

## ABSTRAK



UNIVERSITAS ESA UNGGUL  
FAKULTAS ILMU-ILMU KESEHATAN  
PROGRAM STUDI ILMU GIZI  
SKRIPSI, FEBRUARI 2015

BUNGA ASMARA ARNO

### HUBUNGAN PENGETAHUAN GIZI, POLA KONSUMSI BAHAN MAKANAN SUMBER PHYTOESTROGEN DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI PADA WANITA MENOPAUSE DIPOSBINDU WILAYAH KERJA UPT PUSKESMAS PONDOK BETUNG

xii, VI BAB, 74 Halaman, 13 Tabel

**Latar belakang:** Hasil Survei Kesehatan Rumah Tangga tahun 1995 dan Riskesdas 2007 menunjukkan bahwa prevalensi penduduk yang menderita hipertensi di Indonesia sebesar 31.7%, pada umumnya lebih banyak diderita oleh wanita dibandingkan dengan pria. Sedangkan menurut Susalit (2001) prevalensi hipertensi cukup tinggi yaitu 7% sampai 22%. Faktor penyebab yang di duga antara lain pola konsumsi, aktivitas fisik, pengetahuan, dan tingkat stres.

**Tujuan:** Mengetahui hubungan pengetahuan gizi, pola konsumsi bahan makanan sumber phytoestrogen dengan kejadian hipertensi pada wanita menopause

**Metode:** Data yang digunakan merupakan data primer, dengan pendekatan *cross sectional*. Sampel adalah wanita menopause 50-59 tahun. Data yang dikumpulkan adalah pola konsumsi yang diperoleh dengan menggunakan food frekuensi semi kuantitatif, pola pengetahuan yang diperoleh dengan menggunakan kuesioner, dan tekanan darah yang di ukur dengan menggunakan tensimeter dan di ukur oleh tenaga perawat. Uji statistik yang digunakan adalah uji *chi square*.

**Hasil:** Responden yang menderita hipertensi sebanyak 38.8%. Dari total responden yang hipertensi sebanyak 67.3% berusia 45-55 tahun, 44.9% berpendidikan SMA, 91.8% memiliki tingkat pengetahuan yang baik, mengkonsumsi phytoestrogen dalam jumlah yang kurang (< 40 gr) . Ada hubungan antara pola konsumsi phytoestrogen dengan kejadian hipertensi dengan  $p=0.005$  ( $p<0.05$ ), sedangkan pengetahuan gizi tidak ada hubungan yang signifikan dengan  $p=0.121$  ( $p>0.05$ ).

**Kesimpulan:** Salah satu upaya untuk mencegah ataupun menanggulangi permasalahan hipertensi dengan menggalakan konsumsi phytoestrogen sebagai salah satu alternatif untuk menghindari kejadian hipertensi.

Kata kunci : Pengetahuan gizi, pola konsumsi bahan makanan sumber phytoestrogen, hipertensi,,

Daftar bacaan : 52 (1984-2014)



PERSETUJUAN UJIAN SIDANG SKRIPSI

**HUBUNGAN PENGETAHUAN GIZI, POLA KONSUMSI BAHAN  
MAKANAN SUMBER PHYTOESTROGEN DENGAN KEJADIAN  
HIPERTENSI PADA WANITA MENOPAUSE DI POSBINDU WILAYAH  
KERJA UPT PUSKESMAS PONDOK BETUNG**

Skripsi ini telah disetujui untuk dipertahankan dalam ujian skripsi

Program Studi Ilmu Gizi  
Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan  
Universitas Esa Unggul Jakarta

Pembimbing I,

Herwanti Bahar, M.Sc  
M.Sc

Februari 2015

Pembimbing II,

Dr. Iskari Ngadiarti,

Februari 2015



## **SURAT PERNYATAAN**

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Bunga Asmara Arno

BIM : 201332120

Program Studi : Ilmu Gizi

Fakultas Ilmu – Ilmu Kesehatan

Universitas Esa Unggul

Menyatakan bahwa saya tidak melakukan kegiatan plagiat dalam penulisan skripsi saya yang berjudul:

**HUBUNGAN PENGETAHUAN GIZI, POLA KONSUMSI BAHAN  
MAKANAN SUMBER PHYTOESTROGEN DENGAN KEJADIAN  
HIPERTENSI PADA WANITA MENOPAUSE DI POSBINDU WILAYAH  
KERJA UPT PUSKESMAS PONDOK BETUNG**

Apabila suatu saat nanti terbukti melakukan tindakan plagiat, maka saya akan menerima sanksi yang telah ditetapkan.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Jakarta, 2015

Bunga Asmara Arno



## RIWAYAT HIDUP PENULIS

### Data Pribadi:

- Nama : Bunga Asmara Arno
- Tempat Tanggal Lahir : Jakarta, 10 Agustus 1991
- Alamat : Jl. Melati No. 6 B20 RT 07/07,  
PJMI Bintaro, Tangerang Selatan
- Nomor Telepon/HP : 081281562701

### Data Pendidikan

- 1996 – 1997 : Tk Islam Permata Bunda
- 1997 – 2003 : SD Islam Al-Azhar 17 Bintaro
- 2003 – 2006 : SMP N 177
- 2006 – 2009 : SMA N 47 Jakarta
- 2009 – 2012 : Politeknik Kesehatan Kementerian  
Kesehatan  
Jakarta II, Jurusan Gizi
- 2013 – sekarang : Program Studi Ilmu Gizi  
Fakultas Ilmu – Ilmu Kesehatan  
Universitas Esa Unggul

## KATA PENGANTAR

Alhamdulillah, puji dan syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Hubungan Pengetahuan Gizi, Pola Konsumsi Bahan Makanan Sumber Phytoestrogen Dengan Kejadian Hipertensi Pada Wanita Menopause di Posbindu Wilayah Kerja UPT Puskesmas Pondok Betung”. Skripsi ini disusun untuk memenuhi persyaratan dalam mendapatkan gelar sarjana.

Pada kesempatan ini penulis menghanturkan rasa hormat kepada Papa, Mama dan semua saudara yang telah memberikan dorongan, semangat, dan do'a sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.

Dengan segala kerendahan hati, penulis menyampaikan ucapan terima kasih yang sangat besar kepada semua pihak yang telah membantu dalam penyusunan KTI ini, yaitu:

1. Ibu Herwanti Bahas, M.Sc selaku Dosen Pembimbing I yang telah membimbing penulis dengan penuh kesabaran, ketulusan dan perhatian yang penuh selama penyusunan skripsi ini.
2. Ibu Dr. Iskari Ngadiarti, M.Sc selaku Pembimbing II yang selalu mengoreksi dan membantu dalam membimbing membuat skripsi ini
3. Kapus dan Ka.tu UPT Puskesmas Pondok Betung yang mensupport dalam kuliah maupun pembuatan skripsi ini
4. Semua teman-teman Gizi Sesi 10, icikimpring, dan orang terdekat yang sangat banyak membantu dalam memberikan dukungan baik berupa dalam pelajaran maupun di luar pelajaran, selalu memberikan semangat dan motivasi di dalam segala hal, dan selalu ada di setiap kesempatan.
5. Semua pihak yang telah membantu dalam penulisan Karya Tulis Ilmiah ini.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna. Oleh sebab itu penulis selalu menerima masukan, kritik dan saran guna menyempurnakan skripsi ini. Semoga skripsi ini bermanfaat bagi pembaca serta dapat dijadikan sebagai sumbangan pikiran untuk perkembangan pendidikan khususnya pendidikan ilmu gizi.

Jakarta, Februari 2015

Penulis

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL</b>	<b>i</b>
<b>ABSTRAK</b>	<b>ii</b>
<b>LEMBAR PERSETUJUAN</b>	<b>iii</b>
<b>PENGESAHAN SKRIPSI</b>	<b>iv</b>
<b>RIWAYAT SKRIPSI</b>	<b>v</b>
<b>RIWAYAT HIDUP</b>	<b>vi</b>
<b>KATA PENGANTAR</b>	<b>vii</b>
<b>DAFTAR ISI</b>	<b>viii</b>
<b>DAFTAR TABEL</b>	
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang	1
B. Identifikasi Masalah	5
C. Pembatasan Masalah	6
D. Perumusan Masalah	6
E. Tujuan Penelitian	
1. Tujuan Umum	6
2. Tujuan Khusus	6
F. Manfaat Penelitian	
1. Bagi Responden	7

2. Bagi FIKES UEU	7
3. Bagi Peneliti	8

## **BAB II KERANGKA TEORI DAN HIPOTESIS**

A. Deskripsi Teoritis	9
1. Fase Normal Kehidupan Wanita	10
2. Phytoestrogen	
a. Absorpsi Phytoestrogen	13
b. Cara Kerja Phytoestrogen	14
c. Jenis Phytoestrogen	15
d. Kecukupan Phytoestrogen	16
e. Faktor-faktor yang Meningkatkan Absorpsi Phytoestrogen	16
f. Fungsi Phytoestrogen	16
g. Sumber Phytoestrogen	17
3. Hipertensi	
a. Definisi Hipertensi	20
b. Klasifikasi Hipertensi	22
c. Hipertensi	23
d. Faktor Resiko Hipertensi Pada Wanita Menopause	23
4. Pengetahuan Gizi Seimbang	28
5. Hubungan Pengetahuan Gizi dengan Hipertensi Pada Wanita Menopause	31
6. Pola Konsumsi Phytoestrogen Wanita Menopause	31
B. Kerangka Berfikir Penelitian	34
C. Kerangka Konsep Penelitian	35



D. Hipotesis Penelitian	36
-------------------------	----

### **BAB III METODOLOGI PENELITIAN**

A. Tempat dan Waktu Penelitian	37
B. Jenis Penelitian	37
C. Populasi dan Sampel	
1. Populasi	37
2. Sampel	38
D. Pengumpulan Data	
1. Jenis Data	39
2. Sumber Data	39
3. Cara Pengumpulan Data	39
E. Instrumen Penelitian	
1. Variabel Penelitian	41
2. Definisi Konseptual	42
3. Definisi Operasional	42
F. Pengolahan Data	42
G. Analisis Data	45
H. Penyajian Data	49

### **BAB IV HASIL**

A. Lokasi Penelitian	
1. Geografis	50
2. Demografis	50
B. Hasil Pengumpulan Data	

1. Analisa Univariat	52
2. Analisa Bivariat	56
<b>BAB V PEMBAHASAN</b>	
A. Deskripsi Data	
1. Analisis Univariat	61
2. Analisis Bivariat	68
B. Keterbatasan Penelitian	71
<b>BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN</b>	
A. Kesimpulan	72
B. Saran	73
<b>DAFTAR PUSTAKA</b>	74

## DAFTAR TABEL

Tabel 1. Kadar Isoflavon Pada Berbagai Isoflavon Pada Berbagai Produk Olahan Kedelai	18
Tabel 2. Analisa Kandungan Zat Aktif Estrogenik (Deidzein dan Genistein) Pada 100 gr Kacang Kedele	19
Tabel 3. Kandungan Lignan (Phytoestrogen) Per 100 gram Bahan Makanan	20
Tabel 4. Klasifikasi Tekanan Darah	22
Tabel 5. Distribusi Responden Berdasarkan Umur	52
Tabel 6. Distribusi Responden Berdasarkan Tingkat Pendidikan	53
Tabel 7. Distribusi Responden Berdasarkan Pengetahuan Gizi	53
Tabel 8. Distribusi Responden Berdasarkan Kejadian Hiperensi	54
Tabel 9. Distribusi Responden Berdasarkan Pola Konsumsi Bahan Makanan Sumber Phytoestrogen	55
Tabel 10. Distribusi Responden Berdasarkan Jumlah (Gram) Pola Konsumsi Bahan Makanan Sumber Phytoestrogen	56
Tabel 11. Distribusi Hipertensi Pada Wanita Menopause Menurut Pengetahuan Gizi Seimbang	56
Tabel 12. Distribusi Hipertensi Pada Wanita Menopause Menurut Jumlah (Gram) Kecukupan Pola Konsumsi Bahan Makanan Sumber Phytoestrogen	57

Tabel 13. Distribusi Hipertensi Pada Wanita Menopause Menurut Pola Konsumsi Bahan Makanan Tinggi Kandungan Phytoestrogen (Tempe)	58
---	----