

**HUBUNGAN KONSUMSI MINUMAN KAFEIN, BUAH DAN
SAYUR DENGAN TEKANAN DARAH PRA LANSIA
DI POSBINDU WILAYAH KERJA UPT
PUSKESMAS DABO LAMA
KABUPATEN LINGGA**



SKRIPSI

**MURNI JUNITA
NIM : 616081520007**

**PROGRAM STUDI SARJANA GIZI
INSTITUT KESEHATAN MITRA BUNDA**

2024

**HUBUNGAN KONSUMSI MINUMAN KAFEIN, BUAH DAN
SAYUR DENGAN TEKANAN DARAH PRA LANSIA DI
POSBINDU WILAYAH KERJA UPT
PUSKESMAS DABO LAMA
KABUPATEN LINGGA**



SKRIPSI

Skripsi ini Disusun Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Mencapai
Gelar Sarjana Gizi

MURNI JUNITA
NIM. 616081520007

PROGRAM STUDI SARJANA GIZI
INSTITUT KESEHATAN MITRA BUNDA

2024

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Murni Junita
NIM : 616081520007
Judul : Hubungan Konsumsi Minuman Kafein, Buah dan Sayur
dengan Tekanan Darah Pra Lansia di Posbindu Wilayah
Kerja UPT Puskesmas Dabo Lama Kabupaten Lingga
Program Studi : Sarjana Gizi
Institusi : Institut Kesehatan Mitra Bunda

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa skripsi yang saya tulis ini adalah benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri dan bukan merupakan pengambilan alihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai hasil tulisan atau pikiran saya sendiri.

Apabila dikemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan skripsi ini adalah hasil jiplakan, maka saya bersedia mendapatkan sanksi atas perbuatan tersebut sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Batam, 08 Oktober 2024

Pembuat pernyataan



Murni Junita

Mengetahui,

PEMBIMBING I

PEMBIMBING II



Amalina Rizma, S.Gz., M.Gz



Dr. Desy, S.S., M.Pd

HALAMAN PENGESAHAN PEMBIMBING

Judul : Hubungan Konsumsi Minuman Kafein, Buah dan Sayur
dengan Tekanan Darah Pra Lansia Di Posbindu
Wilayah Kerja UPT Puskesmas Dabo Lama Kabupaten
Lingga

Nama : Murni Junita

NIM : 616081520007

Program Studi : Sarjana Gizi

Jenjang pendidikan : Strata Satu (S-1)

SK Pembimbing : 095/R/KPTS/IKMB/X/2023

Telah Diperiksa dan Disetujui
Oleh Komisi Pembimbing

Batam, 08 Oktober 2024

Pembimbing I



Amalina Rizma, S.Gz., M.Gz

Pembimbing II



Dr. Desy, S.S., M.Pd

Mengetahui,
Program Studi Sarjana Gizi
Ketua,



Haqqelni Nur Rosyidah, S.Gz., M.Kes



PENGESAHAN

Skripsi ini Dipertahankan dan Telah Diperbaiki Sesuai Dengan Masukan Dewan
Penguji Skripsi Program Studi Sarjana Gizi
Institut Kesehatan Mitra Bunda
Pada tanggal 08 Oktober 2024

Mengesahkan Program Studi Sarjana Gizi
Institut Kesehatan Mitra Bunda

PEMBIMBING I

Amalina Rizma, S.Gz., M.Gz

PEMBIMBING II

Dr. Desy, S.S., M.Pd

PENGUJI I

Herviana, S.Gz., M.Gz

PENGUJI II

Ns. Hidayat Hartanto, S.Kep

Mengetahui,
Program Studi Sarjana Gizi
Ketua,

Haqqelni Nur Rosvidah, S.Gz., M.Kes

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	iii
HALAMAN PERSETUJUAN	iv
HALAMAN PENGESAHAN PENGUJI	v
KATA PENGANTAR	vi
ABSTRAK	Error! Bookmark not defined.
ABSTRACS	Error! Bookmark not defined.
RIWAYAT HIDUP	Error! Bookmark not defined.
DAFTAR ISI	vi
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR GAMBAR	Error! Bookmark not defined.
DAFTAR LAMPIRAN	Error! Bookmark not defined.
BAB I PENDAHULUAN	Error! Bookmark not defined.
1.1 Latar Belakang	Error! Bookmark not defined.
1.2 Rumusan Masalah	Error! Bookmark not defined.
1.3 Tujuan Penelitian	Error! Bookmark not defined.
1.3.1 Tujuan umum	Error! Bookmark not defined.
1.3.2 Tujuan Khusus	Error! Bookmark not defined.
1.4 Manfaat Penelitian	Error! Bookmark not defined.
1.4.1 Manfaat Teoritis	Error! Bookmark not defined.
1.4.2 Manfaat Praktis	Error! Bookmark not defined.
1.5 Keaslian Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	Error! Bookmark not defined.
2.1 Tekanan Darah	Error! Bookmark not defined.
2.1.1 Definisi Tekanan Darah	Error! Bookmark not defined.
2.1.2 Klasifikasi Tekanan Darah.....	Error! Bookmark not defined.
2.2 Pra Lansia.....	Error! Bookmark not defined.
2.2.1 Definisi Pra lansia	Error! Bookmark not defined.

2.2.2 Masalah Kesehatan Pada Kelompok Pra Lansia...	Error! Bookmark not defined.
2.3 Minuman Kafein	Error! Bookmark not defined.
2.4. Konsumsi Buah	Error! Bookmark not defined.
2.5 Konsumsi Sayur	Error! Bookmark not defined.
2.6 Kerangka Konseptual	Error! Bookmark not defined.
2.7 Hipotesis.....	Error! Bookmark not defined.
BAB III METODE PENELITIAN	Error! Bookmark not defined.
3.1 Jenis dan Rancangan Penelitian	Error! Bookmark not defined.
3.2 Populasi dan Sampel Penelitian	Error! Bookmark not defined.
3.2.1 Populasi.....	Error! Bookmark not defined.
3.2.2 Sampel.....	Error! Bookmark not defined.
3.2.3 Teknik Pengambilan Sampel	Error! Bookmark not defined.
3.2.4 Besar Sampel	Error! Bookmark not defined.
3.3 Lokasi dan Waktu Penelitian	Error! Bookmark not defined.
3.3.1 Lokasi Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
3.3.2 Waktu Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
3.4 Identifikasi Variabel.....	Error! Bookmark not defined.
3.4.1 Variabel Independen	Error! Bookmark not defined.
3.4.2 Variabel Dependen.....	Error! Bookmark not defined.
3.5 Kerangka Kerja	Error! Bookmark not defined.
3.6 Prosedur Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
3.6.1 Tahap Persiapan	Error! Bookmark not defined.
3.6.2 Tahap Pelaksanaan.....	Error! Bookmark not defined.
3.6.3 Tahap Akhir	Error! Bookmark not defined.
3.7 Definisi Operasional.....	Error! Bookmark not defined.
3.8 Pengumpulan Data	Error! Bookmark not defined.
3.8.1 Teknik Pengumpulan Data.....	Error! Bookmark not defined.
3.8.2 Instrumen	Error! Bookmark not defined.
3.9 Pengolahan Data dan Analisa Data.....	Error! Bookmark not defined.
3.9.1 Pengolahan Data	Error! Bookmark not defined.

3.9.1.1	Editing.....	Error! Bookmark not defined.
3.9.1.2	<i>Coding</i> (Pemberian Kode).....	Error! Bookmark not defined.
3.9.1.3	<i>Data Entry</i> (Memasukan Data)	Error! Bookmark not defined.
3.9.1.4	<i>Cleaning</i> (Pembersihan Data)	Error! Bookmark not defined.
3.9.1.5	<i>Tabulating</i> (Penyusunan Data).....	Error! Bookmark not defined.
3.9.2	Analisis Data	Error! Bookmark not defined.
3.9.2.1	Analisis Univariat	Error! Bookmark not defined.
3.9.2.2	Analisis Bivariat.....	Error! Bookmark not defined.
3.10	Etika Penelitian	Error! Bookmark not defined.
3.10.1	<i>Informed consent</i> (lembar persetujuan) Error! Bookmark not defined.	
3.10.2	<i>Anonimity</i> (kerahasiaan identitas)	Error! Bookmark not defined.
3.10.3	<i>Confidentiality</i> (kerahasiaan informasi) Error! Bookmark not defined.	
3.11	Keterbatasan Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....		Error! Bookmark not defined.
4.1	Gambaran Lokasi Penelitian Di Wilayah Kerja UPT Puskesmas Dabo Lama Kabupaten Lingga.....	Error! Bookmark not defined.
4.2	Karakteristik Responden	Error! Bookmark not defined.
4.3	Analisis Bivariat Minuman Kafein Dengan Tekanan Darah Sistolik	Error! Bookmark not defined.
4.4	Analisis Bivariat Buah Dengan Tekanan Darah Sistolik	Error! Bookmark not defined.
4.5	Hubungan Konsumsi Sayur Dengan Tekanan Darah Sistolik	Error! Bookmark not defined.
4.4	Pembahasan.....	Error! Bookmark not defined.
4.3.1	Karakteristik Jenis Kelamin Responden	Error! Bookmark not defined.
4.3.2	Karakteristik Usia Responden.....	Error! Bookmark not defined.
4.3.3	Karakteristik Konsumsi Minuman Kafein Responden	Error! Bookmark not defined.
4.3.4	Karakteristik Konsumsi Buah Responden	Error! Bookmark not defined.
4.3.5	Karakteristik Konsumsi Sayur Responden	Error! Bookmark not defined.

4.3.6	Karakteristik Tekanan Darah Responden	Error! Bookmark not defined.
4.3.7	Hubungan Konsumsi Minuman Kafein Dengan Tekanan Darah ...	Error! Bookmark not defined.
4.3.8	Hubungan Konsumsi Buah Dengan Tekanan Darah ..	Error! Bookmark not defined.
4.3.9	Hubungan Konsumsi Sayur Dengan Tekanan Darah .	Error! Bookmark not defined.
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN		Error! Bookmark not defined.
5.1	Kesimpulan	Error! Bookmark not defined.
5.2	Saran.....	Error! Bookmark not defined.
5.2.1	Bagi Responden	Error! Bookmark not defined.
5.2.2	Bagi Institut Pendidikan.....	Error! Bookmark not defined.
5.2.1	Bagi Peneliti Selanjutnya	Error! Bookmark not defined.
DAFTAR PUSTAKA		Error! Bookmark not defined.
LAMPIRAN.....		Error! Bookmark not defined.

