

DAFTAR ISI

| | |
|--|-----|
| HALAMAN PENGESAHAN | ii |
| PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI | iii |
| KATA PENGANTAR | iv |
| DAFTAR ISI | vii |
| DAFTAR TABEL | ix |
| DAFTAR GAMBAR | x |
| INTISARI | xi |
| ABSTRAK | xii |
| BAB I | 1 |
| A. Latar Belakang | 1 |
| B. Perumusan Masalah | 5 |
| C. Tujuan Penelitian | 5 |
| D. Manfaat Penelitian | 6 |
| E. Keaslian Penelitian | 7 |
| BAB II | 10 |
| A. Tinjauan Pustaka | 10 |
| 1. Tekanan Darah | 10 |
| 2. Asupan Natrium | 22 |
| 3. Asupan Lemak..... | 25 |
| 4. Penilaian Asupan Makan | 27 |
| 5. Metode <i>Food Recall 24 Hours</i> | 28 |
| 6. Metode <i>Semi Quantitative Food Frequency (SQ-FFQ)</i> | 29 |
| B. Kerangka Teori | 31 |
| C. Kerangka Konsep | 32 |
| D. Hipotesis | 32 |
| BAB III | 32 |
| A. Jenis dan Desain Penelitian | 33 |
| B. Subjek Penelitian | 33 |
| 1. Populasi dan Sampel..... | 33 |
| 2. Besar Sampel | 34 |

| | |
|--|-----------|
| 3. Teknik Pengambilan Sampel | 34 |
| C. Lokasi dan Waktu Penelitian..... | 35 |
| D. Variabel Penelitian..... | 35 |
| E. Definisi Operasional Variabel..... | 36 |
| F. Instrumen Penelitian..... | 38 |
| G. Jenis dan Sumber Data..... | 38 |
| H. Analisis Data Penelitian | 39 |
| I. Etika Penelitian..... | 40 |
| J. Jalannya Penelitian | 41 |
| BAB IV | 43 |
| A. Hasil Penelitian | 43 |
| 1. Gambaran Umum Lokasi Penelitian | 43 |
| 2. Karakteristik Subjek Penelitian | 44 |
| 3. Rata-rata Asupan Natrium dan Lemak Subjek Penelitian | 45 |
| 4. Hubungan antara Asupan Natrium Terhadap Tekanan Darah | 47 |
| 5. Hubungan antara Asupan Lemak Terhadap Tekanan Darah | 47 |
| 6. Analisis Variabel Perancu Terhadap Variabel Terikat | 48 |
| B. Pembahasan..... | 49 |
| 1. Tekanan Darah..... | 49 |
| 2. Asupan Natrium..... | 52 |
| 3. Asupan Lemak..... | 53 |
| 4. Hubungan Asupan Natrium Terhadap Tekanan darah..... | 54 |
| 5. Hubungan Asupan Lemak Terhadap Tekanan Darah | 56 |
| C. Keterbatasan Penelitian | 59 |
| BAB V | 60 |
| A.Kesimpulan | 60 |
| B.Saran | 60 |
| DAFTAR PUSTAKA..... | 61 |
| LAMPIRAN..... | 65 |

DAFTAR TABEL

| | |
|--|----|
| Tabel 1. Keaslian Penelitian | 7 |
| Tabel 2. Klasifikasi Tekanan Darah | 13 |
| Tabel 3. Definisi Operasional Variabel | 36 |
| Tabel 4. Karakteristik Subjek Penelitian | 45 |
| Tabel 5. Rata-rata Asupan Natrium dan Lemak | 45 |
| Tabel 6. Gambaran Asupan Makronutrien para Pekerja K5L UGM | 46 |
| Tabel 7. Distribusi para Pekerja K5L UGM Berdasarkan Asupan Makronutrien . | 46 |
| Tabel 8. Hubungan Asupan Natrium Terhadap Tekanan Darah..... | 47 |
| Tabel 9. Hubungan antara Asupan Lemak Terhadap Tekanan Darah | 47 |
| Tabel 10. Hubungan Jenis Kelamin, Usia, Status Gizi dan Status Merokok Terhadap Tekanan Darah..... | 48 |

DAFTAR GAMBAR

| | |
|---------------------------------|----|
| Gambar 1. Kerangka Teori | 31 |
| Gambar 2. Kerangka Konsep | 32 |