DAFTAR PUSTAKA

Alamsyah, A., Ikhtiaruddin, Priwahyuni, Y., & Purba, C. V. G. (2021). Peningkatan Pengetahuan Masyarakat Dalam Pencegahan Hipertensi Serta Pengukuran Tekanan Darah Untuk Deteksi Dini Hipertensi. *Jurnal Pengabdian Kesehatan Komunitas*, *1*(1), 10–19. https://doi.org/10.25311/jpkk.vol1.iss1.898

Anam, K. (2020). Gaya Hidup Sehat Mencegah Penyakit Hipertensi. *Jurnal Langsat*, *3*(2), 97–102. https://www.rumahjurnal.net/index.php/langsat/article/view/15

Andriyani, Hastono, P. S., Lusida, N., Fauziah, M., Ernyasih, & Arinda, Duwita, Y. (2022). Indeks Massa Tubuh dan Rasio Lingkar Pinggang Panggul terhadap Tekanan Darah Lansia Wanita di Tangerang Selatan. *Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan*, *18*(2), 147–154. https://jurnal.umj.ac.id/index.php/JKK

Annisa, A. savira, Khairani, K., & Nurhasanah, N. (2024). Asuhan keperawatan pada lansia dengan hipertensi. *Indonesian Journal of Health Science*, *4*(6), 640–646. https://doi.org/10.54957/ijhs.v4i6.1083

Arianti, I., & Husna, C. A. (2022). Hubungan Lingkar Pinggang Dengan Tekanan Darah Masyarakat Di Wilayah Kerja Puskesmas Mon Geudong Tahun 2015. *AVERROUS: Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan Malikussaleh*, *3*(1), 56. https://doi.org/10.29103/averrous.v3i1.449

Ariwidiani, N., & Yayu, A. (2024). Analisis Hubungan Indeks Massa Tubuh Terhadap Tekanan Darah Lansia Didesa Dasan Tapen Kecamatan Gerung. *Jurnal Sains Dan Teknologi*, *6*(1), |pp. https://doi.org/10.55338/saintek.v6i1.3137

Ariyanti, R., Preharsini, I. A., & Sipolio, B. W. (2020). Edukasi Kesehatan Dalam Upaya Pencegahan dan Pengendalian Penyakit Hipertensi Pada Lansia. *To Maega : Jurnal Pengabdian Masyarakat*, *3*(2), 74. https://doi.org/10.35914/tomaega.v3i2.369

Arlianti, A., Muhaimin, T., & Anwar, S. (2019). Pengaruh Aktivitas Olah Raga Dan Perilaku Merokok Terhadap Hipertensi Pada Lansia Di Puskesmas Tomini Kecamatan Tomini Kabupaten Parigi Moutong Tahun 2019. *Journal of Islamic Nursing*, *4*(2), 1. https://doi.org/10.24252/join.v4i2.10397

Artaria, M. D. (2021). Dasar Biologis Variasi Jenis Kelamin, Gender, dan Orientasi Seksual" hal. *BioKultur*, *2*, 157–165.

Arum, Y. T. G. (2019). Hipertensi pada Penduduk Usia Produktif (15-64 Tahun).

Poltekkes Bengkulu

Higeia Journal of Public Health Research and Development, *1*(3), 84–94.

Azhari, M. H. (2022). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Hipertensi di Puskesmas Makrayu Kecamatan Ilir Barat II Palembang. *Jurnal Aisyah : Jurnal Ilmu Kesehatan*, *2*(1), 23–30. https://doi.org/10.30604/jika.v2i1.29

Brown, M. (2017). Fast Food. *Archaeology*, *70*(5), 18. https://doi.org/10.5040/9798400631771.ch-010

Dien, N. G., Mulyadi, & Kundre, R. M. (2020). Hubungan Indeks Massa Tubuh (IMT) Dengan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Poliklinik Hipertensi Dan Nefrologi Blu RSUP Prof. Dr. R. D. Kandou Manado. *Jurnal Keperawatan*, *2*(2), 1–7.

Dr.Rahmat Hidayat, M. (2022). Konsep Dasar Ilmu Pendidikan. *Jurnal Penelitian Pendidikan Indonesia*, *4*(3), 57–71. http://marefateadyan.nashriyat.ir/node/150

Eliani, N. P. A. I., Yenny, L. G. S., & Sukmawati, N. M. H. (2022). Aktivitas Fisik Sehari-hari Berhubungan dengan Derajat Hipertensi pada Pra Lansia dan Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas I Denpasar Timur. *Aesculapius Medical Journal |*, *2*(3), 188–194.

Fahmi, Z. Y. (2020). Indeks Massa Tubuh Pra-Hamil sebagai Faktor Risiko Terjadinya Bayi Berat Lahir Rendah. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, *12*(2), 842–847. https://doi.org/10.35816/jiskh.v12i2.412

Febrian, M. A. (2022). *Faktor-Faktor Yang Berhubungan Bandung*. *III*(2), 64–79.

Febriawati, H., Angraini, W., Fredrika, L., & Fatmawati, T. (2023). Edukasi Hipertensi Pada Pralansia Dan Lansia Di Wilayah Kerja Uptd Puskesmas Lingkar Barat Kota Bengkulu. *Pengabdian Mandiri*, *2*(2), 445–454.

Firmansyah, D., & Dede. (2022). Teknik Pengambilan Sampel Umum dalam Metodologi. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Holistik (JIPH)*, *1*(2), 85–114.

Gati, N. W., Dewi, P. S., & Prorenata, P. (2023). Gambaran Aktivitas Fisik pada Lansia dengan Hipertensi di Posyandu Lansia Jalakan Hargosari. *ASJN (Aisyiyah Surakarta Journal of Nursing)*, *4*(1), 22–27. https://doi.org/10.30787/asjn.v4i1.1170

Girindraswari, D. A., Faradisa, I. S., Ashari, M. I., S, T. E., Teknologi, I., & Malang, N. (2024). *Sistem Klasifikasi Indeks Massa Tubuh Dengan Metode Fuzzy dan Persentase Kadar Lemak Untuk Informasi Konsumsi Kalori Berbasis Database Body Mass Index Classification System Using Fuzzy Method and*

Body Fat Percentage for Information on Calorie Consumption . 08, 501–511.

Hasanah, R., Utomo, W., & Rustam, M. (2023). Gambaran aktivitas fisik lansia penderita hipertensi di Puskesmas Simpang Tiga. *Jurnal Ilmu Kesehatan Dan Gizi (JIG)*, *1*(1), 47–54.

Hasanudin, Adriyani, V. M., & Perwiraningtyas, P. (2022). Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Tekanan Darah Pada Masyarakat Penderita Hipertensi Di Wilayah Tlogosuryo Kelurahan Tlogomas Kecamatan Lowokwaru Kota Malang. *Journal Nursing News*, *3*(1), 787–799.

Hazwan, A., & Pinatih, N. I. G. (2022). Penyuluhan Kesehatan dan Senam Hipertensi di Posyandu Keluarga Semong Kabupaten Sumbawa. *Jurnal Abdidas*, *3*(2), 350–354. https://doi.org/10.31004/abdidas.v3i2.590

Irdyandiwa, D., & Maksum, A. (2022). Dukungan sosial, Aktivitas Fisik siswa, dan Faktor-Faktor yang Mempengaruhinya. *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan*, *07*(03), 57–60.

Irianti, C. H., Antara, A. N., & Jati, M. A. S. (2021). Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Hipertensi dengan Tindakan Pencegahan Hipertensi di BPSTW Budi Luhur Bantul. *Jurnal Riset Daerah*, *21*(3), 4015–4032. https://ojs.bantulkab.go.id/index.php/jrd/article/view/56

Jalillah, S., Mailani, R., Faradillah Rezki, K., & Oktarina, M. (2021). Indonesian Journal of Physiotherapy. *Intervensi Short Wave Diathermy Dan Latihan Calisthenic Untuk Meningkatkan Kemampuan Fungsional Dan Keseimbangan Pada Kasus Osteoarthritis Lutut Kronis*, *1*(1), 1–5.

Kurniawan, D., Pertiwi, H. G., & Hat, B. (2024). *Gambaran Pengetahuan Lansia Tentang Hipertensi Di Puskesmas Karang Asam Samarinda*. 8–17.

Liando, L. E., Amisi, M. D., & Sanggelorang, Y. (2021). Gambaran aktivitas fisik mahasiswa semester iv fakultas kesehatan masyarakat unsrat saat pembatasan sosial masa pandemi covid-19. *Jurnal KESMAS*, *10*(1), 118–128.

Machaalani, M., Seifeddine, H., Ali, A., Bitar, H., Briman, O., & Chahine, M. N. (2022). Knowledge, Attitude, and Practice Toward Hypertension Among Hypertensive Patients Residing in Lebanon. *Vascular Health and Risk Management*, *18*, 541–553. https://doi.org/10.2147/VHRM.S367187

Martha, P. Y., Kristo, N. A., & Burhan. (2020). Hubungan Obesitas Dan Lingkar Pinggang Dengan Kejadian Hipertensi Tahun 2020. *Jurnal Kedokteran Methodist*, *13*(1), 1–6. https://ejurnal.methodist.ac.id/index.php/jkm/article/view/1324

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

Maskanah, S., Suratun, S., Sukron, S., & Tiranda, Y. (2020). Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Rumah Sakit Muhammadiyah Palembang. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, *4*(2), 97–102. https://doi.org/10.30651/jkm.v4i2.3128

Memah, M., Kandou, G. D., Nelwan, J. E., Kesehatan, F., Universitas, M., Ratulangi, S., & Abstrak, M. (2020). Hubungan Antara Kebiasaan Merokok Dan Konsumsi Alkohol Dengan Kejadian Hipertensi Di Puskesmas Kombi Kecamatan Kombi Kabupaten Minahasa. *Jurnal KESMAS*, *8*(1), 68–74.

Muhammad, S. M. E., & Dzihan, F. A. K. (2019). Prototipe Alat Ukur Indeks Massa Tubuh Menggunakan Infra Merah. *Multilateral Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, *18*(2). https://doi.org/10.20527/multilateral.v18i2.7617

Murbawani, E. A., Puruhita, N., & Yudomurti. (2012). Tinggi Badan yang Diukur dan Berdasarkan Tinggi Lutut Menggunakan Rumus Chumlea pada Lansia. *Media Medika Indonesiana*, *46*(1), 1–6.

Nabila, I., & Ariyanto, S. (2025). *Hubungan Jenis Kelamin , Tingkat Pendidikan , dan Indeks Massa Tubuh Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia di Wilayah Kerja PUSKESMAS Gunungsari Lombok Barat*. *13*(1), 364–373.

Najib, A., Kusuma, A. N. H., & Setiyawan. (2023). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Hipertensi Pada Lansia Di Wilayah Kerja Griya Pmi Surakarta. *Program Studi Keperawatan Progam Sarjana Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Kusuma Husada Surakarta*, *21*. https://eprints.ukh.ac.id/id/eprint/5647/1/NASPUB AINUN NAJIB.pdf

Novita ningtyas, T. (2020). *Hubungan Karatakteristik (Umur, Jenis Kelamin, Tingkat Pendidikan) Dan Aktivitas Fisik Dengan Tekanan Darah Pada Lansia Di Kelurahan Makamhaji Kecamatan Kartasura Kabupaten Sukoharjo*. 1–203.

Nuraeni, E. (2019). Hubungan Usia Dan Jenis Kelamin Beresiko Dengan Kejadian Hipertensi Di Klinik X Kota Tangerang. *Jurnal JKFT*, *4*(1), 1. https://doi.org/10.31000/jkft.v4i1.1996

Nurhikmawati, Ananda, S. R., Idrus, H. H., Wisudawan, & Fattah, N. (2020). Jurnal Hipertensi IJH Penerbit : Yayasan Citra Cendekia Celebes. *Indonesian Journal of Health*, *1*(November), 54. file:///C:/Users/infol/Downloads/JUrnalHipertensiIJH (1).pdf

Oktariani S., M. D. S. (2017). Perbedaan Efek Pemberian Air Rebusan Daun Mindi (Melia Azedarach L) Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Esensial Dan Hipertensi Non Esensial Di Kelurahan Kadipiro Kecamatan Banjarsari Kota Surakarta. *Jurnal Kesehatan Kusuma Husada*,

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

Vol. 8 No. 1, Januari 2017, 91–97. http://jurnal.stikeskusumahusada.ac.id/index.php/JK/article/view/218

Oktavia, E., Rizal, A., & Hayati, R. (2021). Hubungan Jenis Kelamin, Aktivitas Fisik Dan Pola Makan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Masyarakat Di Wilayah Kerja Puskesmas Alalak Selatan Kota Banjarmasin Tahun 2021. *EPrints USIKA*, *1*(3), 4–7. http://eprints.uniska-bjm.ac.id/8240/1/Artikel Elisa Oktavia%283%29.pdf

Purwono, J., Sari, R., Ratnasari, A., & Budianto, A. (2020). Pola Konsumsi Garam Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia. *Jurnal Wacana Kesehatan*, *5*(1), 531. https://doi.org/10.52822/jwk.v5i1.120

Rafika Devi, T. E., Ningrum, V., & Kurniawati, S. (2021). Hubungan Index Massa Tubuh dengan Tekanan Darah Pra Lansia. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Rustida*, *8*(2), 111–119. https://doi.org/10.55500/jikr.v8i2.139

Rasyid Al, I., Syafrita, Y., & Sastri, S. (2017). Hubungan Faktor Risiko dengan Fungsi Kognitif pada Lanjut Usia Kecamatan Padang Panjang Timur Kota Padang Panjang. *Jurnal Kesehatan Andalas*, *6*(1), 49. https://doi.org/10.25077/jka.v6i1.643

Riamah. (2020). Faktor-Faktor Penyebab Terjadinya Hipertensi pada Lansia Di UPT PTSW Khusnul Khotimah. *Menara Ilmu*, *13*(5), 106–113.

Sakit, R., Pusat, U., Adam, H., & Medan, M. (2020). *Magister Kesehatan Masyarakat USU*, *2*,*3*.

Siregar, R. anastasya, & Batubara, N. S. (2024). Penyuluhan Tentang Hipertensi Pada Lansia Di Desa Lubuk Raya Kecamatan Padangsidimpuan Hutaimbaru Tahun 2024. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Aufa (JPMA)*, *6*(1), 35–39. https://doi.org/10.51933/jpma.v6i1.1292

Steve, D., Amisi, M. D., & Punuh, M. I. (2021). Gambaran Aktivitas Fisik Mahasiswa Semester Ii Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sam Ratulangi Saat Pembatasan Sosial Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal KESMAS*, *10*(1), 95–104.

Sulistyawati, S. (2019). Pengembangan Stadiometer sebagai Alat Ukur Tinggi Badan dan Tinggi Lutut. *Jurnal Pengelolaan Laboratorium Pendidikan*, *1*(1), 7. https://doi.org/10.14710/jplp.1.1.7-14

Suprayitno, E., Damayanti, C. N., & Hannan, M. (2019). Gambaran Status Tekanan Darah Penderita Hipertensi di Desa Karanganyar Kecamatan Kalianget Kabupaten Sumenep. *Journal Of Health Science (Jurnal Ilmu Kesehatan)*, *4*(2), 20–24. https://doi.org/10.24929/jik.v4i2.799

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

Supriati, L. (2020). Stress, Indeks Massa Tubuh (Imt) Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia Di Kabupaten Malang. *Jurnal Kesehatan Mesencephalon*, *3*(1), 44–50. https://doi.org/10.36053/mesencephalon.v3i1.36

Susanti, M. R. (2020). Hubungan Asupan Natrium dan Kalium dengan Tekanan Darah pada Lansia di Kelurahan Pajang. *Universitas Muhammadiyah Surakarta*, 1–21.

Syamsu, R. F., Nuryanti, S., & Semme, M. Y. (2021). Karakteristik Indeks Massa Tubuh Dan Jenis Kelamin Pasien Hipertensi Di Rs Ibnu Sina Makassar November 2018. *J-KESMAS: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, *7*(2), 64. https://doi.org/10.35329/jkesmas.v7i2.1903

Syarli, S., & Arini, L. (2021). Faktor Penyebab Hipertensi Pada Lansia: Literatur Review. *Ahmar Metastasis Health Journal*, *1*(3), 112–117. https://doi.org/10.53770/amhj.v1i3.11

Wahyu, P. A., & Arbi, H. A. (2018). *Preventif journal preventif journal*. *5*(2), 79–83.

Wijanarko, N. P., Mnurse, N. S. D. G., & Herlina, N. (2024). *Seroja Husada*. *1*, 3–7.

Wirakhmi, I. N. (2023). Hubungan Aktivitas Fisik dengan Hipertensi Pada Lanjut Usia di Puskesmas Kutasari. *Jurnal Untuk Masyarakat Sehat (JUKMAS)*, *7*(1), 61–67. https://doi.org/10.52643/jukmas.v7i1.2385

Wulandari, E. (2019). *Gambaran Tingkat Pengetahuan Penderita Hipertensi Tentang Kualitas Hidup Disusun sebagai salah satu syarat menyelesaikan Program Studi Strata I*.

Yuniasih, D. A., & Wisnuwardani, W. R. (2025). *Pada Pasien Dewasa Di Puskesmas Trauma Center , Samarinda In Adult Patients At The Trauma Center Community Health Center ,*. *19*, 56–61. https://doi.org/10.36082/qjk.v19i1.2066

Zulfa, Reni, Z., & Wasito, U. (2021). *Hubungan indeks massa tubuh (IMT) dengan hipertensi pada lansia di komunitas melayu riau wilayah kerja puskesmas rantau panjang kiri provinsi riau*. 1–23.

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

L

A

M

P

I

R

A

N

LAMPIRAN 1

POLTEKKES KEMENKES BENGKULU
PROGRAM STUDI DIPLOMA TIGA GIZI
FORMULIR PERSETUJUAN SETELAH PENJELASAN
(INFORMED CONSENT)

Yth. Ibu/Bapak

Perkenalkan saya Cinthya Agustin, saya mahasiswa Diploma Tiga Gizi di Poltekkes Kemenkes Bengkulu saat ini. Saya saat ini melakukan penelitian dengan judul **"Gambaran Indeks Massa Tubuh Dan Aktivitas Fisik Pada Lansia Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Jembatan Kecil Kota Bengkulu Tahun 2025"**

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

Bengkulu, 9 Juli 2025

Penulis

LAMPIRAN 2

PERNYATAAN KESEDIAAN
MENJADI RESPONDEN PENELITIAN

Dengan menandatangani lembar ini,saya:

Nama	:
Usia	:
Alamat	:
Pekerjaan	:

Memberikan persetujuan untuk menjadi responden dalam penelitian yang berjudul **"Gambaran Indeks Massa Tubuh Dan Aktivitas Fisik Pada Lansia Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Jembatan Kecil Kota Bengkulu Tahun 2025"** yang akan dilakukan oleh Cinthya Agustin mahasiswi Diploma Tiga Gizi Politeknik Kementerian Kesehatan Bengkulu.

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

Saya telah dijelaskan bahwa serangkaian kegiatan ini hanya digunakan untuk keperluan penelitian dan saya secara sukarela bersedia menjadi responden dalam penelitian ini.

Bengkulu, 9 Juli 2025

Yang Menyatakan

LAMPIRAN 3

Kementerian Kesehatan
Poltekkes Bengkulu
Jalan Indragiri No. 3 Padang Harapan
Bengkulu 38225
(0736) 341212
https://poltekkesbengkulu.ac.id

KETERANGAN LAYAK ETIK
DESCRIPTION OF ETHICAL EXEMPTION
"ETHICAL EXEMPTION"

No.KEPK.BKL/330/05/2025

Protokol penelitian versi 1 yang diusulkan oleh :
The research protocol proposed by

Peneliti utama : Cinthya Agustin
Principal In Investigator

Nama Institusi : Poltekkes Kemenkes Bengkulu
Name of the Institution

Dengan judul:
Title
"Gambaran Indeks Massa Tubuh Dan Aktivitas Fisik Pada Lansia Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Jembatan Kecil Kota Bengkulu Tahun 2025"

"Description of Body Mass Index and Physical Activity in Elderly People with Hypertension in the Work Area of ??the Jembatan Kecil Health Center Bengkulu City in 2025"

Dinyatakan layak etik sesuai 7 (tujuh) Standar WHO 2011, yaitu 1) Nilai Sosial, 2) Nilai Ilmiah, 3) Pemerataan Beban dan Manfaat, 4) Risiko, 5) Bujukan/Eksploitasi, 6) Kerahasiaan dan Privacy, dan 7) Persetujuan Setelah Penjelasan, yang merujuk pada Pedoman CIOMS 2016. Hal ini seperti yang ditunjukkan oleh terpenuhinya indikator setiap standar.

Declared to be ethically appropriate in accordance to 7 (seven) WHO 2011 Standards, 1) Social Values, 2) Scientific Values, 3) Equitable Assessment and Benefits, 4) Risks, 5) Persuasion/Exploitation, 6) Confidentiality and Privacy, and 7) Informed Concent, referring to the 2016 CIOMS Guidelines. This is as indicated by the fulfillment of the indicators of each standard.

Pernyataan Laik Etik ini berlaku selama kurun waktu tanggal 08 Mei 2025 sampai dengan tanggal 08 Mei 2026.

This declaration of ethics applies during the period May 08, 2025 until May 08, 2026.

May 08, 2025
Chairperson,

apt. Zamharira Muslim, M.Farm

LAMPIRAN 4

PEMERINTAH KOTA BENGKULU
BADAN KESATUAN BANGSA DAN POLITIK
Alamat : Jl. Melur No.1 Kelurahan Nusa Indah
Email : bkesbangpolkotabengkulu@gmail.com

REKOMENDASI PENELITIAN
Nomor : 000.9.2/ 1074 /KESBANGPOL-REK/2025

Dasar : Peraturan Menteri Dalam Negeri Republik Indonesia Nomor 7 Tahun 2014 tentang Perubahan Atas Peraturan Menteri Dalam Negeri Republik Indonesia Nomor 64 Tahun 2011 Tentang Pedoman Penerbitan Rekomendasi Penelitian

Memperhatikan : Surat dari Wakil Direktur Bidang Akademik Poltekkes Kemenkes Bengkulu Nomor : PP.01.01/FXXIII.1/4849/2025 tanggal 21 Mei 2025 Perihal Izin Penelitian

DENGAN INI MENYATAKAN BAHWA

Nama	:	CINTHYA AGUSTIN
NPM	:	P01730122058
Pekerjaan	:	Mahasiswa
Prodi/ Fakultas	:	D3 Gizi
Judul Penelitian	:	Gambaran Indeks Massa Tubuh Dan Aktivitas Fisik Pada Lansia Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Jembatan Kecil Kota Bengkulu Tahun 2025
Tempat Penelitian	:	Puskesmas Jembatan Kecil Kota Bengkulu
Waktu penelitian	:	26 Mei 2025 s.d 29 Juni 2025
Penanggung Jawab	:	Wakil Direktur Bidang Akademik Poltekkes Kemenkes Bengkulu

Dengan Ketentuan :
1 Tidak di benarkan mengadakan kegiatan yang tidak sesuai dengan penelitian yang dimaksud.
2 Harus mentaati peraturan perundang-undangan yang berlaku serta mengindahkan adat istiadat setempat.
3 Apabila masa berlaku Rekomendasi Penelitian ini sudah berakhir, sedangkan pelaksanaan belum selesai maka yang bersangkutan harus mengajukan surat perpanjangan Rekomendasi Penelitian.
4 Surat Rekomendasi Penelitian ini akan dicabut kembali dan dinyatakan tidak berlaku apabila ternyata pemegang surat ini tidak mentaati ketentuan seperti tersebut diatas.

Demikianlah Rekomendasi Penelitian ini dikeluarkan untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

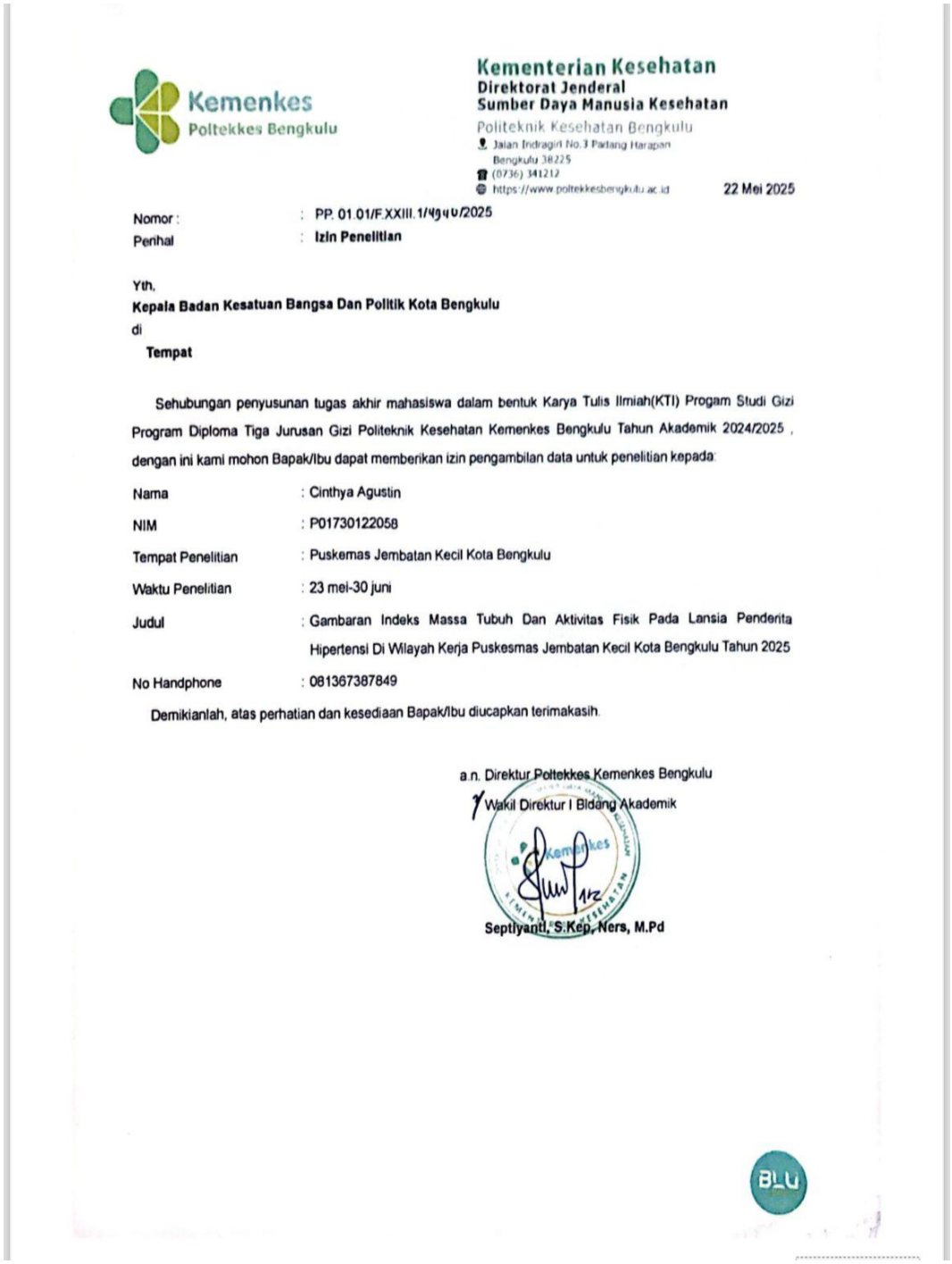
Dikeluarkan di : Bengkulu
Pada tanggal : 26 Mei 2025

a.n. WALIKOTA BENGKULU
Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Politik
Kota Bengkulu

SYOFYAN TOSONI, SE, MM
Pembina Utama Muda
NIP. 197009021993031006

Dokumen ini telah diregistrasi, dicap dan ditanda tangani oleh Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Kota Bengkulu dan didistribusikan melalui Email kepada Pemohon untuk dicetak secara mandiri, serta dapat digunakan sebagaimana mestinya.

LAMPIRAN 5



Kementerian Kesehatan
Direktorat Jenderal
Sumber Daya Manusia Kesehatan
Politeknik Kesehatan Bengkulu
Jalan Indragiri No.3 Padang Harapan
Bengkulu 38225
(0736) 341212
https://www.poltekkesbengkulu.ac.id

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

22 Mei 2025

Nomor : PP.01.01/F.XXIII.1/4940/2025
Perihal : **Izin Penelitian**

Yth,
Kepala Badan Kesatuan Bangsa Dan Politik Kota Bengkulu
di
Tempat

Sehubungan penyusunan tugas akhir mahasiswa dalam bentuk Karya Tulis Ilmiah(KTI) Progam Studi Gizi Program Diploma Tiga Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes Bengkulu Tahun Akademik 2024/2025 , dengan ini kami mohon Bapak/Ibu dapat memberikan izin pengambilan data untuk penelitian kepada:

Nama	: Cinthya Agustin
NIM	: P01730122058
Tempat Penelitian	: Puskemas Jembatan Kecil Kota Bengkulu
Waktu Penelitian	: 23 mei-30 juni
Judul	: Gambaran Indeks Massa Tubuh Dan Aktivitas Fisik Pada Lansia Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Jembatan Kecil Kota Bengkulu Tahun 2025
No Handphone	: 081367387849

Demikianlah, atas perhatian dan kesediaan Bapak/Ibu diucapkan terimakasih.

a.n. Direktur Poltekkes Kemenkes Bengkulu
Wakil Direktur I Bidang Akademik

Kemenkes

Septiyanti, S.Kep, Ners, M.Pd

BLU

LAMPIRAN 6



Kementerian Kesehatan
Direktorat Jenderal
Sumber Daya Manusia Kesehatan
Politeknik Kesehatan Bengkulu
Jalan Indragiri No.3 Padang Harapan
Bengkulu 38225
(0736) 341212
https://www.poltekkesbengkulu.ac.id

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

25 Maret 2025

Nomor : PP.01.01/F.XXIII.1/309 /2025
Perihal : **Izin Penelitian**

Yth,
Kepala Puskesmas Jembatan Kecil Kota Bengkulu
di
Tempat

Sehubungan penyusunan tugas akhir mahasiswa dalam bentuk Karya Tulis Ilmiah(KTI) Progam Studi Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes Bengkulu Tahun Akademik 2024/2025 , dengan ini kami mohon Bapak/Ibu dapat memberikan izin pengambilan data untuk penelitian kepada:

Nama	: Cinthya Agustin
NIM	: P01730122058
Tempat Penelitian	: Puskesmas jembatan kecil kota bengkulu
Waktu Penelitian	: Maret- juni
Judul	: Gambaran Indeks Massa Tubuh Dan Aktivitas Fisik Pada Lansia Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Jembatan Kecil Kota Bengkulu Tahun 2025
No Handphone	: 081367387849

Demikianlah, atas perhatian dan kesediaan Bapak/Ibu diucapkan terimakasih.

a.n. Direktur Poltekkes Kemenkes Bengkulu
Wakil Direktur Bidang Akademik

Kemenkes

Agung Riyadi, S.Kep.Ns.M.Kes

BLU

LAMPIRAN 7

PEMERINTAH KOTA BENGKULU
DINAS KESEHATAN
UPTD PUSKESMAS JEMBATAN KECIL
Jalan Rinjani RT XI Kelurahan Jembatan Kecil, Singgaran Pati, Bengkulu 34225
No. HP : 085379614466 Email : puskesmasjembatankecil@gmail.com

SURAT KETERANGAN
Nomor : 070/ 25 /PKM-JK/VI/2025

Yang bertanda tangan di bawah ini, Kepala UPTD Puskesmas Jembatan Kecil Kota Bengkulu, menerangkan bahwa :

Nama	:	**Cinthya Agustin**
NPM/NIM	:	P01730122058
Program Studi	:	D3 Gizi
Judul Penelitian	:	Gambaran Indeks Massa Tubuh dan Aktivitas Fisik pada Lansia Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Jembatan Kecil Kota Bengkulu Tahun 2025

Dengan ini menerangkan bahwa nama yang tersebut diatas memang benar telah melakukan Penelitian dalam wilayah kerja UPTD Puskesmas Jembatan Kecil kecamatan Singaran Pati Kota Bengkulu sesuai dengan Surat Permohonan Penelitian dari Wakil Direktur Bidang Akademik Poltekes Kemenkes Bengkulu Nomor : PP.01.01/F.XXIII.1/4951/2025 Tanggal 26 Mei 2025, Rekomendasi Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Kota Bengkulu Nomor : 000.9.2/1074/KESBANGPOL-REK/2025 Tanggal 26 Mei 2025 dan Rekomendasi dari Dinas Kesehatan Kota Bengkulu Nomor : 000.9.2/ 1493 /D.Kes/2025 Bulan Mei 2025, yang mana penelitiannya dilaksanakan terhitung mulai 26 Mei 2025 s.d 29 Juni 2025

Demikian Surat Keterangan ini dibuat agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Dikeluarkan di : BENGKULU
Pada tanggal : 12 Juni 2025
KEPALA UPTD PUSKESMAS JEMBATAN KECIL

drg. AYU SILVIA NORITA
NIP. 198209112009032010

LAMPIRAN 8

KUESIONER AKTIVITAS FISIK

Kode Responden : Alamat :

Tanggal Pengambilan Data : Umur :

Nama Lengkap : Pekerjaan :

Jenis Kelamin : Pendidikan :

Tekanan Darah : mmHg

Berikut ini adalah daftar aktivitas fisik yang rutin dilakukan. Kegiatan apa saja yang Bapak/Ibu lakukan setiap hari selama 24 jam?

No	Jenis Kegiatan	Waktu (lama melakukan)	Keterangan

$$\textit{Physical Activity Level} = \frac{\sum \text{(lama melakukan aktivitas x physical activity ratio)}}{24\ jam}$$

Tabel : Kategori aktivitas fisik berdasarkan nilai Physical Activit Level (PAL)

Kategori Kategori Aktivitas Aktivitas Fisik	Nilai PAL
Sangat Ringan	1.20 – 1.39
Ringan	1.40 – 1.69
Sedang	1.70 – 1.99
Berat	2.00 – 2.40

Aktivitas	Satuan Waktu
Tidur	1.0
Berkendaraan dalam bus/mobil	1.2
Aktivitas santai (nonton TV dan mengobrol)	1.4
Makan	1.5
Duduk (bekerja kantor,menjaga toko)	1.5
Mengendarai mobil/berjalan	2.0
Memasak	2.1
Berdiri, membawa barang ringan	2.2
Mandi dan berpakaian	2.3
Menyapu,mencuci baju dan piring tanpa mesin	2.3
Mengerjakan pekerjaan rumah tangga	2.8
Berjalan	3.2
Berkebun	4.1
Olahraga ringan (jalan kaki)	4.2
Kegiatan yang dilakukan dngan duduk	1.5
Transportasi dengan bus	1.2
Kegiatan ringan	1.4

Sumber : (Wirakhmi, 2023)

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

LAMPIRAN 9

Kuesioner Indeks Massa Tubuh

Nama :

Jenis Kelamin :

Alamat :

Tanggal Lahir :

Pekerjaan :

Pendidikan :

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

Pengukuran Antropometri :

Berat Badan :

Tinggi Badan :

Indeks Massa Tubuh :

LAMPIRAN 10

No.	Nama	Umur	Ket	Jenis Kelamin		Tekanan Darah		IMT		Aktivitas Fisik		Pendidikan	
				Jk	Kode	Hasil	Ket	Hasil	Ket	Hasil	Ket	Hasil	Ket
1	Tn. N	62	2	L	1	149/96	1	19,78	0	1,86	2	SD	4
2	Ny. K	61	2	P	2	150/95	1	27,7	2	2,3	3	SD	4
3	Ny. R	71	2	P	2	170/80	1	28,37	3	2,13	3	SI	1
4	Ny. H	63	2	P	2	106/70	0	21,54	2	2,37	3	SD	4
5	Tn. S	60	1	L	1	160,9	1	25,09	2	1,41	1	SD	4
6	Ny. S	68	2	P	2	165/95	1	25,96	2	1,87	2	SD	4
7	Ny. N	63	2	P	2	158/98	1	28,69	3	2,12	3	SD	4
8	Ny. N	55	1	P	2	168/101	1	27,47	2	1,89	2	SMP	3
9	Ny. S	57	1	P	2	156/98	1	29,43	3	2,22	3	SMP	3
10	Ny. I	56	1	P	2	158/95	1	30,95	3	1,94	2	SMP	3
11	Ny. L	54	1	P	2	176/100	1	26,66	2	2,04	3	SMP	3
12	Ny. D	58	1	P	2	168/95	1	27,42	2	1,97	2	SMP	3
13	Tn. S	67	2	L	1	181/112	1	27,65	2	1,58	1	SMA	2
14	Ny. P	64	2	P	2	180/98		28,85	3	1,94	2	SD	4
15	Ny. I	56	1	P	2	156/96	1	27,05	2	2,11	3	SMP	3
16	Ny. I	63	2	P	2	156/92	1	27,58	2	1,84	2	SD	4
17	Ny. Y	55	1	P	2	170/95	1	28,57	3	2,13	3	SMP	3
18	Ny. S	71	2	P	2	154/80	1	32,85	3	1,73	2	SMP	3
19	Ny. R	52	1	P	2	146/98	1	30,96	3	2,26	3	SMP	3
20	Ny. N	56	1	P	2	152/90	1	25,29	2	2,34	3	SMP	3
21	Ny. M	59	1	P	2	158/80	1	30,75	3	1,42	1	SMA	2

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

22	Ny. S	66	2	P	2	172/95	1	31,16	3	1,86	2	SD	4
23	Ny. F	53	1	P	2	156/90	1	24,55	2	1,86	2	SMP	3
24	Ny. A	60	1	P	2	150/80	1	29,37	3	1,95	2	SD	4
25	Tn. H	65	2	P	2	175/96	1	24,61	2	1,49	1	SMA	2
26	Ny. H	52	1	P	2	157/97	1	27,05	2	1,86	2	SMP	3
27	Ny. M	64	2	P	2	154/98	1	28,3	3	1,73	2	SD	4
28	Ny. E	60	1	P	2	180/125	1	32,23	3	1,62	1	SD	4
29	Ny. H	59	1	P	2	158/91	1	29,04	3	1,98	2	SD	4
30	Ny. S	53	1	P	2	156/98	1	31,93	3	1,86	2	SMA	2
31	Ny. N	60	1	P	2	130/80	1	30,29	3	1,96	2	SD	4
32	Ny. N	80	2	P	2	181/96	1	29,75	3	2,36	3	SD	4
33	Ny. Y	61	2	P	2	156/80	1	26,83	2	1,78	2	SD	4
34	Ny. R	73	2	P	2	156/93	1	31,73	3	1,61	1	SD	4
35	Ny. S	55	1	P	2	180/97	1	29,67	3	1,91	2	SMP	3
36	Ny. S	57	1	P	2	156/98	1	27,11	2	2,11	3	SMP	3
37	Ny. M	49	1	P	2	190/80	1	27,61	2	2,4	3	SMP	3
38	Ny. S	69	2	P	2	150/85	1	25,78	2	1,15	0	SD	4
39	Ny. S	80	2	P	2	180/95	1	24	2	1,33	1	SD	4
40	Ny. S	53	1	P	2	156/97	1	24,79	2	1,89	2	SMP	3
41	Ny. M	61	2	P	2	176/102	1	22,21	2	1,87	2	SD	4
42	Ny. S	64	2	P	2	165/96	1	30,22	3	2,08	3	SMP	3
43	Ny. I	59	1	P	2	130/95	1	24,73	2	1,31	0	SMP	3
44	Ny. M	52	1	P	2	130/92	1	30,58	3	2.02	3	SMP	3
45	Tn. Y	59	1	L	1	158/95	1	22,86	0	1,89	2	SMP	3

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

46	Ny. D	66	2	P	2	137/92	1	25,4	0	1,73	2	SD	4
47	Tn. M	59	1	L	1	150/90	1	26	2	1,44	1	SMP	3
48	Ny. M	69	2	P	2	140/90	1	23,78	0	1,81	2	SMA	2
49	Ny. W	56	1	P	2	136/95	1	23,73	0	2.40	3	SD	4
50	Tn. P	73	2	L	1	170/96	1	26,44	2	1,62	1	SD	4
51	Ny. E	62	2	P	2	156/90	1	27,3	1	1,67	1	SD	4
52	Ny. D	54	1	P	2	165/96	1	32,72	3	1,67	1	SMP	3
53	Ny. N	58	1	P	2	154/93	1	28,76	3	1,82	2	SMP	3
54	Ny. I	52	1	P	2	153/99	1	29	3	1,84	2	SMP	3
55	Ny. A	56	1	P	2	156/80	1	26,66	2	1,73	2	SMP	3
56	Ny. S	58	1	P	2	165/94	1	26,66	2	1,72	2	SD	4
57	Tn. S	60	1	L	1	180/93	1	25	0	1,32	0	SD	4
58	Ny. H	56	1	P	2	164/70	1	27	2	1,42	2	SMP	3
59	Tn. H	54	1	L	1	160/89	1	24	0	1,37	0	SD	4
60	Tn. S	74	2	L	1	156/96	1	22	0	1,54	2	SMA	2
61	Ny. M	60	1	P	2	165/99	1	29	3	1,67	1	SD	4
62	Ny. S	69	2	P	2	175/98	1	34	3	1,86	2	S1	1
63	Ny.T	63	2	P	2	130/91	1	21	0	1,68	1	S1	1
64	Ny. S	62	2	P	2	149/80	1	32	3	1,42	2	SMP	3
65	Tn. E	72	2	L	1	170/96	1	26,44	2	1,62	1	S1	1
66	Ny. M	71	2	P	2	157/97	1	27,05	2	1,86	2	SMA	2

Kemenkes PoltEkkes Bengkulu

LAMPIRAN 11

DOKUMENTASI KEGIATAN
































BALI





A. ANALISIS UNIVARIAT : SKOR FREKUENSI INDEKS MASSA TUBUH, AKTIVITAS FISIK PADA LANSIA

Statistics

		Jenis Kelamin	Pendidikan	Tekanan darah	Indeks massa tubuh	Aktivitas fisik	Umur
N	Valid	66	66	65	66	66	66
	Missing	0	0	1	0	0	0
Mean		1.85	3.20	.98	2.12	1.91	1.45
Median		2.00	3.00	1.00	2.00	2.00	1.00
Minimum		1	1	0	0	0	1
Maximum		2	4	1	3	3	2

Jenis Kelamin

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	laki-laki	10	15.2	15.2	15.2
	perempuan	56	84.8	84.8	100.0
	Total	66	100.0	100.0	

Kemenkes

Umur

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	usia 50 - 61	36	54.5	54.5	54.5
	usia >61	30	45.5	45.5	100.0
	Total	66	100.0	100.0	

Pendidikan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	sarjana	4	6.1	6.1	6.1
	SMA	7	10.6	10.6	16.7
	SMP	27	40.9	40.9	57.6
	SD	28	42.4	42.4	100.0
	Total	66	100.0	100.0	

Indeks massa tubuh

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	normal 18,0 - 25,0	9	13.6	13.6	13.6
	kurus 17,0 - 18,4	1	1.5	1.5	15.2
	obesitas I 25,0 - 27,0	29	43.9	43.9	59.1
	obesitas II >27,0	27	40.9	40.9	100.0
	Total	66	100.0	100.0	

Aktivitas fisik

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	sangat ringan 1,20 - 1,39	4	6.1	6.1	6.1
	ringan 1,40 - 1,69	14	21.2	21.2	27.3
	sedang 1,70 - 1,99	32	48.5	48.5	75.8
	berat 2,00 - 2,40	16	24.2	24.2	100.0
	Total	66	100.0	100.0	

Poltekkes Bengkulu

Tekanan darah

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak hipertensi <140/<90	9	13.6	13.6	13.6
	Hipertensi >140/>90	57	86.4	86.4	100.0
	Total	66	100.0	100.0	