

KARYA TULIS ILMIAH

**GAMBARAN PENGETAHUAN KELUARGA LANSIA TENTANG DIET
HIPERTENSI DI POSYANDU LANSIA JAMBESARI
KECAMATAN PONCOKUSUMO**



**OLEH
I GEDE MADE SUARDIBRATA
NIM. 17.1.073**

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

KARYA TULIS ILMIAH

**GAMBARAN PENGETAHUAN LANSIA TENTANG DIET HIPERTENSI DI
POSYANDU LANSIA JAMBESARI
KECAMATAN PONCOKUSUMO**

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



OLEH:
I GEDE MADE SUARDIBRATA
NIM. 17.1.073

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

LEMBAR PERNYATAAN

Yang bertandatangan dibawahini :

Nama : I Gede Made Suardibrata

Tempat/tanggallahir: Tabanan, 15 November 1993

Nim : 17.1.073

Alamat : Yonif Raider 514/SY Bondowoso

Menyatakan dan bersumpah bahwa Karya 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, maka saya bersedia menerima sanksi akademik dari almamater.

Malang, 13 Januari 2020

nyatakan



I Gede Made Suardibrata
NIM. 17.1.073

CURICULUM VITAE



A. KETERANGAN DIRI

1. Nama : I Gede Made Suardibrata
2. Pangkat/NRP : Sertu/21130128311193
3. Alamat : Yonif Raider 514/SY
Bondowoso
4. Tempat/ tanggal lahir : Tabanan, 15 November 1993
5. Nim : 17.1.073
6. Jurusan : DIII Keperawatan
7. Semester : V (Ganjil)
8. Agama : Hindu
9. Status Perkawinan : Belum Kawin
10. Pekerjaan : TNI AD
11. Orang Tua : a. Ayah : I Wayan Suarya
b. Ibu : Ni Ketut Sarinah

B. RIWAYAT PENDIDIKAN

1. SDN 2 Samsam Tahun 2000-2006
2. SMP N 2 Kerambitan Tahun 2006-2009
3. SMA N 1 Kediri Tahun 2012-2013
4. Pendidikan SECABA TNI AD pada Tahun 2012-2013
5. Pendidikan kejuruhan Kesehatan Angkatan Darat Tahun 2013
6. Politeknik Kesehatan RS.dr. Soepraoen Malang pada tahun 2017-sampai sekarang

C. RIWAYAT JABATAN

1. Komandan Regu Perawatan Kesehatan Militer Tahun 2014-2017

LEMBAR PERSEMBAHAN

Motto : Jangan Pernah Ragu Untuk Melangkah Kedepan Jadikanlah Masa Lalu Sebagai Pengalaman dan Pelajaran Hidup Serta Yakini Tuhan Bersama Kita.

Dengan segala puja dan puji syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa serta atas dukungan dan doa dari orang-orang tercinta, akhirnya tugas akhir ini dapat diselesaikan dengan baik dan tepat waktu. Oleh karena itu dengan rasa bangga dan bahagia saya haturkan rasa syukur dan terimakasih saya kepada :

1. **Ayah dan Ibu saya** yang telah memberikan dukungan moril dan materiil serta doa yang tiada henti untuk kesuksesan saya, karena tiada kata seindah lantunan doa dan tiada doa paling khusuk selain doa yang terucap dari orang tua. Ucapan terimakasih saja tidak akan pernah cukup untuk membalas kebaikan orang tua, karena itu terimalah persembahan bakti dan cintaku untuk kalian ayah ibuku.
2. **Saudara saya** yang senantiasa memberikan dukungan, semangat, senyum dan doanya untuk keberhasilan ini. Cinta kalian memberikan kobaran semangat yang menggebu. Terimakasih, sayang dan cintaku untuk kalian semua.
3. **Bapak dan Ibu dosen pembimbing, penguji dan pengajar** yang selama ini telah tulus ikhlas meluangkan waktunya untuk menuntun dan mengarahkan saya, memberikan bimbingan dan pelajaran yang tiada ternilai harganya, agar saya menjadi lebih baik. Terimakasih banyak Bapak dan Ibu dosen, jasa kalian akan selalu terpatri dihati dan ku jadikan sebagai penerang masa depan.
4. **Sahabat kelas 3B Keperawatan**, tanpa semangat, dukungan dan bantuan kalian semua tidak mungkin sampai disini, terimakasih untuk canda tawa, tangis, omelan dan perjalanan perjuangan yang kita lewati bersama dan terimakasih untuk kenangan manis yang telah diukir selama ini.
5. **Kesatuan Yonif Raider 514 Sabadha Yudha**, Yang telah memberikan saya kesempatan untuk melaksanakan Tugas Belajar serta dukungan dan doa dari rekan-rekan semuanya yang pada akhirnya saya dapat menyelesaikan tugas akhir ini.
6. **Kamu**
Terima kasih semangat dan dukungannya sampai saya bisa menyelesaikan Program Studi ini dengan tepat waktu.

LEMBAR PERSETUJUAN

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

Tanggal 16 Januari 2020



Oleh :

Pembimbing I,

Ns. Ardiles Wahyu K., M. Kep

Pembimbing II,

Ns. Henny Nurmayunita, MMRS

LEMBAR PENGESAHAN

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

Tanggal 20 Januari 2020

TIM PENGUJI

Nama

Tanda Tangan

Ketua : 1. Ns. Aloysia Ispriantari, M. Kep



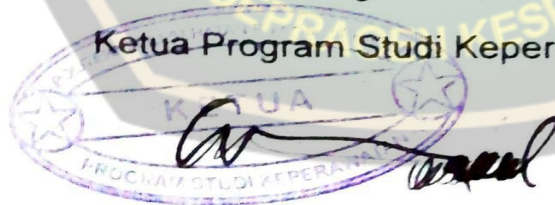
Anggota : 2. Ns. Bayu Budi L, M. Kep

3. Ns. Ardhiles Wahyu K., M. Kep



Mengetahui,

Ketua Program Studi Keperawatan



Ns. Kumoro Asto Lenggono, M. Kep

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Ida Sang Hyang Widi Wasa, karena berkat Astung Kara Wara Nugraha sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah yang berjudul “Gambaran Pengetahuan Keluarga Lansia Tentang Diet Hipertensi” Di Posyandu Lansia Jambesari kecamatan Poncokusumo sesuai dengan waktu yang ditentukan.

Karya Tulis Ilmiah ini penulisan disusun sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Ahli Madya Keperawatan di Program Studi Keperawatan Poltekkes RS dr.Soepraoen Malang. Dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini, penulis mendapatkan banyak pengarahan dan bantuan dari berbagai pihak untuk itu dalam kesempatan ini penulis tidak lupa mengucapkan terimakasih kepada yang terhormat:

1. Letnan Kolonel CKM Arief Effendi, SH.,S.Kep.,S.MPh.,MM.,M.Kes selaku Direktur Poltekkes RS dr.Soepraoen Malang.
2. Kumoro Asto Lenggono,.M.Kep selaku Ketua Program Studi Keperawatan.
3. dr. Cyntia Aristi Pramathana R selaku Kepala Puskesmas Poncokusumo
4. Ns. Ardhiles Wahyu K, M.Kep selaku pembimbing I dalam penelitian ini yang telah banyak memberikan bimbingan dan pengarahan kepada penulis.
5. Ns. Henny Nurmayunita,MMRS selaku pembimbing II dalam penelitian ini yang telah memberikan bimbingan dan saran terwujudnya Karya Tulis Ilmiah.
6. Bapak Susino selaku Kader Posyandu yang berkenan memberikan izin untuk melakukan penelitian.
7. Rekan-rekan mahasiswa Program Studi Keperawatan dan seluruh pihak yang telah membantu kelancaran penelitian yang tidak dapat peneliti sebutkan satu persatu.
8. Responden penelitian yang sudah bersedia diteliti dalam penelitian ini

Penulis berusaha untuk 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 sari semua pihak untuk menyempurnakannya

Malang, 13 Januari 2020

Penulis

ABSTRAK

Suardibrata, I Gede Made. 2020. **Gambaran Pengetahuan Keluarga Lansia Tentang Diet Hipertensi di Posyandu Lansia Jambesari Kecamatan Poncokusumo.** Karya Tulis Ilmiah. Politeknik Kesehatan Rs dr. Soepraoen Malang Prodi Keperawatan. Pembimbing I Ns. Ardhiles Wahyu K., S.Kep, M Kep. Pembimbing II Ns. Heny Nurmayunita S Kep., MMRS.

Hipertensi merupakan masalah kesehatan yang besar diseluruh dunia sebab tingginya prevalensi dan berhubungan dengan peningkatan risiko penyakit kardiovaskuler. Pengetahuan keluarga dengan lansia yang menderita hipertensi diperlukan dalam pencegahan kekambuhan hipertensi, khususnya melalui diet yang tepat. Tujuan penelitian ini yaitu mengetahui gambaran pengetahuan keluarga lansia tentang diet hipertensi di Posyandu Jambesari Kecamatan Poncokusumo.

Desain penelitian ini adalah deskriptif. Populasi yaitu seluruh keluarga lansia dengan hipertensi. Tehnik sampling menggunakan *total* sampling dengan berjumlah 33 responden. Variabel yang diteliti adalah pengetahuan keluarga lansia tentang diet hipertensi. Analisa data menggunakan *Univariate*.

Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar pengetahuan kurang dengan jumlah 21 responden (63,6%%) dan hampir setengahnya pengetahuan cukup dengan jumlah 12 responden (36,4%). Beberapa faktor yang mempengaruhi pengetahuan keluarga lansia adalah informasi yang diperoleh dan pendidikan responden.

Diharapkan ada peningkatan edukasi oleh petugas kesehatan bagi keluarga lansia tentang diet hipertensi yang tepat.

Kata Kunci : Pengetahuan, Diet, Hipertensi

ABSTRACT

Suardibrata, I Gede Made. 2020. **Description of Knowledge of Elderly Families About the Hypertension Diet in the Posyandu of the Elderly Jambesari District of Poncokusumo.** Scientific papers. Health Polytechnic, Dr. Soepraoen Malang Hospital. Nursing Study Program. Advisor I Ns. Ardhiles Wahyu K., S.Kep, M. Kep. Advisor II Ns. Heny Nurmayunita S. Kep., MMRS

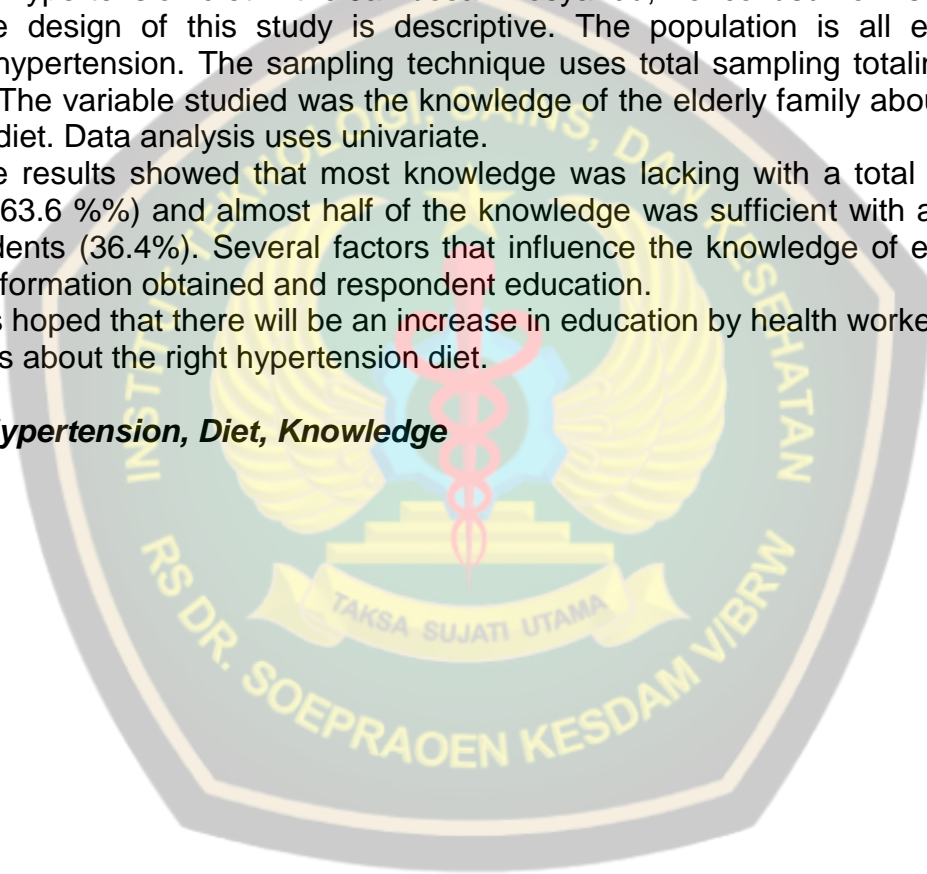
Hypertension is a major health problem throughout the world because of its high prevalence and is associated with an increased risk of cardiovascular disease. Knowledge of families with elderly who suffer from hypertension is needed in the prevention of hypertension recurrence, especially through proper diet. The purpose of this study was to determine the description of the knowledge of elderly families about hypertension diet in the Jambesari Posyandu, Poncokusumo District.

The design of this study is descriptive. The population is all elderly families with hypertension. The sampling technique uses total sampling totaling 33 respondents. The variable studied was the knowledge of the elderly family about the hypertension diet. Data analysis uses univariate.

The results showed that most knowledge was lacking with a total of 21 respondents (63.6 %) and almost half of the knowledge was sufficient with a total of 12 respondents (36.4%). Several factors that influence the knowledge of elderly families are information obtained and respondent education.

It is hoped that there will be an **increase** in education by health workers for elderly families about the right hypertension diet.

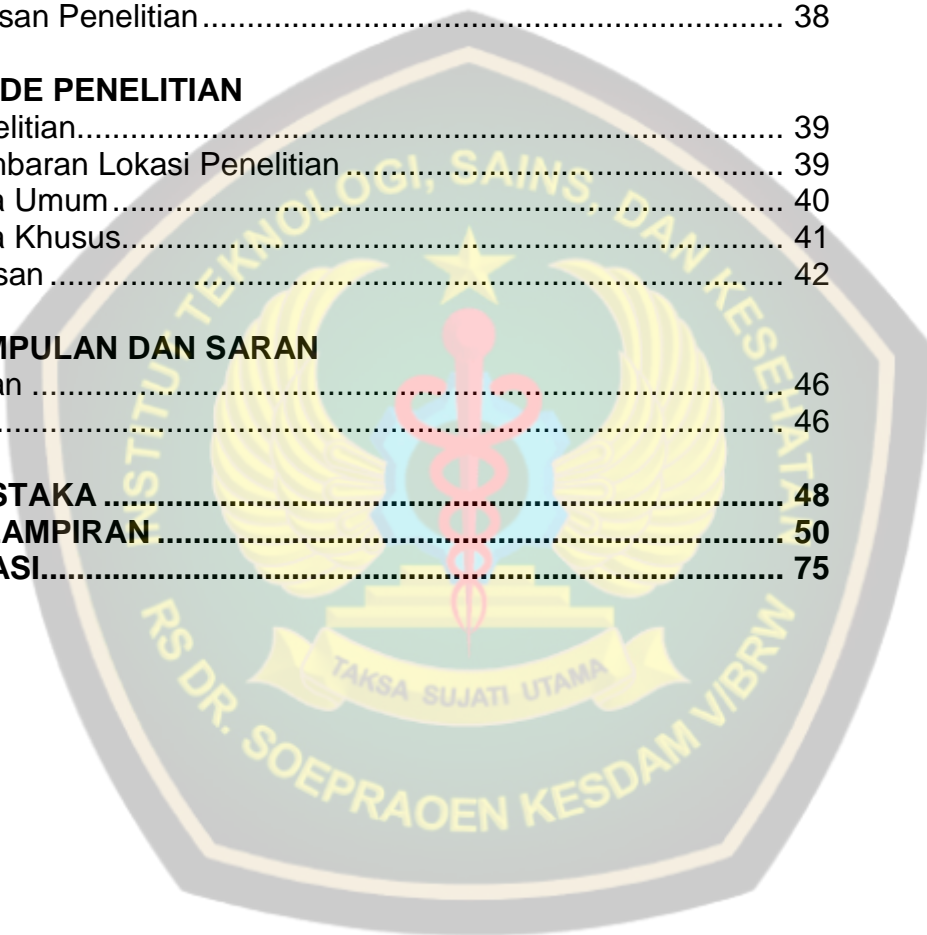
Keywords: Hypertension, Diet, Knowledge



DAFTAR ISI

	Halaman
Halaman Judul.....	i
Cover Dalam	ii
Lembar Pernyataan	iii
Curriculum Vitae.....	iv
Lembar Persembahan.....	v
Lembar Persetujuan.....	vi
Lembar Pengesahan	vii
Kata Pengantar.....	viii
Abstrak.....	ix
Abstract.....	x
Daftar Isi.....	xi
Daftar Tabel	xiii
Daftar Gambar	xiv
Daftar Lampiran.....	xv
Daftar Singkatan.....	xvi
BAB 1 PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah	3
1.3 Tujuan Penelitian	4
1.4 Manfaat Penelitian	4
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA	
2.1 Konsep Pengetahuan	6
2.1.1 Pengertian Pengetahuan	6
2.1.2 Tahapan Pengetahuan	7
2.1.3 Tingkatan Pengetahuan.....	7
2.1.4 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Pengetahuan.....	9
2.1.5 Cara Pengukuran Pengetahuan.....	10
2.2 Konsep Keluarga	11
2.2.1 Pengertian Keluarga	11
2.2.2 Fungsi Keluarga.....	11
2.2.3 Bentuk Dukungan Keluarga	13
2.3 Konsep Diet Hipertensi.....	16
2.3.1 Pengertian Diet Hipertensi	16
2.3.2 Tujuan Diet Hipertensi	17
2.3.3 Jenis Diet Hipertensi	17
2.3.4 Prinsip Diet Hipertensi	20
2.4 Konsep Lansia.....	22
2.4.1 Definisi Lansia.....	22
2.4.2 Klasifikasi Lansia	23
2.4.3 Karakteristik Lansia.....	23
2.4.4 Permasalahan yang Terjadi Pada Lansia	24
2.5 Kerangka Konsep.....	28
2.6 Deskripsi Kerangka Konsep	29
BAB 3 METODE PENELITIAN	

3.1 Desain Penelitian	30
3.2 Kerangka Kerja	31
3.3 Populasi, Sampel, dan Sampling	32
3.3.1 Populasi	32
3.3.2 Sampel.....	32
3.3.3 Sampling.....	32
3.4 Identifikasi Variabel Penelitian dan Definisi Operasional	32
3.4.1 Identifikasi Variabel.....	32
3.4.2 Definisi Operasional.....	33
3.5 Pengumpulan Data dan Analisa Data	33
3.5.1 Pengumpulan Data	33
3.5.2 Instrumen Pengumpulan Data	35
3.6 Etika Penelitian	37
3.7 Keterbatasan Penelitian.....	38
BAB 4 METODE PENELITIAN	
4.1 Hasil Penelitian.....	39
4.1.1 Gambaran Lokasi Penelitian	39
4.1.2 Data Umum.....	40
4.1.3 Data Khusus.....	41
4.2 Pembahasan	42
BAB 5 KESIMPULAN DAN SARAN	
5.1 Kesimpulan	46
5.2 Saran.....	46
DAFTAR PUSTAKA	48
LAMPIRAN-LAMPIRAN	50
DOKUMENTASI.....	75



DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 3.1 Definisi Operasional	33
Tabel 4.1 Data Umum Responden	40
Tabel 4.2 Data Khusus.....	41



DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.3 Kerangka Konsep.....	28
Gambar 3.1 Kerangka Kerja.....	31



DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1 Jadwal Penelitian	50
Lampiran 2 Lembar Kisi-Kisi Kuisisioner Pengetahuan	51
Lampiran 3 Lembar Kuisisioner	52
Lampiran 4 Lembar Permohonan Menjadi Subyek Penelitian.....	58
Lampiran 5 Lembar PSP	59
Lampiran 6 Lembar Informed Consent.....	60
Lampiran 7 Tabel Tabulasi Silang.....	61
Lampiran 8 Tabel Data Umum Responden	63
Lampiran 9 Tabulasi Data Khusus Responden	66
Lampiran 10 Surat Penelitian dari Poltekkes Soepraoen	69
Lampiran 11 Surat Balasan Penelitian Bakesbangpol	70
Lampiran 12 Surat Balasan Penelitian Dinkes	71
Lampiran 13 Surat Balasan Penelitian Puskesmas.....	72
Lampiran 14 Lembar Konsul Pembimbing I	73
Lampiran 15 Lembar Konsul Pembimbing II	74
Lampiran 16 Lembar Dokumentasi	75

DAFTAR SINGKATAN

- DASH : *Dietary Approaches to Stop Hypertension*
- Depkes RI : Departemen Kesehatan Republik Indonesia
- Kemenkes RI: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia
- mg : Milligram
- Na : Natrium
- NaCl : Natrium Clorida
- P3K : Pertolongan Pertama Pada Kecelakaan
- WHO : *World Health Organization*

