

**GAMBARAN PENCEGAHAN KOMPLIKASI PADA PENDERITA  
HIPERTENSI DI POSYANDU LANSIA NIRWANA WREDA  
KELURAHAN REMBANG KECAMATAN SANANWETAN  
KOTA BLITAR**

**TUGAS AKHIR**

FIRDA NOVITASARI  
NIM. P17230211056



**KEMENTERIAN KESEHATAN RI  
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MALANG  
JURUSAN KEPERAWATAN  
PROGRAM STUDI DIPLOMA III KEPERAWATAN BLITAR  
2024**

**GAMBARAN PENCEGAHAN KOMPLIKASI PADA PENDERITA  
HIPERTENSI DI POSYANDU LANSIA NIRWANA WREDA  
KELURAHAN REMBANG KECAMATAN SANANWETAN  
KOTA BLITAR**

Tugas Akhir ini disusun sebagai salah satu persyaratan menyelesaikan program pendidikan Diploma III di Program Studi Diploma III Keperawatan Blitar Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang

FIRDA NOVITASARI  
NIM. P17230211056



**KEMENTERIAN KESEHATAN RI  
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MALANG  
JURUSAN KEPERAWATAN**

## LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Firda Novitasari

NIM : P17230211056

Institusi : Poltekkes Kemenkes Malang Program Studi Diploma III  
Keperawatan Blitar

Saya menyatakan dengan sebenarnya bahwa tugas akhir yang saya tulis ini benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri, bukan merupakan pengambil alihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai hasil tulisan saya.

Apabila di kemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan penelitian ini hasil pengambil alihan tulisan atau pikiran orang lain, saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Blitar, 16 Mei 2024

Mengetahui,  
Pembimbing Utama



Ns. Dewi Rachmawati M.Kep

NIP. 198404062023212043

Yang Membuat Pernyataan  
Mahasiswa



Firda Novitasari

NIM P17230211056

## LEMBAR PERSETUJUAN

Tugas akhir dengan judul “Gambaran Pencegahan Komplikasi Pada Penderita Hipertensi di Posyandu Lansia Nirwana Wreda Kelurahan Rembang Kecamatan Sananwetan Kota Blitar” oleh Firda Novitasari NIM P17230211056 yang telah diperiksa dan disetujui untuk diujikan pada tanggal 16 Mei 2024.

Blitar, 16 Mei 2024

Pembimbing Utama



**Ns. Dewi Rachmawati M.Kep**

NIP. 198404062023212043

## LEMBAR PENGESAHAN

Tugas akhir dengan judul “Gambaran Pencegahan Komplikasi Pada Penderita Hipertensi di Posyandu Lansia Nirwana Wreda Kelurahan Rembang Kecamatan Sananwetan Kota Blitar” oleh Firda Novitasari, NIM P17230211056 telah diujikan di depan dewan penguji pada tanggal 16 Mei 2024.

Dewan Penguji,

Ketua Penguji



Ns. Tri Cahyo Sepdianto, M.Kep.Sp.KMB

NIP. 19760928 200112 1 002

Penguji Anggota



Ns. Dewi Rachmawati M.Kep

NIP. 19840406 202321 2 043

Mengetahui,

Ketua Jurusan Keperawatan

Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang



Dr. Erlina Suci Astuti, S.Kep.,Ns.,M.Kep

NIP. 19760810 200212 2 001

## KATA PENGANTAR

Puji Syukur penulis panjatkan ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa atas limpahan rahmat dan hidayah-Nya penulis dapat menyusun tugas akhir dengan judul **“Gambaran Pencegahan Komplikasi Pada Penderita Hipertensi Di Posyandu Lansia Nirwana Wreda Kelurahan Rembang Kecamatan Sananwetan Kota Blitar”** sebagai salah satu syarat untuk melakukan penelitian dan menyelesaikan pendidikan di Program Studi Diploma III Keperawatan Blitar Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang.

Penulis menyadari bahwa selama penyusunan tugas akhir ini banyak mendapat bimbingan dan dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Dr. Moh. Wildan, A.Per.Pen, M.Pd., Direktur Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Malang.
2. Dr. Erlina Suci Astuti, S.Kep.,Ns.,M.Kep, Ketua Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Malang.
3. Wiwin Martiningsih, M.Kep., Ph.D., NS Ketua Program Studi Diploma III Keperawatan Blitar Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Malang
4. Ns. Dewi Rachmawati M.Kep selaku Dosen Pembimbing tugas akhir yang telah memberikan pengarahan dan bimbingan dalam penyusunan tugas akhir ini.
5. Ns.Tri Cahyo Sepdianto, M.Kep.Sp.KMB selaku Dosen Penguji yang berkenan memberikan saran dan dukungan kepada penulis dalam memperbaiki penyusunan tugas akhir ini.
6. Seluruh Bapak Ibu Dosen dan Civitas Akademika Program Studi Diploma III Keperawatan Blitar yang telah memberikan ilmu dan bantuannya.
7. Kepada UPT Puskesmas Sananwetan Kota Blitar yang telah memberikan izin untuk melakukan penelitian.
8. Seluruh kader Posyandu Lansia Nirwana Wreda yang telah memberikan sarana dan membantu dalam melakukan penelitian.

9. Kedua orang tua saya Bapak Slamet dan Ibu Suhartini yang selalu memberikan kasih sayang dan dukungan hingga penulis bisa menyelesaikan tugas akhir ini.
10. Kakak Meta Resty Yuniantika dan adik Intan Permatasari yang telah membimbing dan memberikan saran serta memberikan dukungan semangat kepada penulis.
11. Teman-teman seperjuangan: Nabila Luqyana Putri, Alfi Fara Nabila, Qurrotu'Ayun, Mochamad Khanif Habibilah dan Zahra Dewi Azhari Balbly yang telah membersamai penulis dari awal semester 1 hingga menyelesaikan tugas akhir ini.
12. Rekan-rekan mahasiswa Program Studi Diploma III Keperawatan Blitar angkatan 2021 atas kerjasamanya selama menuntut ilmu di Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Malang.
13. Dan yang terakhir, kepada diri saya sendiri yaitu Firda Novitasari, terima kasih sudah bertahan sejauh ini, terimakasih sudah selalu berusaha menjadi yang terbaik walaupun terkadang apa yang diinginkan tidak tercapai dan mampu mengendalikan diri dari berbagai tekanan diluar keadaan serta sudah memutuskan tidak menyerah sesulit apapun proses penyusunan Tugas Akhir ini dengan menyelesaikan semaksimal mungkin, ini merupakan pencapaian yang patut di rayakan untuk diri sendiri. Berbahagialah selalu dimanapun berada dan apapun kekurangan dan kelebihanmu tetap disyukuri.

Penulis menyadari dalam penyusunan dan penulisan tugas akhir ini masih jauh dari sempurna. Oleh sebab itu, kritik dan saran pembaca sangat penulis harapkan demi kesempurnaan tugas akhir ini, semoga tugas akhir ini bermanfaat bagi semua pihak.

Blitar, 16 Mei 2024

Penulis



Firda Novitasari

NIM P17230211056

## ABSTRAK

Novitasari, Firda (2024), Gambaran Pencegahan Komplikasi Pada Penderita Hipertensi di Posyandu Lansia Nirwana Wreda. Tugas Akhir. Program Studi D3 Keperawatan Blitar, Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang. Pembimbing: Ns. Dewi Rachmawati M.Kep.

Hipertensi merupakan masalah kesehatan terbanyak yang setiap tahunnya terjadi peningkatan. Kurang dilakukannya pencegahan akan terjadi timbulnya komplikasi. Pencegahan yang dilakukan yaitu cek kesehatan rutin, kebiasaan merokok, kebiasaan minum alkohol, pengobatan rutin, diet seimbang, istirahat cukup, kelola stress. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran pencegahan komplikasi yang dilakukan pada penderita hipertensi di Posyandu Lansia Nirwana Wreda. Desain penelitian yang digunakan yaitu deskriptif dengan sampel sebanyak 75 responden dengan teknik sampling *purposive sampling*. Populasi pada penelitian ini adalah penderita hipertensi di Posyandu Lansia Nirwana Werda yang dilaksanakan tanggal 12 – 29 februari 2024 dengan instrument wawancara terstruktur yang terdiri 8 pencegahan. Hasil penelitian ini menunjukkan penderita tidak memiliki kebiasaan minum alkohol sebanyak 75 orang (100%), tidak merokok sebanyak 67 orang (89%), dapat mengelola stress sebanyak 53 orang (71%), memiliki pola istirahat baik sebanyak 50 orang (66%), melakukan aktivitas fisik sebanyak 47 orang (62%), melakukan cek kesehatan rutin sebanyak 45 orang (60%), melakukan diet seimbang sebanyak 44 orang (58%), melakukan pengobatan rutin sebanyak 30 orang (40%). Kesimpulan pada penelitian ini sebagian besar penderita hipertensi menunjukkan kurang dalam melakukan pencegahan komplikasi hipertensi. Disarankan untuk lebih meningkatkan lagi pencegahan agar terhindar dari komplikasi. Penelitian ini memberikan wawasan bagi penderita hipertensi, institusi pendidikan, dan peneliti selanjutnya untuk meningkatkan pencegahan komplikasi terhadap penderita hipertensi.

**Kata Kunci:** Hipertensi, Pencegahan Komplikasi.

## ABSTRACT

*Novitasari, Firda (2024), Overview of Complication Prevention in Hypertension Patients at Posyandu Lansia Nirwana Wreda. Research. D3 Nursing Blitar Study Program, Department of Nursing Polytechnic Health Ministry of Health Malang. Supervisor: Ns. Dewi Rachmawati M.Kep.*

Hypertension is a major health problem that increases every year. Lack of prevention will lead to complications. Prevention that is carried out is routine health checks, smoking habits, drinking habits, routine medication, a balanced diet, adequate rest, managing stress. The purpose of this study was to determine the description of the prevention of complications carried out in patients with hypertension at the Nirwana Wreda Elderly Posyandu. The research design used was descriptive with a sample of 75 respondents with purposive sampling technique. The population in this study were hypertensive patients at the Nirwana Werda Elderly Posyandu which was held on February 12-29, 2024 with a structured interview instrument consisting of 8 preventions. The results of this study indicate that patients do not have the habit of drinking alcohol as many as 75 people (100%), do not smoke as many as 67 people (89%), can manage stress as many as 53 people (71%), have a good rest pattern as many as 50 people (66%), do physical activity as many as 47 people (62%), do routine health checks as many as 45 people (60%), do a balanced diet as many as 44 people (58%), do routine medication as many as 30 people (40%). The conclusion in this study is that most hypertensive patients show a lack of prevention of hypertension complications. It is recommended to further improve prevention in order to avoid complications. This study provides insight for people with hypertension, educational institutions, and further researchers to improve the prevention of complications for people with hypertension.

**Keywords:** Hypertension, Complication Prevention.

## DAFTAR ISI

LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN .....	iii
LEMBAR PERSETUJUAN.....	iv
LEMBAR PENGESAHAN .....	v
KATA PENGANTAR .....	vi
ABSTRAK .....	viii
ABSTRACT.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR .....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah .....	4
1.3 Tujuan.....	4
1.4 Manfaat Penelitian.....	4
1.4.1 Manfaat Teoritis.....	4
1.4.2 Manfaat Praktis .....	4
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....</b>	<b>5</b>
2.1 Konsep Dasar Hipertensi .....	5
2.1.1 Pengertian Hipertensi.....	5
2.1.2 Etiologi.....	5
2.1.3 Manifestasi Klinis .....	7
2.1.4 Klasifikasi .....	7
2.1.5 Penatalaksanaan Hipertensi .....	8
2.1.6 Komplikasi Hipertensi .....	8
2.2 Konsep Dasar Pencegahan komplikasi.....	10
2.2.1 Pengertian Pencegahan .....	10
2.2.2 Tahap tahap pencegahan .....	10
2.2.3 Indikator pencegahan komplikasi hipertensi .....	11
2.3 Kerangka Konsep .....	16
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>17</b>
3.1 Desain Penelitian .....	17

3.2 Kerangka kerja.....	17
3.3 Populasi dan Sampel.....	18
3.3.1 Populasi.....	18
3.3.2 Sampel .....	18
3.3.3 Teknik Sampling.....	19
3.4 Lokasi dan Waktu Penelitian.....	19
3.5 Variabel Penelitian .....	19
3.6 Definisi Operasional.....	20
3.7 Pengumpulan Data dan Instrumen Penelitian.....	22
3.7.1 Teknik Pengumpulan Data.....	22
3.7.2 Instrumen Penelitian .....	23
3.8 Analisis Data dan Pengolahan Data .....	23
3.8.1 Analisis Data.....	23
3.8.2 Pengolahan Data .....	23
3.9 Etika Penelitian.....	24
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>25</b>
4.1 Gambaran Lokasi Penelitian.....	25
4.2 Hasil Penelitian.....	26
4.2.1 Karakteristik Responden.....	26
4.2.2 Pencegahan komplikasi hipertensi.....	27
4.3 Pembahasan .....	31
4.3.1 Pencegahan komplikasi berdasarkan kebiasaan minum alkohol .....	31
4.3.2 Pencegahan komplikasi berdasarkan kebiasaan merokok .....	32
4.3.3 Pencegahan komplikasi berdasarkan kelola stress.....	33
4.3.4 Pencegahan komplikasi berdasarkan istirahat cukup.....	34
4.3.5 Pencegahan komplikasi berdasarkan aktivitas fisik.....	35
4.3.6 Pencegahan komplikasi berdasarkan cek kesehatan rutin .....	37
4.3.7 Pencegahan komplikasi berdasarkan diet seimbang.....	38
4.3.8 Pencegahan komplikasi berdasarkan pengobatan rutin .....	39
4.4 Keterbatasan Penelitian .....	40
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>41</b>
5.1 Kesimpulan.....	41
5.2 Saran .....	42
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>43</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Kategori Tekanan Darah .....	7
Tabel 2. 2 Kebutuhan tidur berdasarkan usia.....	14
Tabel 3. 1 Definisi Operasional .....	20
Tabel 4. 1 Karakteristik Penderita Hipertensi di Posyandu Lansia Nirwana Wreda Kelurahan Rembang.....	26
Tabel 4. 2 Pencegahan komplikasi berdasarkan cek kesehatan rutin.....	27
Tabel 4. 3 Pencegahan komplikasi berdasarkan kebiasaan merokok .....	27
Tabel 4. 4 Pencegahan komplikasi berdasarkan kebiasaan minum alkohol .....	28
Tabel 4. 5 Pencegahan komplikasi berdasarkan aktivitas fisik.....	28
Tabel 4. 6 Pencegahan komplikasi berdasarkan pengobatan rutin .....	28
Tabel 4. 7 Pencegahan komplikasi berdasarkan diet seimbang .....	29
Tabel 4. 8 Pencegahan komplikasi berdasarkan istirahat cukup.....	29
Tabel 4. 9 Pencegahan komplikasi berdasarkan kelola stress.....	30
Tabel 4. 10 Pencegahan yang dilakukan di posyandu lansia nirwana wreda.....	30

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Konsep .....	16
Gambar 3. 1 Kerangka Kerja .....	17

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Lembar Informed Consent.....	46
Lampiran 2 Lembar Pedoman Wawancara Terstruktur.....	47
Lampiran 3 Lembar Persetujuan Penelitian.....	50
Lampiran 4 Surat Balasan Penelitian.....	51
Lampiran 5 Surat Selesai Penelitian.....	52
Lampiran 6 Hasil Tabulasi Data.....	53
Lampiran 7 Lembar Konsultasi.....	54
Lampiran 8 Curriculum Vitae.....	57