

KARYA TULIS ILMIAH

**GAMBARAN PELAKSANAAN DIET PADA LANSIA DENGAN
HIPERTENSI DI POSYANDU LANSIA KENONGO
KECAMATAN PAKIS, KABUPATEN MALANG**



OLEH

ADELLIA MARCHELINA

NIM 17.1.001

PROGRAM STUDI KEPERAWATAN

POLITEKNIK KESEHATAN RS dr. SOEPRAOEN MALANG

TAHUN AKADEMIK 2019/2020

KARYA TULIS ILMIAH

**GAMBARAN PELAKSANAAN DIET PADA LANSIA DENGAN
HIPERTENSI DI POSYANDU LANSIA KENONGO
KECAMATAN PAKIS, KABUPATEN MALANG**

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



OLEH

ADELLIA MARCHELINA

NIM 17.1.001

PROGRAM STUDI KEPERAWATAN

POLITEKNIK KESEHATAN RS dr. SOEPRAOEN MALANG

TAHUN AKADEMIK 2019/2020

LEMBAR PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Adellia Marchelina
Tempat/Tanggal Lahir : Malang, 25 Maret 1999
NIM : 17.1.001
Alamat : Jl. Kenongo No. 132 Rt. 02 Rw. 01 Desa
Sekarpuro, Kecamatan Pakis, Kabupaten
Malang.

Menyatakan dan bersumpah bahwa Karya Tulis Ilmiah ini adalah hasil karya sendiri dan belum pernah dikumpulkan oleh orang lain untuk memperoleh gelar 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, 5 Juni 2020

Yang Menyatakan

A 6000 Rupiah Indonesian postage stamp with a signature over it. The stamp features the Garuda Pancasila emblem and the text 'METERAI TEMPEL', '6000', and 'REPUBLIK INDONESIA'. The signature is written in black ink over the stamp.

Adellia Marchelina

NIM 17.1.001

CURRICULUM VITAE



Nama : Adellia Marchelina

Tempat/Tanggal Lahir : Malang, 25 Maret 1999

Alamat : Jl. Kenongo No. 132 Rt. 02 Rw. 01 Desa
Sekarpuro, Kecamatan Pakis, Kabupaten
Malang.

Nama Orang Tua :

 Ayah : Imam Arifin.

 Ibu : S. Yuliana Wati.

Riwayat Pendidikan :

 SD : SDN Madyopuro 2 Malang.

 SMP : SMP Negeri 10 Malang.

 SMK : SMK Negeri 6 Malang.


LEMBAR PERSETUJUAN

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

Tanggal Persetujuan :

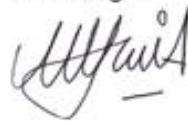
Oleh :

Pembimbing I



Letkol CKM (K) Mustriwi, M.Kep

Pembimbing II



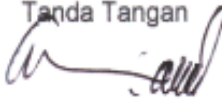


Ns. Musthika W.M., S.Kep., M.Biomed

LEMBAR PENGESAHAN

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

Tanggal Pegesahan :

TIM PENGUJI

	Nama	Tanda Tangan
Ketua	: 1. Ns. Kumoro Asto L, S.Kep., M.Kep	
Anggota	: 2. Ns. Heny N, S.Kep., S.Kep., MMRS	
	: 3. Ns. Musthika Wida, S.Kep., M.Biomed	

Mengetahui

Ketua Program Studi Keperawatan



Ns. Kumoro Asto L, S.Kep., M.Kep

LEMBAR PERSEMBAHAN

Bismillahirrahmanirrahim

Sujud syukur kepada Allah SWT, berkat rahmad dan ridho-Mu telah memberiku kekuatan dan kemudahan sehingga Karya Tulis Ilmiah yang sederhana ini dapat terselesaikan dengan lancar dan baik.

Shalawat serta salam selalu terlimpahkan kehadiran Rasulullah Muhammad SAW.

Kupersembahkan karya ini kepada orang-orang yang sangat aku sayangi dan cintai:

- ◆ *Ayahanda dan Ibunda tercinta*, Sebagai tanda Baktiku dan Terima kasihku Karya Tulis ini aku persembahkan untuk kalian yang telah membesarkanku, membimbingku, dan banyak memberikan Semangat. Semoga ini menjadi Langkah awal untuk membuat Ayah dan Ibu Bahagia, Karna Kusadar Selama ini belum bisa berbuat lebih. Sekali lagi Terima kasih untuk ayah dan ibu.
- ◆ *Kakak dan Saudara-saudaraku*, Terima kasih karena sudah membantu, Selalu memberi semangat, dan motivasi pada Adel.
- ◆ *Welestio Anggaola Romanda*, Terima kasih atas kasih sayang, perhatian, doa, motivasi, dukungan dan semangat yang sudah diberikan kepada Adel.
- ◆ *Bapak Ibu Dosen Dan Pembimbing Karya Tulis Ilmiah (Ibu Mustriwi dan Ibu Musthika)*, Terima kasih banyak Ibu, saya sudah dibantu selama ini, sudah dinasehati dan sudah diarahkan, saya tidak akan lupa atas kebaikan, bantuan dan kesabaran dari Ibu saat Membimbing saya.
- ◆ *Seluruh Dosen Poltekkes RS.dr. Soepraoen*, terutama Bu Musthika Selaku Wali Kelas saya yang banyak membantu saya, Terima kasih banyak untuk semua ilmu yang sudah diberikan, didikan dan pengalaman yang sangat berarti yang telah kalian berikan kepada kami.
- ◆ *Temam - temanku Semua* yang selalu membantu dan memberi semangat untukku terima kasih semuanya, semoga kita semua diberi kemudahan untuk melangkah menuju kesuksesan. *Aamiin. . . .*

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 Pelaksanaan Diet Pada Lansia Dengan Hipertensi Di Posyandu Lansia Kenongo Kecamatan Pakis, 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 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, S.H, S.Kep, Ners, MM, M. Kes selaku Direktur Poltekkes RS dr. Soepraoen Malang.
2. Bapak Kumoro Asto Lenggono, S.Kep, Ners, M.Kep, selaku Ketua Program Studi Keperawatan Poltekkes RS dr. Soepraoen Malang.
3. Bapak Sulirmanto selaku Kepala Desa Sekarpuro dan Kader Posyandu Lansia Kenongo.
4. Ibu Letnan Kolonel Ckm (K) Mustriwi, M.Kep, selaku pembimbing I dalam penelitian ini yang telah memberikan bimbingan dan pengarahan kepada penulis.
5. Ibu Ns. Musthika Wida M., S.Kep., M.Biomed, selaku pembimbing II dalam penelitian ini yang telah memberikan bimbingan dan pengarahan kepada penulis.
6. Ns. Kumoro Asto L, S.Kep., M.Kep, selaku penguji I penelitian ini yang telah memberikan bimbingan dan pengarahan kepada penulis.
7. Ns. Heny N., S.Kep., MMRS, selaku penguji II penelitian ini yang telah memberikan bimbingan dan pengarahan kepada penulis.
8. Kedua orang tua dan keluarga saya yang selalu mendukung, membantu dan mendo'akan saya.

9. Responden yang sudah banyak membantu dan bersedia untuk meluangkan waktunya dalam penelitian.
10. Serta teman-teman yang banyak membantu dalam penyusunan 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 menyempurnakannya.

Malang, 5 Juni 2020

Penulis

DAFTAR ISI

Halaman Judul	i
Cover Dalam	ii
Lembar Pernyataan	iii
Curriculum Vitae.....	iv
Lembar Persetujuan.....	v
Lembar Pengesahan.....	vi
Lembar Persembahan	vii
Kata Pengantar	viii
Daftar Isi	x
Daftar Gambar	xiv
Daftar Tabel.	xv
Daftar Lampiran	xvi
Daftar Singkatan Lambang	xvii
Abstrak	xviii
Abstrack	xix
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	4
1.3 Tujuan Penelitian	4
1.4 Manfaat Penelitian.	4
1.4.1 Manfaat Teoritis.....	4
1.4.2 Manfaat Praktis.	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	6
2.1 Konsep Lansia	6
2.1.1 Pengertian Lansia	6
2.1.2 Klasifikasi Lansia.....	6

2.1.3 Karakteristik Lansia	7
2.1.4 Tipe Lansia	8
2.1.5 Perubahan Fisiologis pada Lansia	9
2.2 Konsep Hipertensi	10
2.2.1 Pengertian Hipertensi	10
2.2.2 Penyebab Hipertensi	10
2.2.3 Jenis-Jenis Hipertensi	12
2.2.4 Gejala Hipertensi	14
2.2.5 Komplikasi Hipertensi	16
2.2.6 Penatalaksanaan Hipertensi	17
2.3 Konsep Diet Hipertensi	21
2.3.1 Definisi Diet Hipertensi	21
2.3.2 Pelaksanaan Diet Hipertensi	21
2.3.3 Tujuan Diet Hipertensi	25
2.3.4 Faktor yang Mampu Mempengaruhi Pelaksanaan Diet	25
2.4 Kerangka Konsep	28
2.5 Deskriptif Kerangka Konsep.....	29
BAB III METODE PENELITIAN.....	31
3.1 Desain Penelitian	31
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 dan Definisi Operasional	32
3.4.1 Identifikasi Variabel	32
3.4.2 Definisi Operasional	33
3.5 Prosedur Pengumpulan Data	34

3.5.1	Proses Perijinan	34
3.5.2	Proses Pengumpulan Data	34
3.6	Pengolahan dan Analisis Data	35
3.6.1	Pengolahan Data.....	35
3.7	Etika Penelitian	38
3.7.1	Informed Consent (Surat Persetujuan)	39
3.7.2	Anonymity (Tanpa Nama)	39
3.7.3	Confidentiality (Kerahasiaan)	39
3.7.4	Bebas dari Penderitaan	40
3.7.5	Bebas dari Eksploitas	40
3.7.6	Resiko	40
3.7.7	Right To Self Determination	40
3.7.8	Right To Full Disclosure	40
3.7.9	Right in Fair Treatment	40
3.7.10	Right To Privacy	41
3.8	Keterbatasan Penelitian	41
	BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	42
4.1	Hasil Penelitian	42
4.1.1	Deskripsi Tempat dan Waktu Penelitian.....	42
4.1.2	Data Umum	43
4.1.3	Data Khusus	45
4.2	Pembahasan	45
4.2.1	Pelaksanaan Diet Pada Lansia Dengan Hipertensi Di Posyandu Lansia Kenongo Kecamatan Pakis, Kabupaten Malang	45
	BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	51
5.1	Kesimpulan	51
5.2	Saran	51

DAFTAR PUSTAKA.....53

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Konsep.....	28
Gambar 3.1 Kerangka Kerja Gambaran Pelaksanaan Diet Pada Lansia Dengan Hipertensi Di Posyandu Lansia Kenongo Kecamatan Pakis, Kabupaten Malang	31

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1	Definisi Operasional	33
Tabel 4.1	Karakteristik Responden Berdasarkan Tingkat Pendidikan Lansia di Posyandu Lansia Kenongo Kecamatan Pakis, Kabupaten Malang	43
Tabel 4.2	Karakteristik Responden Berdasarkan Tingkat Penghasilan dalam Keluarga di Posyandu Lansia Kenongo Kecamatan Pakis, Kabupaten Malang	43
Tabel 4.3	Karakteristik Responden Berdasarkan Tingkat Dukungan Keluarga yang Diberikan Dalam Pelaksanaan Diet Hipertensi di Posyandu Lansia Kenongo Kecamatan Pakis, Kabupaten Malang	44
Tabel 4.4	Karakteristik Responden Berdasarkan Informasi Tentang Diet Hipertensi di Posyandu Lansia Kenongo Kecamatan Pakis, Kabupaten Malang	44
Tabel 4.5	Karakteristik Responden Berdasarkan Pelaksanaan Diet Pada Lansia Dengan Hipertensi di Posyandu Lansia Kenongo Kecamatan Pakis, Kabupaten Malang	45

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Jadwal Penyusunan Penelitian	55
Lampiran 2 Surat Permohonan menjadi Responden	56
Lampiran 3 Surat Persetujuan menjadi Responden.....	57
Lampiran 4 Lembar Kisi-Kisi Panduan Kuesioner	58
Lampiran 5 Lembar Panduan Kuesioner	59
Lampiran 6 Lembar Persetujuan Judul Karya Tulis Ilmiah.....	63
Lampiran 7 Lembar Kartu Bimbingan I Karya Tulis Ilmiah	64
Lampiran 8 Lembar Kartu Bimbingan II Karya Tulis Ilmiah	65
Lampiran 9 Lembar Permohonan Ijin Penelitian	67
Lampiran 10 Lembar Bukti Revisi Karya Tulis Ilmiah.....	68
Lampiran 11 Dokumentasi Penelitian	69
Lampiran 12 Rekapitulasi Data Umum	73
Lampiran 13 Rekapitulasi Data Khusus.....	76

DAFTAR SINGKATAN DAN LAMBANG

Kemenkes	: Kementrian Kesehatan
Lansia	: Lanjut Usia
mmHg	: Milimeter Merkuri (Hydrargyrum)
WHO	: <i>World Health Organization</i>

ABSTRAK

Marchelina, Adellia. 2020. *Gambaran Pelaksanaan Diet Pada Lansia Dengan Hipertensi Di Posyandu Lansia Kenongo Kecamatan Pakis, Kabupaten Malang*. Karya Tulis Ilmiah. Program Studi Keperawatan Poltekkes RS. dr Soepraoen Malang. Pembimbing (I) Letnan Kolonel Ckm Mustriwi, M.Kep. Pembimbing (II) Ns. Musthika W.M., S.Kep., M.Biomed

Seiring bertambahnya usia, lansia mengalami beberapa perubahan fisiologis, salah satunya yaitu meningkatnya resistensi pembuluh darah perifer sehingga berisiko mengalami hipertensi. Salah satu komponen penting penatalaksanaan hipertensi untuk mengendalikan tekanan darah dalam rentang normal adalah dengan diet hipertensi. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui gambaran pelaksanaan diet pada lansia dengan hipertensi di Posyandu Lansia Kenongo Kecamatan Pakis, Kabupaten Malang.

Desain penelitian yang digunakan adalah deskriptif. Tujuannya untuk mengetahui gambaran pelaksanaan diet pada lansia dengan hipertensi. Populasinya adalah lansia yang menderita hipertensi Posyandu Lansia Kenongo Kecamatan Pakis, Kabupaten Malang. Sampling yang digunakan adalah accidental sampling dengan jumlah sampel 18 orang. Alat ukurnya menggunakan kuesioner. Analisa data menggunakan analisis univariat. Penelitian dilakukan pada tanggal 05 Mei 2020.

Dari hasil penelitian menunjukkan hampir seluruhnya yaitu 14 lansia (78%) dengan kategori pelaksanaan diet cukup, sebagian kecil yaitu 2 lansia (11%) dengan kategori pelaksanaan diet baik, dan 2 lansia (11%) dalam kategori pelaksanaan diet kurang.

Melihat hasil penelitian ini, maka diharapkan lansia dengan kategori pelaksanaan diet kurang untuk memperbaiki tingkat pelaksanaan dietnya, lansia dengan pelaksanaan diet cukup dan baik lebih meningkatkan dan mempertahankan tingkat pelaksanaan dietnya.

Kata kunci : Pelaksanaan Diet Hipertensi, Lansia.

ABSTRACT

Marchelina, Adellia. 2020. *Description of Diet Implementation in Elderly with Hypertension in the Elderly Posyandu of Kenongo, Pakis District, Malang Regency.* Scientific papers. Health Polytechnic RS. Dr. Soepraoen Malang. Supervisor (I) Letnan Kolonel Ckm Mustriwi, M.Kep. Supervisor (II) Ns. Musthika W.M., S.Kep., M.Biomed

As we get older, the elderly experience several physiological changes, one of which is the increased resistance of peripheral blood vessels so that the risk of hypertension. One important component of hypertension management to control blood pressure in the normal range is the hypertension diet. The purpose of this study was to determine the description of the implementation of the diet in the elderly with hypertension in the Posyandu Elderly Kenongo District of Pakis, Malang Regency.

The research design used is descriptive. The goal is to find out the description of the implementation of the diet in the elderly with hypertension. The population is the elderly who suffer from hypertension Posyandu Elderly Kenongo, Pakis District, Malang Regency. The sampling used was accidental sampling with a sample of 18 people. The measurement tool uses a questionnaire. Data analysis uses univariate analysis. The study was conducted on May 5, 2020.

From the results of the study showed that almost all of them were 14 elderly (78%) with adequate dietary categories, a small portion namely 2 elderly (11%) with good diet implementation categories, and 2 elderly (11%) in the category of implementing less diets.

Seeing the results of this study, it is expected that the elderly with the implementation of the diet category is less to improve the level of implementation of their diets, the elderly with adequate and good diet are more likely to improve and maintain the level of their diet.

Keywords: Implementation of Hypertension Diet, Elderly.