

KARYA TULIS ILMIAH

**GAMBARAN POLA MAKAN PADA PENDERITA HIPERTENSI DI RT 04
RW 08 KELURAHAN SUKUN KOTA MALANG**



**OLEH
DEDE YUSUF BALI**

NIM. 18.1.014

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
INSTITUT TEKNOLOGI SAINS DAN KESEHATAN RS dr.SOEPRAOEN
MALANG**

TAHUN 2020/2021

KARYA TULIS ILMIAH

**GAMBARAN POLA MAKAN PADA PENDERITA HIPERTENSI DI RT 04
RW 08 KELURAHAN SUKUN KOTA MALANG**

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar Ahli Madya
Keperawatan pada Prodi Keperawatan Institut Teknologi Sains dan
Kesehatan RS dr. Soepraoen Malang



Oleh
Dede Yusuf Bali

18.1.014

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
INSTITUT TEKNOLOGI SAINS DAN KESEHATAN RS dr. SOEPRAOEN
TAHUN 2020/2021**

LEMBAR PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Dede Yusuf Bali
Tempat/tanggal lahir : Kupang, 11 Juni 1999
NIM : 18.1.014
Alamat : Jl. Menco no 39, RT 04 RW 08, Kel Sukun,
Kec Sukun, Kota 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 kemudian hari ternyata saya terbukti melakukan pelanggaran atas pernyataan dan sumpah tersebut diatas, maka saya bersedia menerima sanksi akademik dari almamater.

Malang, Agustus 2021

Yang Menyatakan



Dede Yusuf Bali
NIM. 18.1.014

CURRICULUM VITAE



Nama : Dede Yusuf Bali

Tempat/ Tanggal Lahir : Kupang, 11 Juni 1999

Alamat Rumah : Jl. Menco no 39, RT 04 RW 08, Kel
Sukun, Kec Sukun, Kota Malang

NIM : 181203

Jurusan : D III Keperawatan

Semester : VI (Genap)

Agama : Islam

Orang Tua : a. Ayah : Yusuf (Alm)
b. Ibu : Susi Badriya Bayaksut

Riwayat Pendidikan : a. SD : SDN 05 Tanjungrejo
b. SMP : SMPN 17 Kota Malang
c. SMK : SMKN 13 Kota Malang

LEMBAR PERSETUJUAN

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

Tanggal, Agustus 2021



LEMBAR PENGESAHAN

Telah Diuji dan Disetujui oleh Tim Penguji pada Ujian Karya Tulis Imiah di
Program Studi Keperawatan Institut Teknologi Sains dan Kesehatan
RS dr. Soepraoen Malang

Tanggal, 12 Agustus 2021

Nama

TIM PENGUJI

Tanda Tangan

Ketua

: Dr. Juliati Koesrini, M.Kpd

Anggota

: 1. Ns. Ardhiles WK, Skep. M kep

2. Sulistiyah, S.SIT., M.Kes

Mengetahui

Ketua Program Studi Keperawatan


KETUA

Apriyani Puji Hastuti, S.Kep.,Ners, M.Kep

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT, karena berkat rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah yang berjudul “Gambaran Pola Makan Pada Penderita Hipertensi Di RT04 RW08 Kelurahan Sukun, Kota 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 Institut Teknologi Sains dan Kesehatan 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 terima kasih kepada yang terhormat.

1. Bapak Letnan Kolonel (Ckm) Arif Efendi, S.MPh., SH, S.Kep.Ners, M.M, M.Kes, selaku Rektor ITSK RS dr. Soepraoen Malang
2. Ibu Apriyani Puji Hastuti, S.Kep.,Ners, M.Kep selaku Kaprodi Keperawatan ITSK RS dr. Soepraoen Malang.
3. Bapak Yulianto, Selaku ketua RT yang memberikan ijin penelitian.
4. Bapak Bayu Budi L, M.Kep selaku pembimbing I dalam penelitian ini yang telah banyak memberikan bimbingan dan pengarahan kepada penulis.

5. Ibu Sulistiyah, S.SiT., M.Kes selaku pembimbing II dan penguji III dalam penelitian ini yang telah memberikan bimbingan dan saran hingga terselesaikannya Karya Tulis Ilmiah ini.
6. Ibu Dr. Juliati Koesrini, M.Kpd selaku penguji I dalam penelitian ini.
7. Bapak Ns. Ardhiles WK, Skep. M kep selaku penguji II dalam penelitian ini.
8. Warga yang bersedia menjadi responden.
9. Rekan-rekan mahasiswa Prodi Keperawatan dan seluruh pihak yang telah membantu kelancaran penelitian ini yang tidak dapat peneliti sebutkan satu persatu.

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

Malang, Agustus 2021

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
PROPOSAL KARYA TULIS ILMIAH	i
LEMBAR PERNYATAAN	ii
CURICULUM VITAE	iii
LEMBAR PERSETUJUAN	iv
LEMBAR PENGESAHAN	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR GAMBAR	x
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR SINGKATAN	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1. Latar Belakang	1
1.2. Rumusan Masalah	3
1.3. Tujuan Penelitian	3
1.4. Manfaat Penelitian	3
1.4.1 Manfaat Teoritis	3
1.4.2 Manfaat Praktis	4
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA	5
2.1. Konsep Hipertensi	5
2.1.1 Definisi Hipertensi.....	5
2.1.2 Jenis Hipertensi	5
2.1.3 Etiologi Hipertensi.....	6
2.1.4 Patofisiologi	6
2.1.5 Manifestasi Klinis.....	7
2.1.6 Faktor Resiko	8
2.1.7 Penatalaksanaan.....	10
2.1.8 Pemeriksaan Penunjang	11
2.1.9 Komplikasi	12
2.2. Konsep Pola Makan	15

2.2.1	Pengertian	15
2.2.2	Komponen Pola Makan	15
2.2.3	Pola Makan Penyebab Penyakit Hipertensi.....	16
2.2.4	Pola Makan Sehat Bagi Penderita Hipertensi.....	20
2.2.5	Faktor yang Mempengaruhi Pola Makan.....	22
2.2.6	Faktor yang Mempengaruhi Kebiasaan Makan	23
2.3.	Kerangka Konsep	25
2.4.	Deskripsi Kerangka Konsep	26
BAB 3 METODE PENELITIAN		27
3.1.	Desain Penelitian	27
3.2.	Kerangka Kerja	27
3.3.	Populasi, Sampel dan Sampling	29
3.3.1	Populasi	29
3.3.2	Sampel	29
3.3.3	Sampling	29
3.4.	Identifikasi Variabel dan Definisi Operasional	30
3.4.1	Identifikasi Variabel	30
3.4.2	Definisi Operasional	30
3.5.	Prosedur Pengumpulan Data.....	32
3.6.	Instrumen Penelitian	32
3.7.	Pengolahan dan Analisa Data.....	33
3.7.1	Pengolahan Data.....	33
3.7.2	Analisa Data	35
3.8.	Waktu dan Tempat Penelitian	36
3.9.	Etika Pnelitian	36
3.8.1	<i>Infromed Consent</i>	36
3.8.2	<i>Anonimity</i>	37
3.8.3	<i>Confidentiality</i> (Kerahasiaan)	37
BAB 4 Pembahasan		36
4.1.	Hasil Penelitian	36
4.1.1	Gambaran Lokasi Penelitian	36
4.1.2	Data Umum	37

4.1.3	Data Khusus.....	38
4.2.	Pembahasan.....	41
BAB 5 Kesimpulan dan Saran.....		46
5.1.	Kesimpulan.....	46
5.2.	Saran.....	46
5.2.1	Bagi Peneliti.....	46
5.2.2	Bagi Profesi Keperawatan.....	46
5.2.3	Bagi Peneliti Selanjutnya.....	46
5.2.4	Bagi Responden.....	46
DAFTAR PUSTAKA.....		48
LAMPIRAN-LAMPIRAN.....	



DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1 Kerangka Konsep.....	26
Gambar 3.1 Kerangka Kerja	28



DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 2.1 Komponen Bahan Makanan.....	20
Tabel 2.2 Jenis Lemak.....	21
Tabel 3.1 Definisi Operasional.....	31
Tabel 4.1 Data Umum Rerponden	37
Tabel 4.2 Data Khusus	38
Tabel 4.3 Tabulasi Silang Data Umum	39



DAFTAR SINGKATAN

WHO : *World Health Organization*

NaCl : *Natrium Klorida*

ECG : *Elektrocardiogram*

USG : *Ultrasonografi*

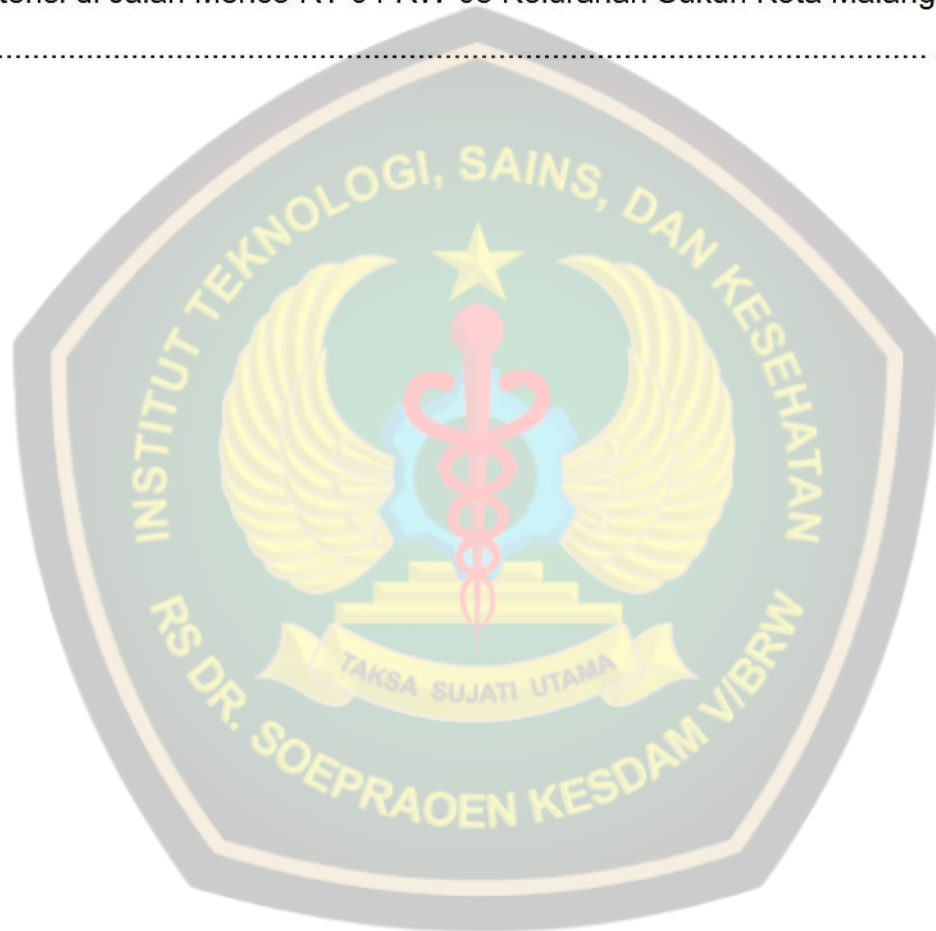
CT Scan : *Computerised Tomography*

mmHg : *Manometer Hektogram*



DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1 Jadwal Penelitian	50
Lampiran 2 Lembar Permohonan Menjadi Responden.....	51
Lampiran 3 Lembar Persetujuan Menjadi Responden	52
Lampiran 4 Kisi-kisi Kuesioner Riwayat Pola Makan	53
Lampiran 5 Lembar Kuesioner Gambaran Riwayat Pola Makan Penderita Hipertensi di Jalan Menco RT 04 RW 08 Kelurahan Sukun Kota Malang	54



ABSTRAK

Bali, Dede Yusuf. 2021. "Gambaran Pola Makan Pada Penderita Hipertensi Di Rt 04 Rw 08 Kelurahan Sukun Kota Malang". Institut Teknologi Sains dan Kesehatan RS dr. Soepraoen Malang, D3 Kepewatan. Pembimbing (1) Bayu Budi L, M.Kep. Pembimbing (2) Sulistiyah, S.SiT., M.Kes.

Hipertensi merupakan tekanan darah tinggi yang bersifat abnormal dan diukur paling tidak pada tiga kesempatan yang berbeda. Pola makan yang tidak sesuai merupakan salah satu penyebab faktor utama terjadinya hipertensi, kondisi ini disebabkan karena pola makan yang tidak sesuai seperti konsumsi garam (*NaCl*) yang berlebih, merokok dan lain sebagainya. Tujuan penelitian untuk mengetahui gambaran pola makan pada penderita hipertensi di RT 04 / RW 08 kelurahan sukun kota malang.

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain penelitian deskriptif. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh warga di Rt 04 Kelurahan Sukun yang menderita Hipertensi yang berjumlah 50 orang. Sample penelitian adalah sebagian warga di RT 04 Kelurahan Sukun yang berjumlah 33 orang. Sampling menggunakan *purposive sampling*. Penelitian ini dilakukan pada tanggal 18-20 Mei 2021. Alat ukur menggunakan lembar kuesioner. Analisa data yang digunakan univariat atau distribusi frekuensi.

Hasil penelitian didapatkan hasil kategori pola makan yaitu sebagian besar (21 responden / 64%) memiliki kategori kurang, sebagian kecil (5 responden / 15%) memiliki kategori cukup, sebagian kecil (4 responden / 12%) memiliki kategori baik, sebagian kecil (3 responden / 9%) memiliki kategori sangat baik.

Diharapkan responden untuk mencari sumber-sumber informasi yang berkaitan dengan pola makan yang baik bagi penderita hipertensi seperti diet rendah garam, rendah lemak dan selalu rutin cen tekanan darah ke pelayanan kesehatan setempat, guna meningkatkan pola makan yang baik dan sesuai bagi penderita hipertensi.

Kata Kunci: Penderita Hipertensi, Pola Makan

ABSTRACT

Bali, Dede Yusuf. 2021. "Overview of Eating Patterns in Hypertensive Patients in Rt 04 Rw 08 Sukun Village, Malang City". Institute of Health and Science Technology, dr. Soepraoen Malang, D3 Nursing. Supervisor (1) Bayu Budi L, M.Kep. Supervisor (2) Sulistiyah, S.SiT., M.Kes.

Hypertension is abnormally high blood pressure and is measured on at least three different occasions. Inappropriate diet is one of the main causes of hypertension, this condition is caused by inappropriate eating patterns such as salt (*Nacl*) excessive consumption, smoking and so on. The purpose of the study was to determine the description of the diet in patients with hypertension in RT 04 RW 08 Sukun Subdistrict, Malang City.

This research is a quantitative research with a descriptive research design. The population in this study were all residents in Rt 04 Sukun Village who suffered from hypertension, totaling 50 people. The sample of the research is some of the residents in RT 04 Sukun Village, amounting to 33 people. Sampling using purposive sampling. This research was conducted on 18-20 May 2021. The measuring instrument used a questionnaire sheet. Data analysis used univariate or frequency distribution.

The results showed that the category of eating patterns was that most (21 respondents / 64%) had a poor category, a small portion (5 respondents / 15%) had a sufficient category, a small portion (4 respondents / 12%) had a good category, a small portion (3 respondents / 9%) has a very good category.

Respondents are expected to seek sources of information related to a good diet for people with hypertension such as a low-salt, low-fat diet and always check blood pressure regularly to local health services, in order to improve a good and appropriate diet for people with hypertension

Keywords: Hypertension Patients, Diet