

**ANALISIS POLA MAKAN DAN AKTIVITAS DENGAN
KEJADIAN HIPERTENSI PADA PASIEN di IRINA C
RSUP. PROF. Dr. R. D. KANDOU
MANADO**

SKRIPSI

CHRISTY J. LIPAN

12061074



**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS KEPERAWATAN
UNIVERSITAS KATOLIK DE LA SALLE
MANADO
2016**

HALAMAN PERSETUJUAN

SKRIP SI

ANALISIS POLA MAKAN DAN AKTIVITAS DENGAN KEJADIAN
HIPERTENSI PADA PASIEN di IRINA C
RSUP. Prof. Dr. R. D. KANDOU
MANADO

Nama : Christy J. Lipan
NIM Fakultas : 12061074
Program Studi : Keperawatan
: Ilmu Keperawatan

Menyetujui,
Manado, 18juli 2016

Pembimbing I

pembimbing II

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

Ratunur BSN MAN

Mengetahui,

Dekan

Dr. Indriani Yauri, MN

HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI

ANALISIS POLA MAKAN DAN AKTIVITAS DENGAN KEJADIAN
HIPERTENSI PADA PASIEN di IRINA C
RSUP. Prof. Dr. R. D. KANDOU
MANADO

Yang disusun dan diajukan oleh :

CHRISTY J. LIPAN

12061074

Telah dipertahankan didepan Panitia Ujian Skripsi

Pada tanggal 19 Juli 2016

Dan Dinyatakan Telah Memenuhi Syarat

TIMPENGUJI

1. (Wahyuni Langelo, BSN, M.Kes)
2. (M. Consolatrix da silva, S.Kep, Ns, MSN) ()
3. (Gladis Ratuliu, BSN, MAN) <... ~ ~ ~

Mengetahui,

Dekan Fakultas Keperawatan
Unika De La Salle
Manado

Ketua Program Studi
Fakultas Keperawatan
Salle Manado

Dr. Indriani Yauri, MN

ABSTRAK

Christy Lipan (12061074)

Analisis Pola Makan dan Aktivitas dengan Kejadian Hipertensi pada Pasien di Irina C RSUP. Prof. Dr. R. D. Kandou Manado, Pembimbing M. Consolatrix da Silva, dan Gladis Ratuliu.

Manusia sering tidak teratur dalam menjalani pola makan sehari-hari, akibat buruk dari kebiasaan ini dapat mengganggu kesehatan. Masalah hipertensi tidak lepas dari perubahan pola makan seseorang. Tingkatan aktifitas dapat menurunkan tekanan darah, aktivitas dapat mempengaruhi kejadian hipertensi. Hipertensi dapat dicegah dengan menghindari faktor penyebab terjadinya hipertensi dengan pengaturan pola makan, gaya hidup yang benar, hindari merokok dan alkohol, mengurangi konsumsi garam yang berlebihan dan aktifitas yang cukup seperti olahraga yang teratur. Penelitian ini bertujuan untuk Menganalisis pola makan dan aktivitas dengan kejadian hipertensi pada pasien Hipertensi di Irina C RSUP Prof. Dr. R. D. Kandou Manado. Desain penelitian ini adalah penelitian deskriptif kuantitatif dengan menggunakan pendekatan *Cross Sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah pasien-pasien yang menderita hipertensi di Irina C RSUP Prof. Dr. R. D. Kandou Manado di Irina C dengan jumlah 40 responden yang memenuhi kriteria inklusi. Sampel diambil dari pasien-pasien yang menderita hipertensi Irina C di RSUP Prof. Dr. R. D. Kandou Manado dengan jumlah sampel penelitian adalah 40 responden diambil dengan *total sampling*. Dalam penelitian ini analisa bivariat yang digunakan adalah uji statistik *Chi-square*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa hubungan pola makan dengan kejadian hipertensi dengan nilai *P value* 0.029 dan aktifitas dengan kejadian hipertensi dengan nilai *Pvalue* 0.023 Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada hubungan pola makan dan aktifitas dengan kejadian hipertensi. Manfaat penulisan dari penelitian ini akan membantu pasien, keluarga, perawat, instansi kesehatan, bagi peneliti lain mengetahui hubungan pola makan dan aktifitas kejadian hipertensi sebagai bahan informasi dan masukan bagi pengambil kebijakan dalam rangka meningkatkan upaya-upaya pencegahan terhadap penderita hipertensi berdasarkan pertimbangan, perencanaan, pelaksanaan, pengembangan dan evaluasi.

Kata kunci :Pola Makan, Aktifitas, Hipertensi
Kepustakaan :25 Buku dan 5 Jurnal

ABSTRACT

Christy Lipan (12061074)

Diet Analysis And Activity In Patients With Hypertension incident in Irina C Hospital. Prof. Dr. R. D. Kandou Manado, Supervisor M. Consolatrix da Silva, and Gladis Ratuliu

Humans are often irregular in living their daily diet, adverse consequences of these habits can be detrimental to health. Hypertension problems are can not be separated from changes in one's diet. The levels of activity can be lower the blood pressure, and the activity can be affected the incidence of hypertension. Hypertension can be prevented by avoiding the causes of hypertension by dietary adjustments, proper lifestyle, avoid smoking and alcohol, reduce excessive salt, and do the regular exercise. This study aims to analyse the diet and activity hypertension patients of Prof.Dr.R.D. Kandou hospital of Manado. This study descriptive quantitative research the using cross sectional approach. The population in this study are patients with hypertension in Prof. Dr. R. D. Kandou hospital of Manado in Irina C with the number of 40 respondents who met the inclusion criteria. Samples taken from patients suffering from hypertension Irina C Prof. Dr. R. D. Kandou hospital of Manado the number of sample is 40 respondents taken with total sampling. In this research used bivariate analysis is a statistical test Chi-square. The results of this study indicate that the relationship with hypertension diet with P value of 0.029 and activities with hypertension with P value 0.023 These results indicate that there is a relationship to diet and activity with hypertension. The benefits of writing of this research will help patients, families, nurses, health institutions, to other researchers determine the relationship of diet and activity of hypertension as information and input for policy makers in order to improve prevention efforts on people with hypertension under consideration, planning, the development, implementation and evaluation.

Keywords: Diet, Activity, Hypertension

Source : 25 books and 5 journal

LEMBAR ORIGINALITAS

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Christy J. Lipan

Nim : 12061074

Program Studi : Ilmu Keperawatan

Saya menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa sepanjang pengetahuan saya didalam naskah PROPOSAL ini tidak terdapat karya ilmiah yang pernah diajukan oleh orang lain untuk memperoleh gelar akademik di suatu Perguruan Tinggi dan tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis dikutip dalam naskah ini dan disebutkan dalam sumber kutipan dan daftar pustaka.

Apabila ternyata di dalam naskah proposal dapat dibuktikan terdapat unsur-unsur PLAGIASI, saya bersedia PROPOSAL ini digugurkan dan gelar akademik yang telah saya peroleh (SARJANA) dibatalkan, serta diproses sesuai dengan peraturan perundang-undangan yang berlaku.

Manado, Juni 2016

KATA PENGANTAR

Puji Syukur penulis panjatkan kehadiran Tuhan Yang Maha Esa, atas kuasa dan pertolongan-Nya yang telah diberikan kepada penulis, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul **“Analisis Pola Makan Dan Aktifitas Dengan Kejadian Hipertensi pada Pasien di Irina C RSUP. Prof. Dr. R. D. Kandou Manado”**.

Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan pendidikan Sarjana Keperawatan Universitas Katolik De La Salle Manado. Penulis yakin bahwa dalam penulisan skripsi ini tidak akan selesai dengan baik tanpa adanya bantuan dari berbagai pihak yang telah dengan ikhlas membantu penulis demi terselesainya skripsi ini. Untuk itulah penulis menyampaikan ucapan Terima Kasih kepada :

1. Revi R. H. M. Tanod, SS, SE, MA, Rektor Universitas Katolik De La Salle Manado.
2. Dr. Indriani Yauri, MN, Dekan Fakultas Keperawatan Universitas Katolik De La Salle Manado dan selaku dosen pembimbing I yang telah banyak membantu memberikan arahan, petunjuk, dan bimbingan bagi penulis dalam penyusunan skripsi ini.
3. Wahyuni Langelo, BSN, M.Kes, Ketua Program Studi Fakultas Keperawatan Universitas Katolik De La Salle Manado.
4. M. Consolatrix da Silva. S.Kep, Ns, MSN, Dosen Pembimbing I yang telah membantu memberikan arahan, motivasi, saran, petunjuk dan bimbingan bagi penulis dalam penyusunan skripsi ini.
5. Gladis Ratuliu. BSN, MAN, Dosen Pembimbing II yang telah membantu memberikan arahan, motivasi, saran, petunjuk dan bimbingan dalam penulisan skripsi sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
6. dr. Armenius R.Sondakh, Sp.THT-KL(K), Direktur utama RSUP. Prof. Dr. R. D. Kandou Manado yang telah memberikan izin untuk melakukan penelitian.

7. Dr. Fandy Gosal, MPPD, Sp. PD, Ketua UPKT RSUP. Prof. Dr. R. D. Kandou yang telah memberikan izin untuk melakukan penelitian.
8. Dr. dr. O. I. Palendang, Sp. THT-KL(K), Koordinator Sub Unit Etik Penelitian yang telah memberikan izin dan membantu untuk melakukan penelitian.
9. Yudhistira Mirah, S.kep, Perawat Anastesi RSUP. Prof. Dr. R. D. Kandou Manado.
10. Rekan-rekan bagian Bakordik, Prof. Dr. R. D. Kandou Manado.
11. Pasien di Irina C RSUP. Prof. Dr. R. D. Kandou Manado yang telah bersedia menjadi responden peneliti.
12. Papa, Mama, dan Kakak yang menjadi inspirasi, motivasi, dan memberikan semangat penulis dalam menyelesaikan skripsi ini. Skripsi ini penulis dedikasikan untuk keluarga tercinta.
13. Tritan Tannasa, ST yang telah membantu dan selalu memberikan semangat penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
14. Semua keluarga yang telah membantu dari awal kuliah sampai selesai.
15. Sahabat-sahabat yang selalu membantu dalam tugas sampai penyusunan skripsi ini dan kebersamaan selama kuliah.
16. Semua teman-teman seperjuangan Fakultas Keperawatan angkatan 2012.

Akhir kata, semoga skripsi ini dapat bermanfaat dalam pengembangan ilmu pengetahuan dibidang keperawatan dan pihak-pihak yang membutuhkan dan menjadi suatu karya yang memberikan dampak positif kepada para pembaca pada umumnya dan para penulis khususnya. Penulis menyadari bahwa penulisan skripsi ini masih banyak kekurangan serta penulis sangat mengharapkan adanya kritik dan saran yang bersifat membangun untuk perbaikan skripsi ini.

Manado, Juli 2016

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN.....	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
ABSTRAK	iii
LEMBAR ORIGINALITAS.....	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR GAMBAR	xi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Tujuan Penelitian	4
1.3 Pertanyaan Penelitian.....	4
1.4 Ringkasan Isi.....	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	6
2.1 Hipertensi.....	6
2.2 Pola Makan	14
2.3 Aktifitas	22
2.4 Penelitian yang Terkait	25
2.5 Teori Jean Watson pada Analisa Pola Makan dan Aktifitas Dengan Kejadian Hipertensi.....	29
BAB III KERANGKA KONSEP	31
3.1 Kerangka Konsep.....	31
3.2 Hipotesis	32
3.3 Definisi Operasional	32
BAB IV METODE PENELITIAN	34
4.1 Desain Penelitian	34
4.2 Lokasi	34
4.3 Waktu Penelitian.....	34

4.4 Populasi Dan Sampel	34
4.5 Instrument Penelitian	35
4.6 Prosedur Pengumpulan Data.....	36
4.7 Analisa Data.....	37
4.8 Etika Penelitian	38
BAB V HASIL PENELITIAN	39
5.1 Analisis Univariat	39
5.2 Analisis Bivariat	40
BAB VI PEMBAHASAN.....	42
6.1 Hubungan Pola Makan dengan Kejadian Hipertensi	42
6.2 Hubungan Aktifitas Dengan Kejadian Hipertensi	44
BAB VII KESIMPULAN DAN SARAN	47
7.1 Kesimpulan	47
7.2 Saran	47
DAFTAR PUSTAKA	49
LAMPIRAN	
LEMBAR KUESIONER	

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Klasifikasi Tekanan Darah	9
Tabel 2.2 Jurnal Terkait.....	29
Tabel 3.1 Definisi Operasional.....	36
Tabel 5.1 Karakteristik Responden Berdasarkan Pola Makan	43
Tabel 5.2 Karakteristik Responden Berdasarkan Aktifitas.....	44
Tabel 5.3 Karakteristik Responden Berdasarkan Status Hipertensi	44
Tabel 5.4 Hubungan Pola Makan Dengan Hipertensi	44
Tabel 5.5 Hubungan Aktifitas Dengan Hipertensi.....	45

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Teori Jean Watson	34
Gambar 3.1 Kerangka Konsep.....	35

