



# PENGOLAHAN DAN ASUPAN DIET RENDAH GARAM PADA PASIEN HIPERTENSI DI RUMAH SAKIT PMI BOGOR

© Hak cipta milik IPB (Institut Pertanian Bogor)

Bogor Agricultural University

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB.

POCUT BALQIS MUDA CANDEIN



**Sekolah Vokasi**  
College of Vocational Studies



PROGRAM STUDI MANAJEMEN INDUSTRI JASA MAKANAN DAN GIZI  
SEKOLAH VOKASI  
INSTITUT PERTANIAN BOGOR  
BOGOR  
2022



## PERNYATAAN MENGENAI LAPORAN AKHIR DAN SUMBER INFORMASI SERTA PELIMPAHAN HAK CIPTA

Dengan ini saya menyatakan bahwa laporan akhir dengan judul “Pengolahan dan Asupan Diet Rendah Garam Pada Pasien Hipertensi di Rumah Sakit PMI Bogor” adalah karya saya dengan arahan dari dosen pembimbing dan belum diajukan dalam bentuk apa pun kepada perguruan tinggi mana pun. Sumber informasi yang berasal atau dikutip dari karya yang diterbitkan maupun tidak diterbitkan dari penulis lain telah disebutkan dalam teks dan dicantumkan dalam Daftar Pustaka di bagian akhir laporan akhir.

Dengan ini saya melimpahkan hak cipta dari karya tulis saya kepada Institut Pertanian Bogor.

Bogor, Juli 2022



**Sekolah Vokasi**  
Pocut Balqis Muda Candein  
College of Vocational Studies J3F219101

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

Hak Cipta Milik IPB (Institut Pertanian Bogor)

Bogor Agricultural University

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB.

## RINGKASAN

**POCUT BALQIS MUDA CANDEIN.** Pengolahan dan Asupan Diet Rendah Garam Pada Pasien Hipertensi di Rumah Sakit PMI Bogor. *Processing and Intake of Low Sodium Diet for Hypertension Patient at PMI Bogor Hospital.* Dibimbing oleh **SILVIA DEWI SAGITA ANDIK.**

Hipertensi merupakan penyakit kardiovaskuler yang ditandai dengan peningkatan tekanan darah sistolik lebih dari sama dengan 140 mmHg dan atau diastolik lebih dari sama dengan 90 mmHg. Salah satu perilaku yang menjadi faktor resiko penyakit tidak menular, khususnya hipertensi adalah konsumsi makanan asin (29,7%) Konsumsi makanan asin berlebih menyebabkan tingginya asupan natrium pada garam di tubuh. Apabila asupan natrium berlebih, dapat mengakibatkan tubuh meretensi cairan sehingga meningkatkan volume dan tekanan darah. Salah satu upaya pengendalian dan pengobatan hipertensi adalah dengan membatasi asupan natrium yang disebut dengan diet rendah garam. Garam merupakan bahan makanan untuk menambah rasa. Pembatasan jumlah garam pada makanan dapat mengurangi nafsu makan pasien sehingga menimbulkan sisa makanan dan mempengaruhi asupan zat gizi pasien.

Tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk mengkaji pengolahan dan asupan diet rendah garam pasien hipertensi di Rumah Sakit PMI Bogor. Adapun tujuan khususnya yaitu (1) mengidentifikasi permasalahan diet rendah garam untuk pasien hipertensi meliputi tujuan dan syarat diet di Rumah Sakit PMI Bogor, (2) mengkaji proses pengolahan dan pemorsian hidangan diet rendah garam di Rumah Sakit PMI Bogor, (3) mengevaluasi daya terima makanan pasien hipertensi dengan diet rendah garam meliputi makanan pokok, lauk hewani, lauk nabati, hidangan sayur, buah, dan *snack* diet di Rumah Sakit PMI Bogor, dan (4) menghitung asupan dan tingkat kecukupan zat gizi pasien hipertensi dengan diet rendah garam di Rumah Sakit PMI Bogor.

Pengamatan dilaksanakan selama Praktik Kerja Lapangan Manajemen Asuhan Gizi Klinik (MAGK) dan Manajemen Penyelenggaraan Makanan Rumah Sakit (MPRMS) pada tanggal 21 Maret sampai 21 Mei 2022 di instalasi gizi dan ruang rawat inap Seruni Rumah Sakit PMI Bogor. Pengaturan makan diet rendah garam di Rumah Sakit PMI Bogor yaitu: (1) DRG I, diberikan tiga jenis hidangan rendah garam (2) DRG II, diberikan dua jenis hidangan rendah garam, dan (3) DRG III, diberikan satu jenis hidangan rendah garam. Perbedaan proses pengolahan makanan pokok, lauk hewani, lauk nabati, dan hidangan sayur diet rendah garam hanya pada penggunaan garam yang dibatasi. Contoh kasus pengamatan yaitu pasien hipertensi dengan diet rendah garam III di ruang rawat inap Seruni nomor 325. Daya terima makanan kategori kurang yaitu makanan pokok dan hidangan sayur. Kategori baik yaitu lauk hewani, lauk nabati, buah, dan *snack* diet. Tingkat kecukupan energi, protein, dan karbohidrat < 80%, sedangkan tingkat kecukupan lemak di hari kedua serta tingkat kecukupan natrium di hari pertama dan ketiga pengamatan > 80%.

Kata kunci: daya terima makanan, diet rendah garam, hipertensi, natrium, pengolahan makanan diet

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.  
b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB.

2. Dilarang memunculkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB.



© Hak cipta milik IPB (Institut Pertanian Bogor)

Bogor Agricultural University



**Sekolah Vokasi**  
College of Vocational Studies

© Hak Cipta milik IPB, tahun 2022

Hak Cipta dilindungi Undang-Undang

*Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis tanpa mencantumkan atau menyebutkan sumbernya. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik, atau tinjauan suatu masalah, dan pengutipan tersebut tidak merugikan kepentingan IPB.*

*Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apa pun tanpa izin IPB.*

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.  
b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB.



# PENGOLAHAN DAN ASUPAN DIET RENDAH GARAM PADA PASIEN HIPERTENSI DI RUMAH SAKIT PMI BOGOR

© Hak cipta milik IPB (Institut Pertanian Bogor)

Bogor Agricultural University

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB.
2. Dilarang memurnikan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB.

**POCUT BALQIS MUDA CANDEIN**



**Sekolah Vokasi**  
College of Vocational Studies

Laporan Akhir

Sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar

Ahli Madya

Pada

Program Studi Manajemen Industri Jasa Makanan dan Gizi

**PROGRAM STUDI MANAJEMEN INDUSTRI JASA MAKANAN DAN GIZI**

**SEKOLAH VOKASI**

**INSTITUT PERTANIAN BOGOR**

**BOGOR**

**2022**



© Hak cipta milik IPB (Institut Pertanian Bogor)

Bogor Agricultural University



**Sekolah Vokasi**  
College of Vocational Studies

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB.

Pengujian pada Ujian Tugas Akhir: Vieta Annisa Nurhidayati, S.Gz., M.Sc.



**Judul Laporan Akhir** : Pengolahan dan Asupan Diet Rendah Garam Pada Pasien Hipertensi di Rumah Sakit PMI Bogor  
**Nama** : Pocut Balqis Muda Candein  
**NIM** : J3F219101

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

© Hak cipta milik IPB (Institut Pertanian Bogor)

**Pembimbing:**  
Silvia Dewi Sagita Andik, S.Si., M.Si.

Disetujui Oleh



**Sekolah Vokasi**  
College of Vocational Studies  
Diketahui Oleh

**Ketua Program Studi:**  
Dr. Ir. Rina Martini, M.Si.  
NIP. 196903282009102002

**Dekan Sekolah Vokasi:**  
Prof. Dr. Ir. Arief Darjanto, M.Ec.  
NIP. 196106181986091001



**Tanggal Ujian:**  
15 Juli 2022

**Tanggal Lulus:**  
03 AUG 2022

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB.
2. Dilarang mengumunkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB.