSULTASI BIMBINGAN SKRIPSI/ LAPORAN TUGAS AKHIR (LTA)

Nama Mahasiswa : Punta Dewa

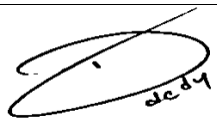
Nim : 616080722044

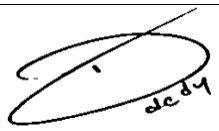
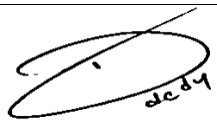
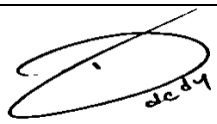
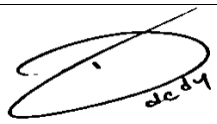
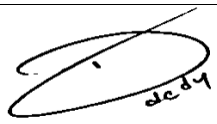
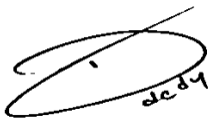
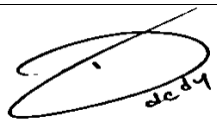
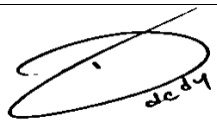
Semester : VIII / 2026

Prodi : Sarjana Keperawatan dan Pendidikan Profesi Ners

Judul Riset : Hubungan Konsumsi Buah Dan Sayur Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia di Puskesmas Lubuk Baja Kota Batam Tahun 2026

Pembimbing II : Ns. Dedy Siska,Mkep

NO	TANGGAL BIMBINGAN	TOPIK	SARAN	PARAF PEMBIMBING
1.	28 november 2025	Konsul Judul	ACC Judul	
2	15 desember 2025	Konsul BAB I	Perbaiki latar belakang	
3	19 Desember 2025	Konsul BAB I	Perbaiki rumusan masalah dan tujuan penelitian	

4	**04 Januari 2026**	**Konsul BAB I**	**ACC BAB I**	
5	**10 Maret 2026**	**Konsul BAB II**	**Perbaiki kerangka konseptual**	
6	**15 Maret 2026**	**Konsul BAB II**	**ACC BAB II**	
7	**19 Maret 2026**	**Konsul BAB III**	**Perbaiki besaran sampel**	
8	**25 Maret 2026**	**Konsul BAB III**	**Perbaiki kriteria inklusi dan ekslusi**	
9	**20 April 2026**	**Konsul BAB III**	**ACC BAB III**	
10	**14 Agustus 2026**	**Konsul BAB IV dan V**	**Perbaiki pembasan dan saran**	
11	**15 Agustus 2026**	**Konsul BAB IV dan V**	**ACC BAB IV dan V**	

Lampiran 18 Hasil Analisis Univariat dan Bivariat

a. Analis Univariat

Statistics

		Konsumsi Buah	Konsumsi Sayur	Kejadian Hipertensi
N	Valid	67	67	67
	Missing	0	0	0

Konsumsi Buah

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Kurang	36	53.7	53.7	53.7
	Cukup	31	46.3	46.3	100.0
	Total	67	100.0	100.0	

Konsumsi Sayur

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Kurang	39	58.2	58.2	58.2
	Cukup	28	41.8	41.8	100.0
	Total	67	100.0	100.0	

Kejadian Hipertensi

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak Hipertensi	27	40.3	40.3	40.3
	Hipertensi	40	59.7	59.7	100.0
	Total	67	100.0	100.0	

b. Analisis Bivariat

Case Processing Summary

	Cases					
	Valid		Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
Konsumsi Buah * Kejadian Hipertensi	67	100.0%	0	0.0%	67	100.0%
Konsumsi Sayur * Kejadian Hipertensi	67	100.0%	0	0.0%	67	100.0%

Konsumsi Buah * Kejadian Hipertensi

Crosstab

			Kejadian Hipertensi		
			Tidak Hipertensi	Hipertensi	Total
Konsumsi Buah	Kurang	Count	9	27	36
		Expected Count	14.5	21.5	36.0
	Cukup	Count	18	13	31
		Expected Count	12.5	18.5	31.0
Total		Count	27	40	67
		Expected Count	27.0	40.0	67.0

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymptotic Significance (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)
Pearson Chi-Square	7.569[a]	1	.006		
Continuity Correction[b]	6.257	1	.012		
Likelihood Ratio	7.690	1	.006		
Fisher's Exact Test				.012	.006
Linear-by-Linear Association	7.456	1	.006		
N of Valid Cases	67				

a. 0 cells (.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 12.49.

b. Computed only for a 2x2 table

Konsumsi Sayur * Kejadian Hipertensi

Crosstab

			Kejadian Hipertensi		
			Tidak Hipertensi	Hipertensi	Total
Konsumsi Sayur	Kurang	Count	10	29	39
		Expected Count	15.7	23.3	39.0
	Cukup	Count	17	11	28
		Expected Count	11.3	16.7	28.0
Total		Count	27	40	67
		Expected Count	27.0	40.0	67.0

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymptotic Significance (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)
Pearson Chi-Square	8.333[a]	1	.004		
Continuity Correction[b]	6.939	1	.008		
Likelihood Ratio	8.420	1	.004		
Fisher's Exact Test				.006	.004
Linear-by-Linear Association	8.209	1	.004		
N of Valid Cases	67				

a. 0 cells (.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 11.28.

b. Computed only for a 2x2 table

Lampiran 19 Master Tabel Penelitian

NO	Nama	Jenis kelamin	Kode	Umur	Kode	Gram buah/hari	Keterangan	Kode	Gram sayur/hari	Keterangan	Kode	Tekanan Darah	Keterangan	Kode
1	Ny.I	Perempuan	1	61	1	177 gram/hari	Cukup	2	315 gram/hari	Cukup	2	129/68 mmHg	Tidak Hipertensi	1
2	Ny.A	Perempuan	1	64	1	137 gram/hari	Kurang	1	121 gram/hari	Kurang	1	142/94 mmHg	Hipertensi	2
3	Tn.M	Laki-Laki	2	70	2	124 gram/hari	Kurang	1	176 gram/hari	Kurang	1	151/101 mmHg	Hipertensi	2
4	Tn.S	Laki-Laki	2	60	1	202 gram/hari	Cukup	2	301 gram/hari	Cukup	2	129/80 mmHg	Tidak Hipertensi	1
5	Tn.T	Laki-Laki	2	63	1	220 gram/hari	Cukup	2	372 gram/hari	Cukup	2	111/62 mmHg	Tidak Hipertensi	1
6	Ny.R	Perempuan	1	60	1	138 gram/hari	Kurang	1	186 gram/hari	Kurang	1	143/95 mmHg	Hipertensi	2
7	Ny.R	Perempuan	1	67	2	147 gram/hari	Kurang	1	188 gram/hari	Kurang	1	182/98 mmHg	Hipertensi	2
8	Tn.D	Laki-Laki	2	60	1	135 gram/hari	Kurang	1	220 gram/hari	Kurang	1	172/103 mmHg	Hipertensi	2
9	Ny.T	Perempuan	1	67	2	256 gram/hari	Cukup	2	436 gram/hari	Cukup	2	108/72 mmHg	Tidak Hipertensi	1
10	Ny.S	Perempuan	1	61	1	154 gram/hari	Cukup	2	209 gram/hari	Kurang	1	168/97 mmHg	Hipertensi	2
11	Ny.A	Perempuan	1	70	2	127 gram/hari	Kurang	1	156 gram/hari	Kurang	1	157/95 mmHg	Hipertensi	2
12	Tn.M	Laki-Laki	2	64	1	212 gram/hari	Cukup	2	316 gram/hari	Cukup	2	128/74 mmHg	Tidak Hipertensi	1
13	Ny.A	Perempuan	1	69	2	205 gram/hari	Cukup	2	286 gram/hari	Cukup	2	128/82 mmHg	Tidak Hipertensi	1
14	Tn.Z	Laki-Laki	2	61	1	112 gram/hari	Kurang	1	172 gram/hari	Kurang	1	145/93 mmHg	Hipertensi	2
15	Tn.A	Laki-Laki	2	68	2	138 gram/hari	Kurang	1	210 gram/hari	Kurang	1	157/95 mmHg	Hipertensi	2
16	Tn.I	Laki-Laki	2	60	1	228 gram/hari	Cukup	2	411 gram/hari	Cukup	2	96/60 mmHg	Tidak Hipertensi	1
17	Ny.D	Perempuan	1	66	2	123 gram/hari	Kurang	1	185 gram/hari	Kurang	1	156/91 mmHg	Hipertensi	2
18	Ny.N	Perempuan	1	63	1	108 gram/hari	Kurang	1	183 gram/hari	Kurang	1	159/95 mmHg	Hipertensi	2
19	Ny.N	Perempuan	1	66	2	140 gram/hari	Kurang	1	224 gram/hari	Kurang	1	181/93 mmHg	Hipertensi	2
20	Tn. M	Laki-Laki	2	60	1	223 gram/hari	Cukup	2	344 gram/hari	Cukup	2	114/62 mmHg	Tidak Hipertensi	1
21	Ny.E	Perempuan	1	61	1	81 gram/hari	Kurang	1	195 gram/hari	Kurang	1	154/97 mmHg	Hipertensi	2
22	Tn.R	Laki-Laki	2	68	2	194 gram/hari	Cukup	2	324 gram/hari	Cukup	2	122/70 mmHg	Tidak Hipertensi	1

23	Tn S	Laki-Laki	2	66	2	96 gram/hari	Kurang	1	216 gram/hari	Kurang	1	179/103 mmHg	Hipertensi	2
24	Tn.I	Laki-Laki	2	62	1	178 gram/hari	Cukup	2	324 gram/hari	Cukup	2	114/65 mmHg	Tidak Hipertensi	1
25	Ny. L	Perempuan	1	64	1	164 gram/hari	Cukup	2	379 gram/hari	Cukup	2	128/78 mmHg	Tidak Hipertensi	1
26	Ny. S	Perempuan	1	61	1	197 gram/hari	Cukup	2	342 gram/hari	Cukup	2	132/67 mmHg	Tidak Hipertensi	1
27	Tn. A	Laki-Laki	2	61	1	133 gram/hari	Kurang	1	223 gram/hari	Kurang	1	142/91 mmHg	Hipertensi	2
28	Tn.H	Laki-Laki	2	65	1	114 gram/hari	Kurang	1	192 gram/hari	Kurang	1	148/95 mmHg	Hipertensi	2
29	Ny.T	Perempuan	1	61	1	114 gram/hari	Kurang	1	170 gram/hari	Kurang	1	150/96 mmHg	Hipertensi	2
30	Ny.T	Perempuan	1	62	1	106 gram/hari	Kurang	1	168 gram/hari	Kurang	1	182/101 mmHg	Hipertensi	2
31	Ny.A	Perempuan	1	64	1	125 gram/hari	Kurang	1	235 gram/hari	Kurang	1	112/75 mmHg	Tidak Hipertensi	1
32	Tn. J	Laki-Laki	2	66	2	146 gram/hari	Kurang	1	187 gram/hari	Kurang	1	122/74 mmHg	Tidak Hipertensi	1
33	Tn S	Laki-Laki	2	66	2	97 gram/hari	Kurang	1	229 gram/hari	Kurang	1	192/108 mmHg	Hipertensi	2
34	Ny.J	Perempuan	1	65	1	208 gram/hari	Cukup	2	285 gram/hari	Cukup	2	151/95 mmHg	Hipertensi	2
35	Ny.N	Perempuan	1	60	1	156 gram/hari	Cukup	2	260 gram/hari	Cukup	2	181/93 mmHg	Hipertensi	2
36	Ny.R	Perempuan	1	61	1	219 gram/hari	Cukup	2	230 gram/hari	Kurang	1	170/92 mmHg	Hipertensi	2
37	Ny. I	Perempuan	1	68	2	163 gram/hari	Cukup	2	233 gram/hari	Kurang	1	105/76 mmHg	Tidak Hipertensi	1
38	Tn. M	Laki-Laki	2	61	1	190 gram/hari	Cukup	2	245 gram/hari	Kurang	1	161/94 mmHg	Hipertensi	2
39	Ny. N	Perempuan	1	63	1	250 gram/hari	Cukup	2	401 gram/hari	Cukup	2	119/65 mmHg	Tidak Hipertensi	1
40	Ny.H	Perempuan	1	66	2	106 gram/hari	Kurang	1	171 gram/hari	Kurang	1	161/98 mmHg	Hipertensi	2
41	Ny.S	Perempuan	1	60	1	124 gram/hari	Kurang	1	299 gram/hari	Cukup	2	141/92 mmHg	Hipertensi	2
42	Tn.M	Laki-Laki	2	70	2	161 gram/hari	Cukup	2	243 gram/hari	Kurang	1	113/66 mmHg	Tidak Hipertensi	1
43	Ny. H	Perempuan	1	66	2	119 gram/hari	Kurang	1	329 gram/hari	Cukup	2	161/98 mmHg	Hipertensi	2
44	Ny.M	Perempuan	1	63	1	220 gram/hari	Cukup	2	258 gram/hari	Cukup	2	145/92 mmHg	Hipertensi	2
45	Ny.M	Perempuan	1	65	1	119 gram/hari	Kurang	1	339 gram/hari	Cukup	2	100/78 mmHg	Tidak Hipertensi	1
46	Tn .R	Laki-Laki	2	68	2	56 gram/hari	Kurang	1	205 gram/hari	Kurang	1	125/69 mmHg	Tidak Hipertensi	1
47	Ny.K	Perempuan	1	62	1	139 gram/hari	Kurang	1	143 gram/hari	Kurang	1	167/101 mmHg	Hipertensi	2

48	Ny.R	Perempuan	1	67	2	78 gram/hari	Kurang	1	189 gram/hari	Kurang	1	200/105 mmHg	Hipertensi	2
49	Ny. D	Perempuan	1	63	1	236 gram/hari	Cukup	2	312 gram/hari	Cukup	2	145/90 mmHg	Hipertensi	2
50	Tn. I	Laki-Laki	2	60	1	240 gram/hari	Cukup	2	243 gram/hari	Kurang	1	150/92mmHg	Hipertensi	2
51	Tn.J	Laki-Laki	2	65	1	137 gram/hari	Kurang	1	213 gram/hari	Kurang	1	125/70 mmHg	Tidak Hipertensi	1
52	Tn.Z	Laki-Laki	2	60	1	148 gram/hari	Kurang	1	244 gram/hari	Kurang	1	128/85 mmHg	Tidak Hipertensi	1
53	Ny.A	Perempuan	1	60	1	215 gram/hari	Cukup	2	260 gram/hari	Cukup	2	140/90 mmHg	Hipertensi	2
54	Ny.R	Perempuan	1	68	2	192 gram/hari	Cukup	2	253 gram/hari	Cukup	2	159/91 mmHg	Hipertensi	2
55	Tn.M	Laki-Laki	2	62	1	133 gram/hari	Kurang	1	278 gram/hari	Cukup	2	147/92 mmHg	Hipertensi	2
56	Tn.S	Laki-Laki	2	61	1	154 gram/hari	Cukup	2	153 gram/hari	Kurang	1	144/93 mmHg	Hipertensi	2
57	Ny.I	Perempuan	1	66	2	230 gram/hari	Cukup	2	229 gram/hari	Kurang	1	125/72 mmHg	Tidak Hipertensi	1
58	Ny.N	Perempuan	1	64	1	154 gram/hari	Cukup	2	253 gram/hari	Cukup	2	174/92 mmHg	Hipertensi	2
59	Tn. A	Laki-Laki	2	63	1	144 gram/hari	Kurang	1	603 gram/hari	Cukup	2	114/78 mmHg	Tidak Hipertensi	1
60	Ny.S	Perempuan	1	60	1	156 gram/hari	Cukup	2	221 gram/hari	Kurang	1	146/99 mmHg	Hipertensi	2
61	Ny.R	Perempuan	1	65	1	141 gram/hari	Kurang	1	230 gram/hari	Kurang	1	136/74 mmHg	Tidak Hipertensi	1
62	Ny.I	Perempuan	1	61	1	245 gram/hari	Cukup	2	236 gram/hari	Kurang	1	127/77 mmHg	Tidak Hipertensi	1
63	Tn.Y	Laki-Laki	2	63	1	132 gram/hari	Kurang	1	401 gram/hari	Cukup	2	130/83 mmHg	Tidak Hipertensi	1
64	Tn. A	Laki-Laki	2	60	1	234 gram/hari	Cukup	2	517 gram/hari	Cukup	2	124/75 mmHg	Tidak Hipertensi	1
65	Ny. S	Perempuan	1	61	1	126 gram/hari	Kurang	1	180 gram/hari	Kurang	1	142/93 mmHg	Hipertensi	2
66	Ny. H	Perempuan	1	68	2	147 gram/hari	Kurang	1	254 gram/hari	Cukup	2	160/95 mmHg	Hipertensi	2
67	Ny. S	Perempuan	1	62	1	140 gram/hari	Kurang	1	236gram/hari	Kurang	1	145/90 mmHg	Hipertensi	2

JADWAL KEGIATAN PENYUSUNAN SKRIPSI

No	Jenis Kegiatan	Bulan											
		Nov	Des	Jan	Feb	Mar	Apr	Mei	Jun	Jul	Agu	Sep	Okt
1	Konsultasi Masalah Penelitian												
2	Konsultasi Judul Penelitian												
3	Pengajuan Judul												
4	ACC Judul LPPM												
5	Konsultasi BAB I												
6	ACC BAB I												
7	Studi Pendahuluan												
8	Konsultasi BAB III												
9	ACC Perbaikan BAB II, dan III												
10	ACC BAB II, dan III												
11	ACC Sidang Proposal												
12	Sidang Proposal												
13	Penelitian												
14	Konsultasi BAB IV dan BAB V												
15	ACC BAB IV dan BAB V												
16	Sidang Hasil												