

KARYA TULIS ILMIAH

**GAMBARAN PENGETAHUAN TENTANG GAYA HIDUP PADA
PENDERITA HIPERTENSI DI POSYANDU LANSIA
DESA NGAWONGGO KECAMATAN TAJINAN
KABUPATEN MALANG**



OLEH

DEFI CIPUTRI KARTIKA YUDHA

NIM 17.1.027

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
POLITEKNIK KESEHATAN RS dr. SOEPRAOEN MALANG
TAHUN AKADEMIK 2019/2020**

KARYA TULIS ILMIAH

**GAMBARAN PENGETAHUAN TENTANG GAYA HIDUP PADA
PENDERITA HIPERTENSI DI POSYANDU LANSIA
DESA NGAWONGGO KECAMATAN TAJINAN
KABUPATEN MALANG**

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh
Gelar Ahli Madya Keperawatan Pada Prodi Keperawatan
Politeknik Kesehatan RS dr. Soepraoen
Malang



**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
POLITEKNIK KESEHATAN RS dr. SOEPRAOEN MALANG
TAHUN AKADEMIK 2019/2020**

LEMBAR PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Defi Ciputri Kartika Y
Tempat/tanggal lahir : Malang, 17 September 1998
NIM : 17.1.027
Alamat : Jl. Raya Kreet Tugu Ireng RT/RW 009/003
Desa Kreet Kecamatan Bululawang
Kabupaten Malang

Menyatakan dan bersumpah bahwa Kaya Tulis Ilmiah ini adalah hasil karya sendiri dan belum pernah dikumpulkan oleh orang lain untuk memperoleh gelar dari berbagai jenjang pendidikan di perguruan tinggi manapun.

Jika dikemudian hari ternyata saya terbukti melakukan pelanggaran atas pernyataan dan sumpah tersebut diatas, maka saya bersedia menerima sanksi akademik dari almamater.

Malang, 02 September 2019

Yang Menyatakan



Defi
Defi Ciputri Kartika Y
NIM 17.1.027



CURICULUM VITAE



A. KETERANGAN DIRI

1. Nama : Defi Ciputri Kartika Y
2. Tempat Tgl. Lahir : Malang, 17 September 1998
3. Alamat Rumah : Jl. Raya Kribet Tugu Ireng RT/RW 009/003
Desa Kribet Kecamatan Bululawang Kabupaten Malang
4. Agama : Islam
5. Jurusan : DIII Keperawatan
6. Nim : 171027
7. Semester : VI (Ganjil)
8. Nama Orang Tua :
 - a. Ayah : H. M. Tauchid
 - b. Ibu : Yasmiati

B. RIWAYAT PENDIDIKAN

1. SD : SDN 03 Kidangbang
2. SMP : SMPN 01 Wajak
3. SMA : SMAN 01 Bululawang

LEMBAR PERSETUJUAN

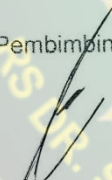
Proposal Karya Tulis Ilmiah ini telah Disetujui untuk Diujikan di
Depan Tim Penguji

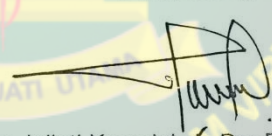
Tanggal Persetujuan:

Oleh:

Pembimbing I

Pembimbing II


Amin Zakaria, M.kes


Dr. Juliati Koesrini, A. Per.Pen., M.KPd

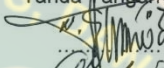
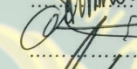



LEMBAR PENGESAHAN

Telah Diuji dan Disetujui oleh Tim Penguji pada Ujian Sidang di Program
Studi Keperawatan Politeknik Kesehatan RS dr. Soepraoen Malang

Tanggal 02 September 2019

TIM PENGUJI

Nama	Tanda Tangan
Ketua : 1. Ns. Nunung Ernawati, M. Kep	
Anggota : 2. Ns. Kumoro Asto Lenggono, M.Kep	
3. Amin Zakaria, S. Kep., Ners., M. Kes	

Mengetahui,

Ketua Program Studi Keperawatan



Ns. Kumoro Asto Lenggono, M.Kep



KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT, karena berkat rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah yang berjudul “Gambaran Pengetahuan tentang Gaya Hidup pada Penderita Hipertensi di Posyandu Lansia Desa Ngawonggo Kecamatan Tajinan Kabupaten Malang” sesuai waktu yang ditentukan.

Karya Tulis Ilmiah ini penulis susun sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Ahli Madya Keperawatan di Program Studi Keperawatan Poltekkes RS dr. Soepraoen Malang.

Dalam penyusunan KTI, penulis mendapatkan banyak pengarahan dan bantuan dari berbagai pihak, untuk itu dalam kesempatan ini penulis tidak lupa mengucapkan terima kasih kepada yang terhormat :

1. Bapak Letnan Kolonel Ckm Arief Efendi, SMPH., SH, S.Kep., Ners, M.M, M.Kes , selaku Direktur Poltekkes RS dr. Soepraoen Malang
2. Bapak Kumoro Asto L, S.Kep., Ners, M.Kep selaku Ketua Prodi Keperawatan Poltekkes RS dr. Soepraoen Malang
3. Bapak Amin Zakaria, S. Kep., Ners., M. Kes selaku pembimbing I dalam proposal penelitian ini yang telah banyak memberikan bimbingan dan pengarahan kepada penulis.
4. Ibu Dr. Juliati Koesrini, A. Per.Pen., M.KPd selaku pembimbing II yang telah memberikan bimbingan dan saran hingga terwujudnya Karya Tulis Ilmiah ini.

5. Ketua Kader Ibu Titik Desa Ngawonggo Kecamatan Wajak yang telah membantu kelancaran pembuatan Karya Tulis Ilmiah ini.
6. Responden di Posyandu Lansia Desa Ngawonggo Kecamatan Tajinan yang telah mengizinkan saya untuk melakukan studi pendahuluan dan membantu proses penelitian pada Karya Tulis Ilmiah ini.
7. Ayah, Ibu, Adik tercinta, dan rekan-rekan mahasiswa prodi keperawatan yang selalu memberikan dukungan, doa dan semangat dalam menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini.

Penulis berusaha untuk dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini dengan sebaik-baiknya. Namun demikian penulis menyadari bahwa masih banyak kekurangan. Oleh karena itu demi kesempurnaan, penulis mengharapkan adanya kritik dan saran dari semua pihak, untuk menyempurkannya.

Malang, 02 September 2019

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
Halaman Judul	i
Cover Dalam	ii
Lembar Pernyataan	iii
Curriculum Vitae.....	iv
Lembar Persetujuan.....	v
Lembar Pengesahan.....	vi
Kata Pengantar	vii
Daftar Isi	ix
Daftar Gambar	xi
Daftar Tabel	xii
Daftar Singkatan dan Lambang	xiii
Daftar Lampiran	xiv
Abstrak	xv
Abstract	xvi
BAB 1 PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah.....	4
1.3 Tujuan Penelitian.....	5
1.4 Manfaat Penelitian.....	5
1.4.1 Bagi Profesi Keperawatan	5
1.4.2 Bagi Peneliti yang akan datang.....	5
1.4.3 Bagi Responden	5

BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Konsep Pengetahuan

2.1.1 Pengertian Pengetahuan	6
2.1.2 Tahapan Pengetahuan	6
2.1.4 Sumber Pengetahuan	7
2.1.5 Faktor-Faktor yang mempengaruhi Pengetahuan.....	8
2.1.6 Cara Pengukuran Pengetahuan.....	9

2.2 Konsep Hipertensi

2.2.1 Pengertian Hipertensi	11
2.2.2 Klasifikasi Hipertensi.....	11
2.2.3 Gejala Hipertensi	12
2.2.4 Bahaya Hipertensi.....	14
2.2.5 Faktor Resiko Hipertensi.....	14
2.2.6 Komplikasi Penyakit Hipertensi.....	17
2.2.7 Penatalaksanaan	19

2.3 Konsep Gaya Hidup

2.3.1 Pengertian Gaya Hidup.....	19
2.3.2 Tujuan Gaya Hidup	20
2.3.3 Cara Menjaga Hidup Sehat.....	20
2.3.4 Dampak Positif Gaya Hidup Sehat.....	22
2.3.4 Dampak Negatif tidak Menerapkan Gaya Hidup Sehat.	23
2.3.4 Gaya Hidup bagi Penderita Hipertensi.....	23

2.4 Konsep Posyandu Lansia

2.4.1 Pengertian Posyandu Lansia.....	32
---------------------------------------	----

2.4.2 Tujuan Posyandu Lansia	32
2.4.3 Manfaat Posyandu Lansia	33
2.4.4 Sasaran Posyandu Lansia.....	33
2.4.5 Kegiatan Posyandu Lansia.....	34
2.4.6 Peran dan Fungsi Posyandu Lansia.....	34
2.5 Kerangka Konsep.....	36
2.6 Uraian Kerangka Konsep	37
BAB 3 METODE PENELITIAN	
3.1 Desain Penelitian.....	38
3.2 Kerangka Kerja.....	39
3.3 Populasi, Sampel dan Sampling	
3.3.1 Populasi	40
3.3.2 Sampel.....	40
3.3.3 Sampling.....	40
3.4 Identifikasi Variabel dan Definisi Operasional	
3.4.1 Identifikasi Variabel.....	40
3.4.2 Definisi Operasional.....	41
3.5 Prosedur Pengumpulan Data	
3.5.1 Proses Perijinan.....	42
3.5.2 Proses Pengumpulan Data	42
3.6 Pengolahan Data dan Analisa Data	
3.6.1 Pengolahan Data.....	44
3.6.2 Analisa Data	46
3.7 Etika Penelitian	

3.7.1	<i>Informed Consent</i> (Surat Persetujuan)	47
3.7.2	<i>Anonymity</i> (Tanpa Nama)	47
3.7.3	<i>Confidentiality</i> (Kerahasiaan)	47
3.7.4	Bebas dari penderitaan	48
3.7.5	Bebas dari eksploitasi	48
3.7.6	Resiko	48
3.7.7	<i>Right to self determination</i>	48
3.7.8	<i>Right to full disclosure</i>	49
3.7.9	<i>Right in fair treatment</i>	49
3.7.10	<i>Right to privacy</i>	49
3.8	Keterbatasan Penelitian	50
BAB 4 HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN		
4.1	Hasil Penelitian	51
4.1.1	Gambaran Lokasi Penelitian	51
4.2	Data Umum	52
4.2.1	Karakteristik responden berdasarkan usia	52
4.2.2	Karakteristik responden berdasarkan Pendidikan	52
4.2.3	Karakteristik responden berdasarkan Pekerjaan	53
4.2.4	Karakteristik responden berdasarkan informasi	54
4.3	Data Khusus	54
4.4	Pembahasan	55
4.4.1	Pembahasan tentang Gaya Hidup Pada Penderita Hipertensi di Posyandu Lansia Desa Ngawonggo Kecamatan Tajinan	55
BAB 5 KESIMPULAN DAN SARAN		

5.1 Kesimpulan	60
5.2 Saran	60
DAFTAR PUSTAKA.....	62
LAMPIRAN-LAMPIRAN.....	63



DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 3.1 Kerangka Konsep	36
Gambar 3.2 Kerangka Kerja	39



DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 2.2 Kriteria Hipertensi	12
Tabel 2.3 Bahan makanan dan minuman yang dianjurkan dan tidak dianjurkan bagi penderita hipertensi.....	27
Tabel 3.4 Definisi Operasional.....	41



DAFTAR SINGKATAN

WHO	: World Health Organization
NaCl	: Natrium Chlorida
TK	: Taman Kanak-Kanak
SD	: Sekolah Dasar
SMP	: Sekolah Menengah Pertama
SMA	: Sekolah Menengah Atas



DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Jadwal Penelitian.....	63
Lampiran 2. Kisi-kisi Kuesioner	64
Lampiran 3. Kuesioner Gambaran Pengetahuan tentang Gaya Hidup pad penderita Hipertensi	66
Lampiran 4. Lembar Permohonan menjadi responden.....	71
Lampiran 5. Surat persetujuan menjadi peserta responden	71
Lampiran 6. Tabulasi Data Umum dan Khusus	73
Lampiran 7. Tabulasi Skor.....	74
Lampiran 8 Surat Pengantar Penelitian.....	77
Lampiran 9 Surat Balasan Penelitian	78
Lampiran 10 Lembar Konsultasi Pembimbing 1	81
Lampiran 11 Lembar Konsultasi Pembimbing 2	82
Lampiran 12 Lembar Revisi Proposal.....	83
Lampiran 13 Lembar Revisi KTI	84
Lampiran 14. Dokumentasi	85

ABSTRAK

Yudha, Defi Ciputri Kartika 2019. **Gambaran Pengetahuan Tentang Gaya Hidup Pada Penderita Hipertensi Di Posyandu Lansia Desa Ngawonggo Kecamatan Tajinan Kabupaten Malang.** Karya Tulis Ilmiah. Program Studi Keperawatan Poltekkes RS. dr. Soepraoen Malang. Pembimbing (I) Amin Zakaria, S. Kep., Ners., M. Kes dan Pembimbing (II) Dr. Juliati Koesrini, A. Per.Pen., M.KPd

Hipertensi adalah penyakit tekanan darah tinggi jika pemeriksaan tekanan darah menunjukkan hasil diatas 140/90 mmHg. Sehingga gaya hidup sehat menjadi bagian yang penting dalam penanganan hipertensi dengan meningkatkan aktifitas fisik/olahraga, mengurangi kebiasaan konsumsi makanan berlemak, mengurangi kebiasaan merokok, mengurangi kebiasaan mengkonsumsi kopi. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui gambaran pengetahuan tentang gaya hidup pada penderita hipertensi di Posyandu Lansia Desa Ngawonggo Kecamatan Tajinan Kabupaten Malang. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif dengan populasi penderita hipertensi di posyandu lansia desa ngawonggo kecamatan tajinan kabupaten malang. Sampling yang digunakan adalah *total sampling dengan* berjumlah 43 orang. Alat ukurnya menggunakan kuesioner. Analisa data menggunakan *coding, scoring, tabulating* dan *presentase*. Hasil penelitian yang didapat oleh peneliti dengan kategori berpengetahuan cukup 22 orang (51%), dan baik 15 orang (35%), sedangkan untuk kategori berpengetahuan kurang dengan jumlah 6 orang (14%). Melihat hasil penelitian ini, maka diharapkan lansia lebih mengetahui tentang gaya hidup pada penderita hipertensi.

Kata kunci: Pengetahuan, Gaya Hidup, Hipertensi



ABSTRACT

Yudha, Defi Ciputri Kartika 2019. Description of Knowledge of Lifestyle in Patients with Hypertension in the Posyandu Elderly Ngawonggo Village, T crafts District, Malang Regency. Scientific papers. Poltekkes Nursing Study Program Hospital. dr. Soepraoen Malang. Supervisor (I) Amin Zakaria, S. Kep., Ners., M. Kes and Supervisor (II) Dr. Juliati Koesrini, A. Per.Pen., M.KPd

Hypertension is a disease of high blood pressure if blood pressure tests show results above 140/90 mmHg. So that a healthy lifestyle becomes an important part in handling hypertension by increasing physical activity / sports, reducing the consumption of fatty foods, reducing smoking, reducing coffee consumption habits. The purpose of this study was to find out the description of knowledge about lifestyles in patients with hypertension in the Posyandu Elderly Ngawonggo Village, T crafts District, Malang Regency. The research design used in this study is descriptive. The population is hypertension sufferers in the elderly Posyandu in the village of Ngawonggo, T crafts district, Malang Regency. Samples totaled 43 people. The sampling used is total sampling. The measurement tool uses a questionnaire. Data analysis uses coding, scoring, tabulating and percentage. The study was conducted on January 5, 2020. From the results of the study obtained by researchers in the category of knowledgeable enough with the number of 22 people (51%), and the category of good knowledge 15 people (35%), while for the category of knowledge less with the number of 6 people (14%). Seeing the results of this study, it is expected that the elderly will know more about the lifestyle in patients with hypertension.

Keywords: Knowledge, Lifestyle, Hypertension