

SKRIPSI

**HUBUNGAN KONSUMSI IKAN, TEKNIK PENGOLAHAN IKAN DAN
STATUS GIZI DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI PADA ORANG
DEWASA DI KELURAHAN MALABERO BENGKULU
TAHUN 2026**



DISUSUN OLEH:

**DEA SALSABILA MANDALA PUTRI
NIM. P01730222009**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN BENGKULU
PRODI SARJANA TERAPAN
GIZI DAN DIETETIKA
TAHUN 2026**

HALAMAN PERSETUJUAN

SKRIPSI

**HUBUNGAN KONSUMSI IKAN, TEKNIK PENGOLAHAN IKAN DAN
STATUS GIZI DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI PADA ORANG
DEWASA DI KELURAHAN MALABERO BENGKULU
TAHUN 2026**

Yang di Persiapkan dan Dipresentasikan Oleh:

**DEA SALSABILA MANDALA PUTRI
NIM. P01730222009**

**Skripsi Ini Telah Diperiksa dan Disetujui Untuk Dipresentasikan Dihadapan
Tim Penguji Poltekkes Kemenkes Bengkulu
Jurusan Gizi Pada Tanggal : 18 Juni 2026**

Mengetahui

Pembimbing Skripsi

Pembimbing I



**Dr. Meriwati, SKM.,MKM
NIP. 197205281997022003**

Pembimbing II



**Arie Krisnasary, S.Gz, M.Biomed
NIP. 198102172006042002**

HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI

**HUBUNGAN KONSUMSI IKAN, TEKNIK PENGOLAHAN IKAN DAN
STATUS GIZI DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI PADA ORANG
DEWASA DI KELURAHAN MALABERO BENGKULU
TAHUN 2026**

Yang telah dipersiapkan dan di presentasikan oleh :

DEA SALSABILA MANDALA PUTRI

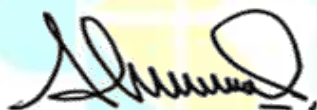
NIM. P01730222009

**Skripsi Ini Telah Diperiksa dan Disetujui Oleh Pembimbing dan
Dipertahankan Dihadapan Dewan Penguji Poltekkes**

Kemenkes Bengkulu Jurusan Gizi

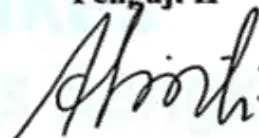
Pada Tanggal : 18 Juni 2026

Ketua Dewan Penguji



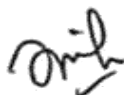
**Anang Wahyudi, S.Gz, MPH
NIP. 198210192006041002**

Penguji II



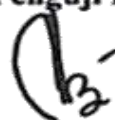
**Jumiya, SKM., M.Gizi
NIP. 197502122001122001**

Penguji III



**Arie Krisnasary, S.Gz, M.Biomed
NIP. 198102172006042022**

Penguji IV



**Dr. Meriwati, SKM.,MKM
NIP. 197205281997022003**

**Mengesahkan
Ka. Prodi S.Tr Gizi dan Dietetika**



**Tetes Wahyu W., SET., M.Biomed
NIP. 198106142006041004**

BIODATA PENELITI



Nama : Dea Salsabila Mandala Putri
Nim : P01730222009
Agama : Islam
TTL : Lubuklinggau, 20 Desember 2003
Alamat : Jl. Kelapa Kel. Watervang Kec. Lubuklinggau Timur I Kota
Lubuklinggau Sumatera Selatan
E-mail : deasalsabilampth@gmail.com
Anak ke- : 1 (Satu) dari 3 (Tiga) Bersaudara
Riwayat Pendidikan :
1. TK UMMI Kota Lubuklinggau
2. SD Negeri 41 Kota Lubuklinggau
3, SMP Negeri 2 Kota Lubuklinggau
4. MAN 1 (MODEL) Kota Lubuklinggau
5. Poltekkes Kemenkes Bengkulu

Program Studi Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika

Jurusan Gizi, Poltekkes Kemenkes Bengkulu

Skripsi, Juni 2026

Dea Salsabila Mandala Putri

Pembimbing : Dr. Meriwati, SKM., MKM, Arie Krisnasary, S.Gz., M.Biomed

HUBUNGAN KONSUMSI IKAN, TEKNIK PENGOLAHAN IKAN DAN STATUS GIZI DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI PADA ORANG DEWASA DI KELURAHAN MALABERO BENGKULU TAHUN 2026

Xii+130 halaman, 19 tabel, 3 gambar, 17 lampiran

ABSTRAK

Latar Belakang: Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular yang menjadi masalah kesehatan masyarakat. Masyarakat pesisir memiliki kebiasaan mengonsumsi ikan yang tinggi, namun teknik pengolahan ikan dan status gizi diduga turut memengaruhi kejadian hipertensi. Penelitian ini bertujuan mengetahui hubungan konsumsi ikan, teknik pengolahan ikan, dan status gizi dengan kejadian hipertensi pada orang dewasa di Kelurahan Malabero Kota Bengkulu Tahun 2026.

Metode: Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain observasional analitik menggunakan pendekatan cross sectional. Penelitian dilaksanakan pada tanggal 7–24 April 2026 di Kelurahan Malabero Kota Bengkulu dengan jumlah sampel sebanyak 106 orang dewasa yang dipilih menggunakan teknik *Proportionate Random Sampling* / Random Acak Proporsional. Data konsumsi ikan dan teknik pengolahan ikan diperoleh menggunakan Food Frequency Questionnaire (FFQ), status gizi diukur berdasarkan Indeks Massa Tubuh (IMT) dan lingkaran perut, sedangkan tekanan darah diukur menggunakan digital sphygmomanometer. Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat menggunakan uji Chi-square dengan tingkat kepercayaan 95% ($\alpha=0,05$). **Hasil:** Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar responden memiliki frekuensi konsumsi ikan kategori jarang (51,9%), menggunakan teknik pengolahan digoreng dengan minyak berulang (74,5%) dan digulai/disantan (68,9%), memiliki IMT tidak normal (75,5%), lingkaran perut berisiko (83,0%), serta mengalami hipertensi (69,8%). Hasil uji bivariat menunjukkan tidak terdapat hubungan antara konsumsi ikan dengan kejadian hipertensi ($p=0,497$), terdapat hubungan antara teknik pengolahan digulai/disantan dengan kejadian hipertensi ($p=0,021$), terdapat hubungan antara status gizi berdasarkan IMT dengan kejadian hipertensi ($p=0,002$), dan terdapat hubungan antara lingkaran perut dengan kejadian hipertensi ($p=0,010$).

Kesimpulan: Tidak terdapat hubungan antara konsumsi ikan dengan kejadian hipertensi pada orang dewasa di Kelurahan Malabero. Namun, terdapat hubungan yang signifikan antara teknik pengolahan ikan berupa digulai/disantan serta status gizi berdasarkan IMT dan lingkaran perut dengan kejadian hipertensi.

Kata Kunci: hipertensi, Konsumsi Ikan, teknik pengolahan ikan, IMT, Lingkaran Perut.

74 Daftar Pustaka, 2010-2026

Program of Study: Bachelor of Applied Nutrition and Dietetics

Department of Nutrition, Poltekkes Kemenkes Bengkulu

Thesis, June 2026

Dea Salsabila Mandala Putri

Supervisors : Dr. Meriwati, SKM., MKM, Arie Krisnasary, S.Gz., M.Biomed

THE RELATIONSHIP BETWEEN FISH CONSUMPTION, FISH PROCESSING METHODS, AND NUTRITIONAL STATUS WITH THE INCIDENCE OF HYPERTENSION AMONG ADULTS IN MALABERO VILLAGE, BENGKULU, 2026

Xii+130 pages, 19 tables, 3 figures, 17 appendices

ABSTRACT

Background: Hypertension is one of the non-communicable diseases that remains a major public health problem. Coastal communities generally have high fish consumption; however, fish processing methods and nutritional status are suspected to influence the incidence of hypertension. This study aimed to determine the relationship between fish consumption, fish processing methods, and nutritional status with the incidence of hypertension among adults in Malabero Village, Bengkulu City, in 2026. **Methods:** This study employed a quantitative analytical observational design with a cross-sectional approach. The study was conducted from April 7 to April 24, 2026, in Malabero Village, Bengkulu City. A total of 106 adults were selected using the Proportionate Random Sampling technique. Data on fish consumption and fish processing methods were collected using a Food Frequency Questionnaire (FFQ). Nutritional status was assessed using Body Mass Index (BMI) and waist circumference, while blood pressure was measured using a digital sphygmomanometer. Data were analyzed using univariate and bivariate analyses with the Chi-square test at a 95% confidence level ($\alpha = 0.05$). **Results:** The findings showed that most respondents had a low frequency of fish consumption (51.9%), consumed fried fish prepared with reused cooking oil (74.5%) and fish cooked with coconut milk (68.9%), had abnormal Body Mass Index (75.5%), were at risk based on waist circumference (83.0%), and had hypertension (69.8%). Bivariate analysis showed no significant association between fish consumption and hypertension ($p = 0.497$). However, there was a significant association between fish cooked with coconut milk and hypertension ($p = 0.021$), Body Mass Index and hypertension ($p = 0.002$), and waist circumference and hypertension ($p = 0.010$). **Conclusion:** There was no significant relationship between fish consumption and the incidence of hypertension among adults in Malabero Village. However, fish processing methods involving cooking with coconut milk, Body Mass Index, and waist circumference were significantly associated with hypertension.

Keywords: hypertension, fish consumption, fish processing methods, Body Mass Index (BMI), waist circumference.

74 References, 2010–2026

KATA PENGANTAR

Puji Syukur kehadiran Allah SWT Tuhan Yang Maha Esa atas rahmat dan hidayah-Nya serta kemudahan sehingga penyusun dapat menyelesaikan skripsi dengan judul **“Hubungan Konsumsi Ikan, teknik pengolahan ikan dan Status Gizi dengan kejadian hipertensi pada orang dewasa di Kelurahan Malabero Bengkulu Tahun 2026”** dalam penyelesaian skripsi ini penyusun telah mendapat masukan dan bantuan dari berbagai pihak oleh karena itu penyusun mengucapkan terima kasih kepada Bapak/Ibu :

1. Linda, SST., M.Kes selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Bengkulu atas kesempatan yang diberikan kepada penyusun untuk menempuh studi pendidikan di Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Bengkulu.
2. Anang Wahyudi, S.Gz., MPH selaku Ketua Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Bengkulu, sekaligus sebagai Ketua Dewan Penguji yang telah memotivasi dan memfasilitasi agar penulis dapat menyelesaikan skripsi.
3. Tetes Wahyu W, STT.,M Biomed selaku Ketua Program Studi Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Bengkulu.
4. Dr. Meriwati, SKM.,MKM selaku Pembimbing I dalam penyusunan skripsi yang telah membimbing, meluangkan waktu dan memberikan saran perbaikan kepada penyusun.
5. Arie Krisnasary, S.Gz, M.Biomed selaku Pembimbing II yang telah mendampingi, membimbing, meluangkan waktu serta memberikan banyak masukan dalam penyusunan Skripsi.
6. Jumiyati, SKM., M.Gizi selaku Penguji II dalam seminar Skripsi.

7. Skripsi ini saya persembahkan untuk kedua orang tua saya yaitu Ibu dan ayah saya yang telah menjadi tempat pulang ternyaman, tempat belajar dan tempat berkeluh kesah. Terima kasih atas semua cinta kasih dan sayang yang telah Ibu dan ayah berikan kepada saya.
8. Seluruh Dosen yang telah memberikan masukan, motivasi dan nasihat kepada penyusun dalam menyelesaikan skripsi ini.
9. Terimakasih dari lubuk hati yang paling dalam untuk cinta pertama ku, laki-laki yang mengajarkan artinya kasih sayang dan cinta kasih yang sangat luar biasa dalam hidupku yaitu ayah ku tercinta dan terimakasih juga kepada pintu surga ku yang selalu tidak mengajarkan ku akan semua hal dalam hidup ini sampai saat ini yaitu ibu tersayang serta terimakasih yang sangat luar biasa tidak hentinya kepada mereka kedua orang tua ku yang sudah sedari aku di ciptakan selalu menjadi garda terdepan, selalu menjadi panutan, selalu menjadi orang yang paling berjasa, berjuang, dan bersyukur atas hadirnya diriku. Maaf juga diriku ucapkan kepada mereka orang tua ku yang sudah diriku buat susah fisik, susah batin bahkan susah finansial namun mereka tetap selalu berusaha yang terbaik untuk anak-anak mereka tanpa kenal lelah, letih ataupun menyerah. Doakan anak mu ini bisa mengubah nasib keluarga menjadi lebih baik lagi, lebih sukses lagi dan lebih berarti lagi. Panjang umur cinta pertama dan pintu surga ku sampai nanti bertemu dengan cucu-cucu di anak terakhir kalian nanti dalam keadaan sehat dan lengkap. Aamiin allahummah aamiin.

10. Terimakasih kepada adikku (Meta dan Faaris) yang selalu menerima setiap kurang, kesal, bahkan kecewa dengan ayuk kalian ini. Maaf juga untuk semua hal yang membuat kalian merasa ayuk kalian ini egois, semua tentang ayuk dan hal lainnya yang tidak mengenakan di hati. Terimakasih sudah menjadi adikku selama ini, menjadi adik-adik yang berusaha mengerti akan keadaan dan kondisi rumah, hati dan situasi yang selama beberapa tahun ini kurang baik-baik saja, namun ayuk kalian ini berdoa dan berharap kita ber-tiga bisa mengubah keluarga kita menjadi lebih baik lagi dengan versi kita masing-masing, ayuk dibidang kesehatan, meta dibidang pendidikan dan mungkin nanti faaris dibidang kenegaraan. Sukses dan semangat selalu untuk kita ber-tiga ya adik-adikku. Aamiin ya allah kabulkanlah permintaan hamba mu ini.
11. Saskia Febriani orang yang aku kenal sedari aku belum mengenal apapun sampai aku mengetahui semua hal di kampus kita tercinta ini dan bahkan di luar dari pada hal yang berkaitan dengan kampus, terimakasih selalu ada menemani, memperjuangkan, membela bahkan berusaha menguatkan satu sama lain selama ini. Tidak tahu kata apa yang mau diucapkan untuk mendeskripsikannya dihidupku ini, selain terimakasih, maaf dan bangga memiliki saskia di hidup ini. Banyak hal yang kita lalui yang orang lain tahu ataupun tidak tapi percaya dan yakin lah hal itu sangat membekas dan menjadi ingatan sepanjang hidupku akan semua kebaikan, ketulusan, lelah bahkan letih kita selama ini. Semangat untuk kita dengan masa depan yang akan lebih indah dari ini. Dea harap kita akan selalu bersama, mengingat bahkan mengabari satu sama lain walaupun kita sudah berada di tempat yang berbeda nanti nya. Sangat-sangat love dan bangga dengan SASKIA MENDUNIA INI.

12. Febrian Sampirgo, seorang yang dikenal sewaktu di Organisasi Badan Eksekutif Mahasiswa, terimakasih untuk semua bentuk suport dan hal-hal yang berarti selama ini dan bisa menjadi partner dalam segala hal, maaf juga ada semua yang sempat terjadi selama ini namun dirimu tetap berdiri dan berada di antara dea dan saskia. Tetap menjadi febrian yang dikenal yahh. We are proud of you.
13. Astiwi Octavia dan Siti Mariyam, kalian orang yang sangat-sangat penting dalam hidupku kalian selalu ada disaat adik kecil kalian ini membutuhkan banyak sekali tempat untuk berkeluh kesah, tempat untuk meminta bahkan tempat untuk membaik di saat hidup ini tidak baik-baik saja. Maaf ya adik kalian inii selalu merepotkan dan membuat kesal kakak-kakak nya ini. Tidak banyak hal yang bisa di ucapkan selain TERIMAKASIH and LOVE for me.
14. Teman-teman seperjuangan sejak awal perkuliahan hingga saat ini (Saskia, Martesy, Sekar, Rangga, dan Kartini), terima kasih telah menjadi bagian dari perjalanan di kampus ini. Bersama, kita belajar, berjuang, saling menguatkan, dan bertahan hingga mampu mencapai tujuan yang sama, yaitu LULUS. Terima kasih atas setiap cerita, kebersamaan, dan dukungan yang telah kita lalui. Meski banyak tantangan dan hal di luar dugaan, kita tetap saling mendampingi hingga akhirnya dapat mencapai WISUDA BERSAMA. Semoga persahabatan ini tetap terjalin dengan baik. Love you guys.
15. Terima kasih untuk adik-adikku, Eliza dan Bella. Berawal dari organisasi kampus, kita dipertemukan hingga menjadi rekan kepanitiaan dan tetap bersama dalam grup "Bendahara DN" sampai sekarang. Bersyukur dapat mengenal kalian lebih dekat, karena kebersamaan ini telah menghadirkan rasa sayang, nyaman, dan kekeluargaan. Love banyak-banyak untuk adik-adik kakak yang hebat.

16. Terimakasih untuk adik tercinta ku Nabila Eka Putri yang senantiasa menemani ayukmu ini dalam suka maupun duka, yang menjadi suport sitem, menjadi penyemangat dan menjadi orang yang membuat pusing menjadi ringan sejak kehadiran mu dihidup ayuk mu ini, semangat untuk kuliah nya ya, soon S.Tr Gz juga ini. Setelah itu kita bakalan ketemu dengan versi yang lebih baik lagi dan dengan ucapan yang lebih sopan lagi yahh adik kcil yang power full ini.
17. Cocomelon lucu namanya, unik orang nya bahkan banyak wacanannya, yang awal mulanya terbentuk entah dari apa dan mengapa namun yang jelas isinya orang-orang yang bisa di ajak untuk semua hal dan asik-asyik orangnya terkadang hehehe, didalamnya lagi dan lagi ada Febrian, Saskia, Dea, Bella, Ariya, Adin, Ansel dan Agung. Orang-orang yang terkadang gila, terkadang wow ya itulah kami dengan ketidakjelasan yang sangat-sangat diluar prediksi BMKG. Terimakasih ya guyss dan Maaf untuk hal-hal yang kita lalui selama ini. JANGAN LUPA FOTO WISUDA nanti YAHH FULL TIMM....
18. Teman-teman seperjuangan baik itu yang sudah sangat kenal bahkan yang hanya sekedar kenal saja namun kalian semua tetap menjadi orang terdekat dan tersayang yang menjadi teman satu angkatan 2022 dengan nama angkatan GALAXY ADIBRATA (Str dan D3) yang telah memberikan semangat serta dorongan untuk menyelesaikan Skripsi ini. BISMILLAH KITA SEMUA KOMPETEN 100% yaa. AAMIIN KABULKAN lah doa kami ini ya ALLAH.
19. Terimakasih untuk akak dan adik kecil ku untuk hal-hal berarti, bermakna dan berkesan yang aku dapatkan dari kalian walaupun hal ini hanyalah menjadi hal yang cukup dikenang saja tapi ini tetap menjadi sesuatu yang spesial bagi ku di hidupku. Maaf juga untuk semua ini. Ini sudah cukup untuk semua hal itu.

20. Terima kasih, BEM yang telah menerima dan memberikan kepercayaan kepada dea disaat rumah dea sendiri tidak percaya, namun hal ini membuat dea mulai belajar banyak hal dari anggota Kominfo, Bendahara Umum, hingga menjadi demisioner. Terima kasih karena telah melihat diri dea apa adanya, memberikan kesempatan untuk belajar, berkembang, dan membuktikan kemampuan dalam bertanggungjawab. Berkat BEM, dea juga memperoleh banyak pengalaman berharga, termasuk kesempatan mengikuti kegiatan di luar kota. Mohon maaf atas segala kekurangan dan keegoisan yang pernah dea lakukan selama menjadi bagian dari organisasi ini. Dea BANGGA pernah menjadi bagian dari keluarga besar Badan Eksekutif Mahasiswa.

21. Terakhir, terima kasih untuk diriku sendiri. Terima kasih karena telah bertahan, berjuang, dan mampu melewati setiap proses hingga sampai di titik ini. Bangga dengan segala usaha, air mata, doa, dan kekuatan yang telah mengantarkan DEA menyelesaikan perjalanan ini. Teruslah menjadi pribadi yang lebih kuat, lebih baik, dan terus belajar menghadapi setiap tantangan yang akan datang. Jadikan setiap pengalaman sebagai pelajaran untuk memperbaiki diri, terutama dalam agama, ibadah, dan pengetahuan. Semoga langkah berikutnya dipenuhi kemudahan, keberkahan, serta kesempatan meraih pekerjaan yang diimpikan. Tetap semangat dan jangan pernah berhenti bertumbuh. Aamiin.

Penyusunan Skripsi ini diharapkan dapat bermanfaat. Oleh karena itu penyusun mengharapkan saran dan kritik sehingga dapat membantu perbaikan selanjutnya. Atas perhatian dan masukannya penyusun mengucapkan terima kasih.

Bengkulu, Juni 2026
Penyusun

MOTTO

"Boleh jadi kamu membenci sesuatu, padahal itu baik bagimu."

-QS. Al-Baqarah [2]: 216

"Amalan yang paling dicintai Allah adalah yang dilakukan secara konsisten meskipun sedikit."

-HR. Bukhari dan Muslim

Dea hidup karena allah, dea ada karena ibu, dea ada karena usaha ayah dan dea bertahan karena adik-adikku, yang paling penting dea bangga dengan diriku sendiri walaupun masih jauh dari kata baik dunia dan akhirat

-Dea Salsabila Mandala Putri

Apa yang ditakdirkan untukmu tidak akan pernah melewatkanmu, dan apa yang melewatkanmu tidak pernah ditakdirkan untukmu.

Bengkulu, Juni 2026

Dea Salsabila Mandala Putri

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
BIODATA PENELITI.....	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
MOTTO	xiii
DAFTAR ISI.....	xiv
DAFTAR TABEL.....	xvi
DAFTAR GAMBAR.....	xvii
DAFTAR LAMPIRAN	xviii
 BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah	9
C. Tujuan Penelitian	9
D. Manfaat Penelitian.....	10
E. Keaslian Penelitian	11
 BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Konsumsi Ikan.....	14
B. Teknik Pengolahan Ikan	17
C. Metode Pengukuran Konsumsi Ikan dan Teknik Pengolahan Ikan	21
D. Masyarakat pesisir.....	24
E. Status Gizi.....	26
F. Hipertensi	31
G. Dewasa	36
H. Hubungan Konsumsi Ikan, Teknik Pengolahan Ikan dan Status Gizi dengan Kejadian Hipertensi.....	39
I. Kerangka Teori.....	41
J. Hipotesis Penelitian	42
 BAB III METODE PENELITIAN	
A. Desain Penelitian	43
B. Tempat dan Waktu Peneliti.....	43
C. Kerangka Konsep	43
D. Definisi Operasional	44
E. Populasi dan Sampel.....	46
E. Teknik Pengumpulan Data.....	48
G. Pengolahan Data	51
H. Analisis Data	54
I. Etik penelitian.....	54

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Jalannya penelitian	55
B. Hasil.....	57
a. Gambaran konsumsi Ikan pada orang dewasa di Kelurahan Malabero Bengkulu Tahun 2026.....	57
b. Gambaran teknik pengolahan ikan pada orang dewasa di Kelurahan Malabero Bengkulu Tahun 2026.....	58
c. Gambaran Status Gizi (Indeks Massa tubuh dan Lingkar Perut) pada Orang Dewasa di Kelurahan Malabero Bengkulu Tahun 2026	59
d. Gambaran kejadian hipertensi pada Orang Dewasa di Kelurahan Malabero Bengkulu Tahun 2026.....	60
e. Hubungan Konsumsi Ikan dengan kejadian hipertensi pada orang dewasa di Kelurahan Malabero Bengkulu Tahun 2026..	61
f. Hubungan teknik pengolahan ikan dengan Kejadian Hipertensi pada Orang Dewasa di Kelurahan Malabero Bengkulu Tahun 2026	62
g. Hubungan Status Gizi (Indeks Massa tubuh dan Lingkar Perut) dengan Kejadian Hipertensi pada Orang Dewasa di Kelurahan Malabero Bengkulu Tahun 2026	63
C. Pembahasan	65
a. Gambaran Konsumsi Ikan pada Orang Dewasa di Kelurahan Malabero Bengkulu Tahun 2026	65
b. Gambaran teknik pengolahan ikan pada Orang Dewasa di Kelurahan Malabero Bengkulu Tahun 2026.....	68
c. Gambaran Status Gizi (Indeks Massa tubuh dan Lingkar Perut) pada Orang Dewasa di Kelurahan Malabero Bengkulu Tahun 2026	71
d. Gambaran kejadian hipertensi pada Orang Dewasa di Kelurahan Malabero Bengkulu Tahun 2026.....	73
e. Hubungan Konsumsi Ikan dengan kejadian Hipertensi pada orang dewasa di Kelurahan Malabero Bengkulu Tahun 2026..	75
f. Hubungan teknik pengolahan ikan dengan Kejadian Hipertensi pada Orang Dewasa di Kelurahan Malabero Bengkulu Tahun 2026	76
g. Hubungan Status Gizi (Indeks Massa tubuh dan Lingkar Perut) dengan Kejadian Hipertensi pada Orang Dewasa di Kelurahan Malabero Bengkulu Tahun 2026	77
h. Keterbatasan peneliti	81

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan.....	82
B. Saran	83

DAFTAR PUSTAKA	84
-----------------------------	-----------

LAMPIRAN.....	90
----------------------	-----------

DAFTAR TABEL

Tabel 1. 1	Keaslian Penelitian.....	11
Tabel 2. 1	Jenis-jenis ikan.....	15
Tabel 2. 2	Skoring FFQ.....	21
Tabel 2. 3	Kode Teknik Pengolahan.....	24
Tabel 2. 4	Klasifikasi IMT	27
Tabel 2. 5	Klasifikasi Lingkar Perut	28
Tabel 2. 6	Klasifikasi Hipertensi.....	31
Tabel 2. 7	Faktor Risiko Hipertensi	32
Tabel 3. 1	Definisi Operasional Variabel Penelitian	44
Tabel 3. 2	Teknik pengambilan sampel.....	47
Tabel 4. 1	Gambaran Konsumsi Ikan pada orang dewasa di Kelurahan Malabero Bengkulu Tahun 2026	57
Tabel 4. 2	Gambaran teknik pengolahan ikan pada Orang Dewasa di Kelurahan Malabero Bengkulu Tahun 2026	58
Tabel 4. 3	Gambaran Status Gizi Indeks Massa tubuh pada Orang Dewasa di Kelurahan Malabero Bengkulu Tahun 2026	59
Tabel 4. 4	Gambaran Status Gizi Lingkar Perut pada Orang Dewasa di Kelurahan Malabero Bengkulu Tahun 2026	59
Tabel 4. 5	Gambaran kejadian hipertensi pada Orang Dewasa di Kelurahan Malabero Bengkulu Tahun 2026	60
Tabel 4. 6	Hubungan Konsumsi Ikan dengan kejadian hipertensi pada orang dewasa di Kelurahan Malabero Bengkulu Tahun 2026.....	61
Tabel 4. 7	Hubungan teknik pengolahan ikan dengan Kejadian Hipertensi pada Orang Dewasa di Kelurahan Malabero Bengkulu Tahun 2026.....	62
Tabel 4. 8	Hubungan Status Gizi indeks massa tubuh dengan Kejadian Hipertensi pada Orang Dewasa di Kelurahan Malabero Bengkulu Tahun 2026.....	63
Tabel 4. 9	Hubungan Status Gizi Lingkar Perut dengan Kejadian Hipertensi pada Orang Dewasa di Kelurahan Malabero Bengkulu Tahun 2026	64

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. 1 Rumus Indeks Massa Tubuh (IMT)	27
Gambar 2. 1 Alat Ukur Lingkar Perut.....	28
Gambar 2. 2 Kerangka Teori.....	41



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Izin pra penelitian.....	90
Lampiran 2 Data Pendukung.....	93
Lampiran 3 Dokumentasi Pra Penelitian.....	94
Lampiran 4 Surat keterangan layak etik.....	95
Lampiran 5 Surat izin penelitian ke KESBANGPOL Kota Bengkulu.....	96
Lampiran 6 Surat rekomendasi penelitian KESBANGPOL Kota Bengkulu ..	97
Lampiran 7 Surat izin penelitian	98
Lampiran 8 Lembar Persetujuan Responden	101
Lampiran 9 Fomulir FFQ	102
Lampiran 10 Lembar Identitas Responden	106
Lampiran 11 Dokumentasi Penelitian	107
Lampiran 12 Frekuensi Konsumsi Ikan	108
Lampiran 13 Jenis Konsumsi Ikan	109
Lampiran 14 Kategori IMT	110
Lampiran 15 Katagori Tekanan Darah	111
Lampiran 16 Olah Data SPSS	112
Lampiran 17 Simpel Frame Penelitian.....	124

