

**HUBUNGAN ANTARA POLA HIDUP DENGAN KEJADIAN
HIPERTENSI PADA KELOMPOK USIA 45-60 TAHUN
DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS KARATUNG**

SKRIPSI

RATNI TUWONE

11061052



**PROGRAM STUDI S-1 KEPERAWATAN
FAKULTAS KEPERAWATAN
UNIVERSITAS KATOLIK DE LA SALLE
MANADO
2015**

**HUBUNGAN ANTARA POLA HIDUP DENGAN KEJADIAN
HIPERTENSI PADA KELOMPOK USIA 45-60 TAHUN
DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS KARATUNG**

SKRIPSI

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh
Gelar Sarjana Keperawatan

RATNI TUWONE

11061052



**PROGRAM STUDI S-1 KEPERAWATAN
FAKULTAS KEPERAWATAN
UNIVERSITAS KATOLIK DE LA SALLE
MANADO
2015**



UNIVERSITAS KATOLIK DE LA SALLE
MANADO – INDONESIA

Nama : Ratni Tuwone
NIM : 11061052
Fakultas : Keperawatan
Program Studi : S-1 Keperawatan
Judul Tugas Akhir : Hubungan Antara Pola Hidup Dengan Kejadian Hipertensi Pada Kelompok Usia 45-60 Tahun di Wilayah Kerja Puskesmas Karatung
Pembimbing : I. Asnet Leo Bunga, S.Kp, M.Kes
II. Suwandi Luneto, S.Kep, Ns., M.Kes

Menyetujui,
Manado, 10 Juli 2015

Pembimbing I

Pembimbing II

Asnet Leo Bunga, S.Kp, M.Kes

Suwandi Luneto, S.Kep, Ns., M.Kes

Mengetahui,

Dekan

Ketua Program Studi

M. Consolatrix da Silva, S.Kep, Ns., MSN

Sesillia G. Sumual, BSN

**LEMBAR PENGESAHAN
SKRIPSI**

**HUBUNGAN ANTARA POLA HIDUP DENGAN KEJADIAN
HIPERTENSI PADA KELOMPOK USIA 45-60 TAHUN
DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS KARATUNG**

Yang disusun dan diajukan oleh :

**RATNI TUWONE
1106105 2**

Telah dipertahankan di depan Panitia Ujian Skripsi
Pada tanggal 10 Juli 2015
Dan Dinyatakan Telah Memenuhi Syarat

TIM PENGUJI

- | | |
|--------------------------------------|---|
| 1. Emiliana Tarigan, S.Kp, M.Kes | (.....  |
| 2. Asnet Leo Bunga, S.Kp, M.Kes | (.....  |
| 3. Suwandi Luneto, S.Kep, Ns., M.Kes | (.....  |

MENGETAHUI

Dekan Fakultas Keperawatan
Unika De La Salle Manado


M. Consolatrix da Silva, S.Kep, Ns., MSN

Ketua Program Studi
Fakultas Keperawatan
Unika De La Salle Manado


Sesillia G. Sumual, BSN

ABSTRAK

Ratni Tuwone

Hubungan Antara Pola Hidup Dengan Kejadian Hipertensi Pada Kelompok Usia 45-60 Tahun Di wilayah Kerja Puskesmas Karatung.

Dibawah bimbingan Asnet Leo Bunga, S.Kp., M.Kep dan Suwandi Luneto, S.Kep.,Ns.,M.Kes.

Hipertensi adalah suatu keadaan dimana terjadi peningkatan tekanan darah seseorang lebih dari 140/90 mmHg. Peningkatan ini menyebabkan jantung harus bekerja lebih keras dari biasanya untuk mengedarkan darah melalui pembuluh darah, yang pada akhirnya dapat menyebabkan stroke, gagal jantung, dan bahkan pada akhirnya dapat menyebabkan kematian, Karena pada umumnya hipertensi terjadi tanpa disertai gejala apapun sebagai peringatan bagi penderitanya, hanya saja terdapat faktor-faktor pemicu untuk terjadinya hipertensi, seperti faktor pola hidup. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan pola hidup dengan kejadian hipertensi pada kelompok usia 45-60 tahun di wilayah kerja puskesmas karatung.

Penelitian ini menggunakan desain *deskriptif analitik* dengan pendekatan *cross sectional* pada populasi kelompok usia 45-60 tahun yang bertempat tinggal menetap di wilayah kerja puskesmas karatung, dengan sampel 36 orang yang diambil dengan metode *sampling jenuh*. Metode pengumpulan data melalui kuisisioner dan observasi pengukuran tekanan darah yang dilakukan pada tanggal 19-28 Mei 2015. Data dianalisa secara statistic dengan uji analisa *chi square* dengan tingkat kemaknaan $\alpha = 0,05$.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dengan uji *chi square* diperoleh nilai $\rho = 0,023$ untuk pola makan dan $\rho = 0,001$ untuk pola aktifitas, maka H_a diterima sehingga disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara pola makan dengan kejadian hipertensi dan pola aktifitas fisik dengan kejadian hipertensi. Saran dari peneliti, agar para masyarakat kelompok usia 45-60 tahun yang tinggal menetap di wilayah kerja Puskesmas Karatung, untuk dapat mengontrol pola makan dan pola aktifitasnya, agar supaya tidak menyebabkan penyakit hipertensi.

Kata Kunci : Pola hidup, hipertensi, kelompok usia

Kepustakaan : 19 buku, 22 file internet,

ABSTRACT

Ratni Tuwone

The Relationship between life pattern and incident hypertension to group age 45-60 years old in puskesmas karatung's working area

Supervised by Asnet Leo Bunga, SKp.,M.Kep and Suwandi Luneto,S.Kep.,Ns., M.Kep

Hypertension is a medical condition when the blood pressure someone more than 140/90 mmHg. This requires the heart to work harder than normal circulate blood through the blood vessels, which may cause stroke, heart failure, and even worst to death. This is because the hypertension occurs without any symptom as a wearing to the patients, but only be found factor trigger for become hypertension like, factor pattern life

The purpose of this study is determine the relationship between living pattern with hypertension on age group 45-60 tahun years in work area of puskesmas karatung. The sample of this study is 36 people obtained by using total sampling technique. Data obtained by questionnaires and measurement the blood pressure on May 19th 2015 until May 28th 2015.

The data is analyze by chi square with level of significance $\alpha = 0,05$. The result indicate that with hi square statistic test, *p-value* for the eating pattern is 0,001, so the H_a is accept and it is concluded that there is a relationship between the eating pattern with hypertension cases and the activity pattern with hypertension cases. The researcher suggest for the society in age group 45-60 years old who lived in puskesmas karatung's working area to control their eating pattern and activity pattern, so the hypertension cases will decrease.

Keywords : Life, hypertension, age group

Bibliography : 19 book, 22 file internet

RIWAYAT HIDUP PENULIS



Nama : Ratni tuwone
NIM : 11061052
Tempat tanggal lahir : Karatung 20 Agustus 1994
Fakultas : Keperawatan
Program Studi : Ilmu Keperawatan
Tahun Masuk : 2011
Judul Skripsi : Hubungan Antara Pola Hidup Dengan Kejadian Hipertensi Pada Kelompok Usia 45-60 Tahun Di wilayah Kerja Puskesmas Karatung
Pembimbing : 1. Asnet Leo Bunga, S.Kp.,M.Kes
2. Suwandi Luneto, S.Kep.,Ns.,M.Kes
Riwayat Pendidikan :
1. TK Mawar Imanuel Karatung, tahun 1998-1999
2. SD Imanuel Karatung, tahun 1999-2002
3. SMP Negeri 1 Nanusa, tahun 2002-2005
4. SMA Negeri 1 Nanusa, tahun 2005-2008
5. Fakultas Keperawatan Unika De La Salle Manado, tahun 2011- 2015
Motto : “ Ora Et Labora”

KATA PENGANTAR

Segala puji syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa karena tuntunan dan kasih-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Penulis menyadari akan keterbatasan dalam penyusunan skripsi ini, namun berkat usaha, kerja keras dan dukungan dari ke dua orang tua, saudara-saudara dan teman-teman, skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik

Dalam penyusunan skripsi ini penulis mendapat bimbingan dari dosen pembimbing 1 yaitu Asnet Leo Bunga, S.Kp., M.Kes dan dosen pembimbing 2 yaitu Suwandi Luneto, S.Kep.,Ns.,M.Kes. Untuk itu penulis dengan penuh kerendahan hati mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya atas setiap masukan, saran, kritik, bimbingan dan motivasi yang diberikan untuk kelancaran penyusunan skripsi.

Selain itu penulis juga banyak mendapat bantuan, bimbingan, motivasi, perhatian, serta dukungan doa dari berbagai pihak oleh karena itu dengan penuh kerendahan hati perkenankanlah penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Pr. Revi Rafael H. M. Tanod, SS., SE., MA, Rektor Universitas Katolik De La Salle Manado.
2. M. Consolatrix da Silva, S.Kep, Ns., MSN, Dekan Fakultas Keperawatan Universitas Katolik De La Salle Manado.
3. Sesilliea G. Sumual, BSN, Ketua Program Studi S-1 Keperawatan Fakultas Keperawatan Universitas Katolik De La Salle Manado.
4. Staf dan Dosen di Fakultas Keperawatan Unika De La Salle Manado
5. Imelda Gahiwu, S.Kep, selaku Kepala Puskesmas Karatung yang telah memberikan izin kepada penulis untuk melakukan penelitian di wilayah kerja Puskesmas Karatung.
6. Helly Budiawan, S.Kep.,Ns, yang selalu memberikan dukungan, dan nasihat.
7. Oldi Rembet, S.Kep.,Ns, yang membantu peneliti dalam proses penyusunan skripsi.

8. Yang sangat saya kasihi Papa Viktor Tuwone, Mama Lince Aacin dan kakak Dince, Junaidy, lukas dan adik Michael, serta anggota keluarga yang lain, yang telah membantu peneliti dan selalu memberikan kasih sayang yang tulus, mengajarkan banyak hal tentang bagaimanana berjuang dalam hidup sehingga bisa menjadi orang yang berguna, mendoakan, menjadi inspirasi dan terus memotivasi peneliti
9. Yang saya sangat kasihi keluarga besar Aatjin, yang selalu memberikan motivasi, doa serta nasihat, kepada penulis selama proses perkuliahan sampai pada tahap penyusunan skripsi
10. Viona, lhya, geby, mitha, alin yang telah berjuang bersama-sama dan selalu memberikan motivasi, mengajarkan banyak hal kepada penulis, mengajarkan bagaimana arti kebersamaan dalam sebuah persahabatan dan sudah membantu selama proses penyusunan skripsi
11. Teman-teman kelompok 9, Jesicha, Ria, Merissa, Engli, Lisa, Venty, Viona, Lia, Geby, Mita, Alin yang sudah banyak membantu mulai dari penyusunan proposal sampai pada ujian skripsi.
12. Teman-teman seperjuangan Fakep'11 class B Terimakasih atas persahabatan dan kebersamaan selama ini.

Akhirnya penulis menyadari akan kekurangan dan keterbatasan dalam penulisan skripsi ini, sehingga kritik dan saran yang membangun dari semua pihak sangat diharapkan demi kesempurnaan skripsi ini, semoga amal kebaikan yang telah diberikan oleh semua pihak mendapat berkat dari Tuhan yang Maha Esa dan kiranya dapat menyertai kita semua.

Manado, Mei 2015

Penulis

DAFTAR ISI

| | |
|--|------|
| HALAMAN JUDUL..... | i |
| LEMBAR PERSETUJUAN..... | ii |
| LEMBAR PENGESAHAN..... | iii |
| RIWAYAT PENULIS | iv |
| ABSTRAK | v |
| ABSTRACT..... | vi |
| KATA PENGANTAR | vii |
| DAFTAR ISI..... | ix |
| DAFTAR TABEL..... | xi |
| DAFTAR SKEMA..... | xii |
| DAFTAR LAMPIRAN..... | xiii |
| BAB I PENDAHULUAN | 1 |
| 1.1 Latar Belakang | 1 |
| 1.2 Rumusan Masalah | 4 |
| 1.3 Tujuan Penelitian..... | 4 |
| 1.4 Manfaat Penelitian..... | 5 |
| BAB II TINJAUAN PUSTAKA | 6 |
| 2.1 Konsep Dasar Pola Hidup | 6 |
| 2.2 Konsep Dasar Penyakit Hipertensi..... | 12 |
| 2.3 Kelompok Usia..... | 22 |
| 2.4 Penelitian Terkait | 23 |
| BAB III KERANGKA KONSEP, HIPOTESIS, DAN DEFINISI OPERASIONAL | 26 |
| 3.1 Kerangka Konsep | 26 |
| 3.2 Hipotesis | 27 |
| 3.3 Definisi Operasional..... | 27 |
| BAB IV METODE PENELITIAN..... | 30 |
| 4.1 Desain Penelitian..... | 30 |
| 4.2 Lokasi dan Waktu Penelitian..... | 30 |

| | | |
|---------|--|----|
| | 4.3 Populasi dan Sampel | 30 |
| | 4.4 Etika Penelitian..... | 31 |
| | 4.5 Instrumen Penelitian..... | 32 |
| | 4.6 Uji Validitas dan Reliabilitas Instumen..... | 33 |
| | 4.7 Prosedur Penelitian..... | 33 |
| | 4.8 Pengolahan data..... | 34 |
| BAB V | HASIL PENELITIAN..... | 36 |
| | 5.1 Analisa Univariat | 36 |
| | 5.2 Analisa Bivariat | 37 |
| BAB VI | PEMBAHASAN | 40 |
| | 6.1 Hasil Analisa Univariat..... | 40 |
| | 6.2 Hasil Analisa Bivariat..... | 42 |
| | 6.3 Keterbatasan Penelitian..... | 44 |
| BAB VII | KESIMPULAN DAN SARAN..... | 45 |
| | 7.1 Kesimpulan..... | 45 |
| | 7.2 Saran | 45 |
| | DAFTAR PUSTAKA | 47 |
| | LAMPIRAN | |

DAFTAR TABEL

| | | |
|---------|---|----|
| Tabel 1 | : Klasifikasi Hipertensi Menurut <i>WHO</i> (1999)..... | 14 |
| Tabel 2 | : Klasifikasi Hipertensi Menurut <i>Join National Committee</i> | 14 |
| Tabel 3 | : Klasifikasi Pehimpunan Hipertensi Indonesia | 14 |
| Tabel 4 | : Defenisi Operasional..... | 28 |
| Tabel 5 | : Hasil Analisa Univariat Pola Makan | 36 |
| Tabel 6 | : Hasil Analisa Univariat Pola Aktifitas Fisik..... | 37 |
| Tabel 7 | : Hasil Aanlisa Univariat Kejadian Hipertensi..... | 37 |
| Tabel 8 | : Hubungan Pola Makan dengan Kejadian Hipertensi..... | 38 |
| Tabel 9 | : Hubungan Pola Aktifitas Fisik dengan Kejadian Hipertensi..... | 38 |

DAFTAR SKEMA

| | | |
|---------|-------------------------|----|
| Skema 1 | : Kerangka Konsep | 26 |
|---------|-------------------------|----|

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 : Lembar Penjelasan Tentang Maksud dan Tujuan Penelitian
- Lampiran 2 : Lembar Persetujuan Menjadi Responden Penelitian
- Lampiran 3 : Lembar Kuisisioner Penelitian
- Lampiran 4 : Lembar Observasi Pengukuran Tekanan Darah
- Lampiran 5 : Master Tabel Pola Makan dan Pola Aktifitas Fisik
- Lampiran 6 : Master Tabel Pengukuran Tekanan Darah
- Lampiran 7 : Hasil Analisa Uji Statistik *Chi-square*
- Lampiran 8 : Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen Penelitian
- Lampiran 9 : Kartu Bimbingan Riset Keperawatan/Skripsi
- Lampiran 10 : Surat Permohonan Skripsi
- Lampiran 11 : Surat Permohonan Survey Data
- Lampiran 12 : Surat Permohonan Uji Validitas
- Lampiran 13 : Surat Penelitian
- Lampiran 14 : Surat keterangan Telah Melakukan Penelitian
- Lampiran 15 : Surat Pernyataan
- Lampiran 16 : Lembar Persetujuan Ujian Proposal
- Lampiran 17 : Lembar Persetujuan Penelitian
- Lampiran 18 : Lembar Persetujuan Ujian Skripsi
- Lampiran 19 : Lembar Konsultasi
- Lampiran 20 : Jadwal Penelitian