

KARYA TULIS ILMIAH

**GAMBARAN PENGETAHUAN KELUARGA TENTANG DIET UNTUK
MENGONTROL TEKANAN DARAH PADA LANSIA PENDERITA
HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA POSYANDU LANSIA DESA
PURWOREJO KECAMATAN DONOMULYO
KABUPATEN MALANG**

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



**OLEH:
RAFI ULFIYAH
171141**

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

KARYA TULIS ILMIAH

**GAMBARAN PENGETAHUAN KELUARGA TENTANG DIET UNTUK
MENGONTROL TEKANAN DARAH PADA LANSIA PENDERITA
HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA POSYANDU LANSIA DESA
PURWOREJO KECAMATAN DONOMULYO
KABUPATEN MALANG**



**OLEH :
RAFI ULFIYAH
171141**

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

LEMBAR PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Rafi Ulfiyah
Tempat/tanggal lahir : Malang, 10 Februari 1999
NIM : 17.1.141
Alamat : Dusun Bamban Kecamatan
Asrikaton Pakis RT: 05 RW: 05
Kab. Malang

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 diatas, maka saya bersedia menerima sanksi akademik dari almamater.

Malang, 14 Mei 2020
Yang menyatakan



Rafi Ulfiyah
NIN 17.1.141

CURICULUM VITAE



Nama : Rafi Ulfiyah

Tempat Tgl. Lahir : Malang, 10 Februari 1999

Alamat Rumah : Dusun Bamban Kecamatan Pakis
Rt : 05 Rw : 05 Kab.Malang

Nama Orang Tua :

 Ayah : Miserianto

 Ibu : Kustyowatiningsih

Riwayat Pendidikan :

 SD : SDN Asrikaton II

 SMP : SMPN 1 Pakis

 SMK : SMK Kesehatan Kendedes

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

“Hidup Itu Tidak Berdasarkan Seleramu, Tapi Hidup Itu Berdasarkan Apa Yang Terbaik, Tersehat, Dan Apa Yang Benar-Benar Kita Butuhkan, Bukan Apa Yang Kita Inginkan”

Karya Tulis Ini Saya Persembahkan Untuk :

1. Kedua Orang Tua Bapak Miserianto Ibu Kustyowatiningsih yang selalu mendukung, mendoakan setiap waktu selalu memberikan dorongan baik moral maupun material dan selalu mendukung mendoakan memotivasi dari awal hingga akhir.
2. Kedua pembimbing saya Bapak Bayu Budi Laksono, S.Kep Ns,M.Kep dan Ibu Hanim Mufarokhah, S.Kep Ns,M. Kep yang telah memberikan bimbingan dan arahan kepada saya hingga terwujudnya karya tulis ilmiah ini.
3. Calon Suami Feri Siswanto.S.Kom. yang sudah memberikan dukungan, motivasi semangat dan mendoakan penyelesaian KTI.
4. Para sahabat ku Putri Ayu Ningsih, Putri Adestya Saraswati dan Puput Septriasih yang sudah memberikan dukungan, motivasi semangat mendoakan penyelesaian KTI.
5. Seluruh rekan-rekan saya satu angkatan khususnya kelas 3C keperawatan, yang selalu memberikan dukungan dan selalu mendoakan.dkk

LEMBAR PERSETUJUAN

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

Tanggal : 14 Mei 2020

Oleh :

Pembimbing I



Bayu Budi L, S.kep Ns,M.Kep

Pembimbing II





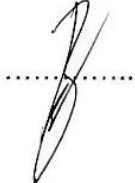
Hanim Mufarokhah, S.kep Ns,M. Kep

LEMBAR PENGESAHAN

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

Tanggal : 14 Mei 2020

TIM PENGUJI :

Nama	Tanda Tangan
Ketua : Dr. Juliati Koesrini, A.Per.Pen., M. KPd,	
Anggota : Dion Kunto, S. Kep, Ns, M.Kep	
Bayu Budi L, S. Kep, Ns, M.Kep	

Mengetahui,

Ketua Program Studi Keperawatan



Kumoro Asto Lenggono, M.Kep

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Tuhan Yang Maha Esa, karena berkat rahmat dan hidayahNya sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis ilmiah yang berjudul "Gambaran Pengetahuan Keluarga Tentang Diet Untuk Mengontrol Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Posyandu Lansia Desa Purworejo Kecamatan Donomulyo" sesuai dengan 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 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. Bapak Letnan Kolonel (Ckm) Arief Efendi, SPh., SH (Adv), S.Kep.,Ners, M.M, M. Kes, selaku Direktur Poltekkes RS dr. Soepraoen Malang
2. Bapak Kumoro Asto Lenggono, M. Kep, selaku Ka Prodi Keperawatan Poltekkes RS dr. Soepraoen Malang.
3. Bapak Bayu Budi Laksono, S. Kep, Ns, M.Kep selaku Pembimbing I dalam penelitian ini yang telah banyak memberikan bimbingan dan pengarahan kepada penulis.
4. Ibu Hanim Mufarokhah, S. Kep, Ns M.Kep Pembimbing II dalam

penelitian ini yang telah memberikan bimbingan dan saran kepada penulis.

5. Ibu Dr. Juliati Koesrini, A.Per.Pen., M. KPd. Penguji I dalam penelitian ini yang telah memberikan bimbingan dan saran kepada penulis.
6. Bapak Dion Kunto, S. Kep, Ns, M.Kep Penguji II dalam penelitian ini yang telah memberikan bimbingan dan saran kepada penulis.
7. Bapak, ibu tercinta dan rekan-rekan mahasiswa prodi keperawatan yang selalu memberikan dukungan, doa dan semangat dalam menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini.
8. Kader Posyandu Lansia yang telah memberikan ijin untuk melakukan penelitian di Wilayah Kerja Posyandu Lansia Desa Purworejo Kecamatan Donomulyo
9. Responden yang bersedia dan berpartisipasi dalam penelitian.

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 menyempurnakannya.

Malang, 14 Mei 2020



Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
Halaman Judul	i
Cover Dalam	ii
Halaman Pernyataan	iii
Curriculum Vitae	iv
Motto dan Persembahan	v
Lembar Persetujuan	vi
Lembar Pengesahan	vii
Kata Pengantar	viii
Daftra Isi	x
Daftar Tabel	xiii
Daftar Gambar	xiv
Daftar Singkatan	xv
Daftar Lampiran	xvi
Abstrak	xvii
Abstract	XVIII
BAB 1 PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	5
1.3 Tujuan Penelitian.....	5
1.3.1 Tujuan Umum.....	5
1.4 Manfaat penelitian	6
1.4.1 Manfaat Teoritis.....	5
1.4.2 Manfaat Praktis	5
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA	
2.1 Konsep Pengetahuan.....	7
2.1.1 Pengertian Pengetahuan.....	7
2.1.2 Cara Memperoleh Pengetahuan	7
2.1.3 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Pengetahuan.....	9
2.1.4 Kriteria Pengetahuan	11
2.2 Konsep Keluarga.....	12
2.2.1 Pengertian Keluarga.....	12
2.2.2 Fungsi Keluarga.....	12
2.2.3 Tipe dan Bentuk Keluarga.....	13
2.2.4 Tugas Keluarga dalam Bidang Kesehatan	14
2.2.5 Peran Keluarga Pada Lansia Dengan Hipertansi.....	14
2.3 Konsep Lansia.....	15
2.3.1 Definisi Lansia.....	15
2.3.2 Problematika pada Lanjut Usia	15

2.3.3 Perubahan-Perubahan yang Terjadi pada Lanjut Usia	17
2.4 Konsep Hipertensi	19
2.4.1 Pengertian Hipertensi	19
2.4.2 Klasifikasi Hipertensi.....	19
2.4.3 Etiologi.....	20
2.4.4 Faktor-Faktor Risiko Hipertensi.....	20
2.4.5 Manifestasi Klinis Hipertensi	23
2.4.6 Komplikasi.....	23
2.5 Manajemen Pengendalian Hipertensi.....	24
2.5.1 Menurut Level Upaya Pencegahan.....	24
2.5.2 Upaya Pengendalian Hipertensi.....	25
2.5.3 Penatalaksanaan Hipertensi	26
2.6 Penatalaksanaan Diet Hipertensi	28
2.6.1 Pengertian Diet Hipertensi.....	28
2.6.2 Tujuan Diet Hipertensi	28
2.6.3 Faktor yang Mempengaruhi Penatalaksanaan Hipertensi	28
2.6.4 Diet pada Penderita Hipertensi	30
2.7 Kerangka Konsep.....	38
2.7.1 Deskripsi Kerangka Konsep	39
BAB 3 METODE PENELITIAN	
3.1 Desain Penelitian	40
3.2 Kerangka Kerja.....	41
3.3 Populasi, Sampel, dan Sampling.....	42
3.3.1 Populasi	42
3.3.2 Sampel	42
3.3.3 Sampling	42
3.4 Identifikasi Variabel dan Definisi Operasional.....	43
3.4.1 Identifikasi Variabel.....	43
3.4.2 Definisi Operasional.....	44
3.5 Pengumpulan Data dan Analisa Data	45
3.5.1 Pengumpulan Data.....	45
3.5.2 Proses Pengumpulan Data	45
3.5.3 Analisa Data.....	47
3.5.4 Waktu dan tempat penelitian.....	51
3.6 Etika Penelitian.....	51
3.6.1 <i>Informed Consent</i> (Surat Persetujuan)	51
3.6.2 <i>Anonymity</i> (Tanpa Nama)	51
3.6.3 <i>Confidentiality</i>	51
3.6.4 <i>Self Determinant</i>	51
3.6.5 <i>Protection From Discomfort</i>	52
3.6.6 <i>Justice</i>	52
3.7 Keterbatasan Penelitian	52

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
4.1 Hasil Penelitian	54
4.1.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian.....	54
4.2 Data Umum.....	55
4.3 Data Khusus	57
4.3.1 Gambaran Pengetahuan Keluarga Tentang Diet Untuk Mengontrol Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi.....	57
4.4 Pembahasan.....	58
4.5 Gambaran Pengetahuan Keluarga Tentang Diet Hipertensi Diwilayah Kerja Posyandu Lansia Donomulyo.....	63
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	
5.1 Kesimpulan	67
5.2 Saran.....	67
DAFTAR PUSTAKA	69
LAMPIRAN-LAMPIRAN	75

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 2.1 Klasifikasi hipertensi	20
Tabel 2.2 Pengendalian Hipertensi Menurut Upaya Pencegahan	25
Tabel 2.3 Diet DASH.....	30
Tabel 2.4 Bahan Makanan Yang Dianjurkan Dan Tidak Dianjurkan.....	32
Tabel 2.4 Perkiraan Nilai Gizi Dalam Satu Hari	36
Tabel 3.1 Definisi Operasional Gambaran Pengetahuan Keluarga Tentang Diet untuk Mengontrol Tekanan Darah pada Lansia Penderita Hipertensi di wilayah kerja Posyandu Lansia Desa Purworejo Kecamatan Donomulyo Kabupaten Malang.....	46
Tabel 4.1 Data Umum Responden.....	54
Tabel 4.2 Data Khusus Responden	55

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1 Piramida Diet DASH	33
Gambar 2.2 Makanan Yang tidak Dianjurkan Untuk Penderita Hipertensi	37
Gambar 2.3 Makanan Yang Di Anjurkan Untuk Penderita Hipertensi.....	37
Gambar 2.4 Kerangka Konsep.....	39
Gambar 3.1 Kerangka Kerja	42

DAFTAR SINGKATAN

ACE	: <i>Angiotensin converting enzyme</i>
AHA	: <i>Amerika Heart Association</i>
DASH	: <i>Dietary approaches to stop hypertension</i>
DepKes RI	: Departemen Kesehatan Republik Indonesia
IRT	: Ibu Rumah Tangga
JNC	: <i>Joint National Comite</i>
Kemenkes RI	: Kementrian Kesehatan Republik Indonesia
mmHg	: Milimeter Merkuri Hydrargyrum
OA	: <i>Osteoarthritis</i>
PNS	: Pegawai Negeri Sipil
RAA	: <i>Renin Angiotensin Adosterone</i>
SD	: Sekolah Dasar
SMP	: Sekolah Menengah Pertama
SMA	: Sekolah Menengah Atas
RS	: Rumah Sakit
RT	: Rukun Tetangga
WHO	: <i>World Health Organization</i>

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1 Jadwal Penelitian	72
Lampiran 2 Lembar Permohonan Menjadi Responden	73
Lampiran 3 Surat Persetujuan Menjadi Peserta Responden	74
Lampiran 4 Kisi-Kisi Kuesioner	75
Lampiran 5 Kuesioner	76
Lampiran 6 Surat Ijin Penelitian	86
Lampiran 7 Lembar Revisi Pembimbing 1 & 2.....	91
Lampiran 8 Lembar ACC Seminar Proposal	93
Lampiran 9 Lembar ACC Seminar Hasil	94
Lampiran 10 Dokumentasi	95
Lampiran 11 Rekapitulasi Hasil Pengumpulan Data	96

ABSTRAK

Ulfyah, Rafi. 2020. *Gambaran Pengetahuan Keluarga Tentang Diet Untuk Mengontrol Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Posyandu Lansia Desa Purworejo Kecamatan Donomulyo Kabupaten Malang.* Karya Tulis Ilmiah. Program Studi Keperawatan Poltekkes RS. Dr. Soepraoen Malang. Pembimbing I Bayu Budi Laksono, S.kep, Ns M.Kep, Pembimbing II Hanim Mufarokhah, S.kep, Ns M.Kep.

Penyakit hipertensi banyak ditemui di Indonesia yang banyak terjadi pada lansia, hipertensi dapat dikontrol dengan cara melakukan diet hipertensi. Dalam pengontrolan diet hipertensi pengetahuan keluarga berperan penting terhadap diet yang dilakukan lansia penderita hipertensi. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran Pengetahuan Keluarga Tentang Diet Untuk Mengontrol Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi.

Menggunakan Desain penelitian deskriptif. Teknik pengambilan sampel menggunakan *Total Sampling*. Variabel penelitiannya yaitu pengetahuan keluarga tentang diet hipertensi pada lansia. Tempat penelitian di Wilayah Kerja Posyandu Lansia Desa Purworejo Kecamatan Donomulyo Kabupaten Malang pada tanggal 4-6 Januari 2020.

Hasil penelitian menunjukkan mayoritas pengetahuan keluarga tentang diet hipertensi dalam kategori cukup berjumlah 15 orang (56%). Sebagian besar pernah mendapatkan informasi berkaitan dengan diet pada penderita hipertensi.

Diharapkan petugas posyandu lansia dapat melakukan program serta memberikan pendidikan kesehatan yang melibatkan keluarga terkait diet hipertensi agar keluarga dapat melakukan asuhan yang tepat untuk lansia penderita hipertensi.

Kata Kunci: Pengetahuan, Keluarga, Hipertensi, Lansia

ABSTRACT

Ulfiyah, Rafi. 2020. *Overview of Family Knowledge about Diet for Controlling Blood Pressure in the Elderly People with Hypertension in the Work Area of Posyandu Lansia (the Integrated Service Post for the Elderly People) in Purworejo Village, Donomulyo District, Malang Regency.* Academic paper. Nursing Study Program of RS Dr. Soepraoen Health Polytechnic of Malang. Supervisor I Bayu Budi Laksono, S.kep, Ns M.Kep, Supervisor II Hanim Mufarokhah, S.kep, Ns M.Kep.

Hypertension is one of the diseases with high prevalence in the elderly people of Indonesia. Controlling their diets can be a treatment, in which family knowledge plays an important role. This study aimed to reveal an overview of the family knowledge about diets advised for controlling the blood pressure of the elderly with hypertension.

This study was designed as descriptive research, using the total sampling method as the sampling technique. The variable used was the family knowledge about diets for elderly people with hypertension. The study took place in the work area of Posyandu Lansia (the Integrated Service Post for the Elderly People) in Purworejo Village, Donomulyo District, Malang Regency, on 4-6 January 2020.

The results showed the majority of family knowledge about hypertension diet in the sufficient category amounted to 15 people (56%). Most of the respondent said that they ever have informed about hipertention diet before.

It is expected that elderly Posyandu officers can carry out programs and provide health education involving families related to the hypertension diet so that families can take proper care for the elderly withhypertension.

Keywords: Knowledge, Family, Hypertension, Elde