KARYA TULIS ILMIAH

GAMBARAN RASIO LINGKAR PINGGANG PANGGUL (RLPP) DAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS JEMBATAN KECIL KOTA BENGKULU TAHUN 2025

DISUSUN OLEH :

ENJELIKA KAROLIN
NIM. P01730122065

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLTEKKES KEMENKES BENGKULU
PROGRAM STUDI DIPLOMA III GIZI
TAHUN AJARAN 2025

HALAMAN PERSETUJUAN
KARYA TULIS ILMIAH

GAMBARAN RASIO LINGKAR PINGGANG PANGGUL (RLPP) DAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS JEMBATAN KECIL KOTA BENGKULU TAHUN 2025

Yang Dipersiapkan dan Dipresentasikan oleh:

ENJELIKA KAROLIN
P01730122065

Karya Tulis Ilmiah Ini Telah Diperiksa dan Disetujui Untuk Dipresentasikan Dihadapan Tim Penguji Poltekkes Kemenkes Bengkulu Jurusan Gizi
Pada Tanggal : 26 Juni 2025

Mengetahui
Pembimbing Karya Tulis Ilmiah

Pembimbing I	Pembimbing II
Desri Suryani, SKM., M.Kes	**Ayu Pravita Sari, SST, M. Gizi**
NIP.197312051996022001	**NIP.19901218201922001**

HALAMAN PENGESAHAN
KARYA TULIS ILMIAH

GAMBARAN RASIO LINGKAR PINGGANG PANGGUL (RLPP) DAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS JEMBATAN KECIL KOTA BENGKULU TAHUN 2025

Yang Dipersiapkan dan Dipresentasikan Oleh:
ENJELIKA KAROLIN
P01730122065

Karya Tulis Ilmiah Ini Telah Diperiksa dan Disetujui dan Telah Dipertahankan Dihadapan Tim Penguji Poltekkes Kemenkes Bengkulu Program Studi Diploma Tiga Gizi Pada Tanggal 26 Juni 2025

Dinyatakan Telah Memenuhi Syarat Untuk Diterima
Tim Penguji,

Ketua Dewan Penguji	Penguji II
Prof. Dr. Demsa Simbolon, SKM., MKM	Risda Yulianti, S.Gz, M.Sc, Ph.D
NIP. 197608172000032001	NIP. 198807022010122001
Penguji III	**Penguji IV**
Ayu Pravita Sari, SST, M. Gizi	Desri Suryani, SKM., M.Kes
NIP. 19901218201922001	NIP. 197312051996022001

Mengesahkan,
Ketua Jurusan Gizi
Poltekkes Kemenkes Bengkulu

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

BIODATA PENULIS



Nama	: Enjelika Karolin
NIM	: P01730122065
Tempat/Tanggal Lahir	: Terulung, 22 September 2003
Jenis Kelamin	: Perempuan
Agama	: Islam
Anak Ke	: 2 dari 2 saudara
Nama Saudara	: Enggo Okta Predy Pratama
Nama Ayah	: Hartono
Nama Ibu	: -
Alamat	: Jln. Pembangku Basri Rt.15, Kel. Tajung Mulia, Pasar Manna Bengkulu Selatan
Email	: enjelikakarolin028@gmail.com
Instagram	: @enjelikakarolin_
Riwayat Pendidikan	: 1. TK Pelita Hati Kota Manna 2. SD Negeri 29 Kota Manna 3. SMP Negeri 12 Kota Manna 4. SMK Negeri 1 Kota Manna

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

Program Studi Diploma III, Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Bengkulu, Karya Tulis Ilmiah 2025

Enjelika Karolin

Gambaran Rasio Lingkar Pinggang Panggul (RLPP) Dan Tekanan Darah Pada Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Jembatan Kecil Kota Bengkulu Tahun 2025

67 Halaman, 7 Tabel, 7 Lampiran

ABSTRAK

Latar Belakang: Rasio Lingkar Pinggang Panggul (RLPP) adalah salah satu ukuran antropometri yang menggambarkan keadaan kegemukan, khususnya obesitas sentral atau penumpukan lemak di area perut. Hipertensi memiliki hubungan yang kuat dengan obesitas, dan keduanya merupakan faktor utama dalam munculnya penyakit kardiovaskular. Data Survei Kesehatan Indonesia (SKI 2023) menunjukkan bahwa rata-rata prevalensi hipertensi di kalangan penduduk berusia 15 tahun di Indonesia mencapai 29,2%.
Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi gambaran rasio lingkar pinggang terhadap panggul (RLPP) dan tekanan darah pada lanjut usia di Wilayah Kerja Puskesmas Jembatan Kecil Kota Bengkulu Tahun 2025.
Metode: Penelitian ini tergolong dalam kategori penelitian observasional deskriptif. Jumlah populasi adalah 529 orang lansia, dengan sampel berjumlah 56 orang. Pengambilan sampel dengan metode simple random sampling dilakukan berdasarkan kriteria tertentu. Metode pengumpulan data dilakukan melalui wawancara langsung menggunakan formulir data. Data RLPP (rasio lingkar pinggang panggul) diukur dengan pita pengukur, sedangkan tekanan darah diperoleh menggunakan sfigmomanometer digital.
Hasil: Menunjukkan semua responden berumur 45-59 tahun (100%), mayoritas responden berjenis kelamin perempuan (89,3%), hampir setengah dari responden memiliki pendidikan SLTA (50%), rasio lingkar pinggang panggul (RLPP) sebagian besar responden (83,9%) dalam kategori tidak normal, sekitar setengah responden memiliki tekanan darah (26,8%).
Hasil: Menunjukkan semua responden berumur 45-59 tahun (100%), mayoritas responden berjenis kelamin perempuan (89,3%), hampir setengah dari responden memiliki pendidikan SLTA (50%), rasio lingkar pinggang panggul (RLPP) sebagian besar responden (83,9%) dalam kategori tidak normal, sekitar setengah responden memiliki tekanan darah (26,8%).
Kesimpulan: Mayoritas responden menunjukkan rasio lingkar pinggang panggul (RLPP) yang tidak normal dan hampir separuh responden memiliki tekanan darah dalam batas normal.
Saran: Diharapkan untuk lebih memperhatikan gaya hidup sehat dengan rutin berolahraga guna mempertahankan batas normal rasio lingkar pinggang panggul (RLPP).
Kata Kunci : rasio lingkar pinggang panggul (RLPP), tekanan darah.

Diploma III Study Program, Nutrition Department, Ministry of Health Polytechnic of Bengkulu, Scientific Paper 2025

Enjelika Karolin

Description of Waist-Hip Circumference Ratio (WHRR) and Blood Pressure in the Elderly in the Work Area of the Jembatan Kecil Health Center, Bengkulu City in 2025

67 Pages, 7 Tables, 7 Attachments

ABSTRACT

Background: The Waist-to-Hip Ratio (WHRR) is an anthropometric measure that reflects obesity, particularly central obesity, or the accumulation of fat in the abdominal area. Hypertension is strongly associated with obesity, and both are major factors in the development of cardiovascular disease. Data from the Indonesian Health Survey (SKI 2023) shows that the average prevalence of hypertension among 15-year-olds in Indonesia reached 29.2%.
Objective: This study aimed to identify the characteristics of the waist-to-hip ratio (WHRR) and blood pressure in elderly people in the Jembatan Kecil Community Health Center (Puskesmas) working area in Bengkulu City in 2025.
Methods: This study is a descriptive observational study. The population was 529 elderly people, with a sample size of 56. Sampling was conducted using a simple random sampling method based on specific criteria. Data collection was conducted through direct interviews using a data form. WHRR (WHRR) was measured with a measuring tape, while blood pressure was obtained using a digital sphygmomanometer.
Results: All respondents were aged 45-59 (100%), the majority were female (89.3%), and nearly half had a high school education (50%). Most respondents (83.9%) had an abnormal waist-hip ratio (WHRR), and approximately half had high school blood pressure (26.8%).
Results: All respondents were aged 45-59 (100%), the majority were female (89.3%), and nearly half had a high school education (50%). Most respondents (83.9%) had an abnormal waist-hip ratio (WHRR), and approximately half had high school blood pressure (26.8%).
Conclusion: The majority of respondents had an abnormal waist-hip ratio (WHRR), and nearly half had blood pressure within the normal range.
Recommendation: People are encouraged to focus more on a healthy lifestyle by exercising regularly to maintain a normal waist-hip ratio (WHRR).

Keywords: waist-hip ratio (WHR), blood pressure.

KATA PENGANTAR

Puji syukur kita sampaikan atas kehadirat Allah Subhanahu Wata'ala yang Maha Sempurna, dengan limpahkan Rahmat dan Hidayah-Nya, penulis dapat menyelesaikan penulisan Karya Tulis Ilmiah dengan judul "**Gambaran Rasio Lingkar Pinggang Panggul Dan Tekanan Darah Pada Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Jembatan Kecil Kota Bengkulu Tahun 2025**" dapat terselesaikan pada waktunya.

Penyelesaian Karya Tulis Ilmiah ini penyusun telah mendapat masukan dan bantuan dari berbagai pihak, oleh karena itu penyusun mengucapkan terimakasih kepada Ibu/Bapak:

1. Linda Sitompul, SST., M.Kes sebagai Direktur Politeknik Kemenkes Bengkulu.
2. Anang Wahyudi, S.Gz., MPH selaku Ketua Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Bengkulu yang telah memotivasi dan memfasilitasi agar penulis cepat menyelesaikan studi.
3. Kusdalinah, SST., M.Gizi sebagai Ketua Prodi DIII Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes Bengkulu.
4. Prof. Dr. Demsa Simbolon, SKM., MKM sebagai Ketua Dewan Penguji dalam menyusun karya tulis ilmiah.
5. Risda Yulianti, M.Sc.,Ph.D sebagai penguji II dalam penyusunan karya tulis ilmiah.
6. Desri Suryani, SKM., M.Kes selaku pembimbing I dalam penyusunan karya tulis ilmiah.
7. Ayu Pravita Sari, SST, M. Gizi sebagai pembimbing II dalam penyusunan karya tulis ilmiah.
8. Seluruh dosen yang telah memberi masukan kepada penyusun dalam menyelesaikan karya tulis ilmiah.
9. Kedua orang tua saya yaitu Ibu dan Ayah serta keluarga yang telah memberi dorongan baik materi maupun doa dan semangat.
10. Teman-teman terdekat dan seangkatan program studi Diploma III Gizi yang

telah memberi semangat serta dorongan untuk menyelesaikan karya tulis ilmiah ini.

Dalam penyusunan karya tulis ilmiah ini penyusun mengharapkan adanya kritik dan saran agar dapat membantu perbaikan selanjutnya. Terimakasih.

Bengkulu, 26 Juni 2025

Enjelika Karolin

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

MOTO DAN PERSEMBAHAN

MOTO

" Direndahkan dimata manusia, ditinggikan dimata Tuhan, *Prove Them Wrong* "

" *Gonna fight and don't stop, until you are pround* "

" Selalu ada harga dalam sebuah proses. Nikmati saja lelah-lelah itu. Lebarkan lagi rasa sabar itu. Semua yang kau investasikan untuk menjadikan dirimu serupa yang kau impikan, mungkin tidak aka selalu berjalan lancar. Tapi gelombang-gelombang itu yang nanti akan bisa kau ceritakan "

PERSEMBAHAN

Dengan izin Allah SWT, telah banyak perjuanganku untuk bisa sampai ke titik ini. Tetesan air mata dan keringat dari kedua orang tua ku yang telah memberiku semangat untuk bisa menyelesaikan tugas akhir kuliah ini. Karya tulis ilmiah ini ku persembahkan kepada :

1. Cintah pertamaku serta pahlawan dalam kehidupanku, ayahada tercinta, yang telah menemani dari awal masah perkuliahan ini sampai dengan saat ini tetap bersamaku. Beliau memang tidak mempunyai gelar di belakang nama bahkan beliau hanya sebatas menempuh pendidikan bangku sekolah menenga pertama saja. Tetapi penulis sangat bangga dengan beliau karena jika bukan beliau siapa lagi penyemangat hidupnya. Terimakasih atas dorongan mapupun doa dan semangat yang telah mengisi dunia saya dengan begitu banyak kebahagiaan sehingga seumur hidup tidak cukup untuk menikmati semuanya.
2. Bidadari surgaku yang tak kalah hebat dari siapapun, Ibuku seorang perempuan yang sudah membesarkan dan mendidik anak-anakya sehinggah mendapat gelar serta selalu menjadi tempat curhat berkeluh kesah dan penyemangat di setiap langkah. Penulis persembahkan karya tulis ilmiah ini yang di buat semaksimal mungkin demi membahagiakan beliyau. Terimakasih menjadi tempat ternyaman dan sudah melahirkan, merawat dan membesarkan penulis dengan penuh cintah, selalu berjuang untuk

kehidupan penulis. Terimakasih doa atas semua dukungannya sehat selalu dan hiduplah lebih lama lagi. Maafkan penulis jikalau selama hidup ada perkataan yang menyakitkan hati, penulis berdoa dan berharap beliau hidup lebih lama lagi dan bisa melihat serta merasakan kebahagian yag akan penulis berikan. “This scientific paper is for mothers”.

3. Kepada kakaku tersayang Enggo Okta Predy Pratama, kakak terhebat saya yang selalu menjadi penyemangat dan sponsor materi. Saya persembahkan karya tulis ilmiah ini untuk kakak tercinta. Terimakasih sudah banyak berkorban segala hal dari awal masuk kuliah sampai bolak balik bengkulu, segalah pengorbananmu tak bisa terhitung, apapun itu selalu dilakukan demi adiknya walaupun kita sering bertengkar tapi di satu sisi saliing sayang satu sama lain, dan terimakasih kakak sudah mau antar jemput adiknya saat PKLT kecurup itu lumayan jauh tapi tetap beliau usahakan demi adiknya. Terimakasih telah menjadi penyemangat setiap proses yang telah dilalui, dan terimakasih sudah tetap sabar selalu nemanin adikmu ini sampai dititik ini.
4. Kepada keluarga besarku, terimakasih selalu memberikan motivasi semangat doa dan dukungan dalam bentuk apapun itu sampai dititik ini.
5. Terimakasih juga kepada pembimbingku yang telah banyak meluangkan waktu, tenaga dan pikiran untuk memberikan bimbingan denga penuh kesabaran dan selalu menasehati ku, kepada ibu Desri Suryani, SKM., M.Kes dan ibu Ayu Pravita Sari, SST, M. Gizi semoga ilmu yang diberikan dapat menjadi keberkahan dan pahala yang terus mengalir air disungai.
6. Kepada bestie seperjuanganku (Cinthya agustin, Milawati, Putri hernita) serta teman-teman angkatan 2022 terimakasih atas semua bentuk support, canda, tawa dan tangis air mata yang tiada hentinya kita lalui bersama-sama dalam menempuh Pendidikan di Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Bengkulu.
7. Kepada sahabat tercintahku Winda Novita terimakasih atas semua dukungan, canda tawa, keluh kesah selama ini dan terimakasih sudah menjadi sahabat terbaikku seperti saudara tapi tidak sedarah, tetap jadi

patner hiling setiap saat dan tetap semangat kita berjuang sama-sama demi membuktikan kepada orang-orang kita bisa.

8. Kepada sahabat baikku Marselah terimakasih telah menjadi pendenggarku sampai saat ini dan selalu membantuku dalam keadaan apapun, tetap semangat pasti kita lalui sama-sama. Walaupun kita sudah jarang ketemu tetap kau lah sahabat terbaikku.
9. Last but not leasts. Terimakasih untuk Enjelika Karolin, diri saya sendiri yang telah bekerja keras dan berjuang sejauh ini. Mampu mengendalikan diri dari berbagai tekanan diluar keadaan, serta bisa melewati masa-masa sulit selama di perkuliahan da tak pernah memutuskan menyerah sesulit apapun proses penyususnan Karya Tulis Ilmiah (KTI) ini dengan menyelesaikan sebaik dan semaksimal mungkin ini merupakan pencapaian yang patut dibanggakan untuk diri sendiri. “ I am pround of myself ”

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL i
HALAMAN PERSETUJUAN ii
HALAMAN PENGESAHAN iii
BIODATA PENULIS iv
ABSTRAK v
ABSTRACK vi
KATA PENGANTAR vii
MOTO DAN PERSEMBAHAN ix
DAFTAR ISI xii
DAFTAR TABEL xiii
DAFTAR LAMPIRAN xiv
BAB 1 PENDAHULUAN 1
A. Latar Belakang 1
B. Rumusan Masalah 4
C. Tujuan Penelitian 4
D. Manfaat Penelitian 4
E. Keaslian Penelitian 6
BAB 11 TINJAUAN PUSTAKA 7
A. Tekanan Darah 7
B. Rasio Lingkar Pinggang Panggul (RLPP) 15
C. Hubungan RLPP dengan Tekanan Darah 17
D. Lansia 17
E. Kerangka Teori 21
BAB III METEDEOLOGI PENELITIAN 22
A. Desain Penelitian 22
B. Kerangka Konsep 22
C. Devinisi Operasional 22
D. Populasi dan Sampel 24
E. Tempat dan Waktu Penelitian 26
F. Teknik Pengumpulan Data 26
G. Pengolahan Data 27
H. Analisis Data 27
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN 29
A. Jalannya Penelitian 29
B. Analisi Data 30
C. Pembahasan 32
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN 39
A. Kesimpulan 39
B. Saran 39
DAFTAR PUSTAKA 41
LAMPIRAN 45

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian 6
Tabel 2.1 Klasifikasi Tekanan Darah 8
Tabel 2.2 Nilai Batas Ideal Rasio Lingkar Pinggang Pinggul 16
Tabel 3.1 Mengetahui Oprasional 22
Tabel 4.1 Karakteristik Jenis Kelamin Pada Lansia 30
Tabel 4.2 Rasio Lingkar Pinggang Panggul (RLPP) Pada Lansia 31
Tabel 4.3 Tekanan Darah Pada Lansia 31

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Lembaran Persetujuan Menjadi Responden 46
Lampiran 2 From Data Penelitian Identitas Responden 50
Lampiran 3 Surat Izin Penelitian..... 51
Lampiran 4 Surat Rekomedasi Dinas Kesehatan Kota Bengkulu..... 56
Lampiran 5 Master Tabel..... 62
Lampiran 6 Data Statistika..... 65
Lampiran 7 Dokumentasi..... 67

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu