GAYA HIDUP KELUARGA YANG MEMILIKI ANGGOTA KELUARGA PENDERITA HIPERTENSI DI UPTD PUSKESMAS KEPANJENKIDUL

TUGAS AKHIR

SAGITA FITRIA HANDAYANI
NIM. P17230213092

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

GAYA HIDUP KELUARGA YANG MEMILIKI ANGGOTA KELUARGA PENDERITA HIPERTENSI DI UPTD PUSKESMAS KEPANJENKIDUL

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

SAGITA FITRIA HANDAYANI
NIM. P17230213092

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

LEMBAR KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Sagita Fitria Handayani

NIM : P17230213092

Institusi : Poltekkes Kemenkes Malang Program Studi D3 Keperawatan Blitar.

Saya menyatakan dengan sebenarnya bahwa Karya Tulis Ilmiah 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, 6 Juni 2024

Mahasiswa

Sagita Fitria Handayani

NIM P17230213092

Mengetahui,

Pembimbing Utama

Dr. Ns. Sri Mugianti, S.Kep, M.Kep

NIP. 19660903 198803 2 002

LEMBAR PERSETUJUAN

Karya Tulis Ilmiah dengan judul "Gaya Hidup Keluarga Yang Memiliki Anggota Keluarga Penderita Hipertensi Di UPTD Puskesmas Kepanjenkidul" oleh Sagita Fitria Handayani, NIM. P17230213092 yang telah diperiksa dan disetujui untuk diujikan pada tanggal 10 Juni 2024

Blitar, 10 Juni 2024

Pembimbing Utama

Dr. Ns. Sri Mugianti, S.Kep, M.Kep

NIP. 19660903 198803 2 002

LEMBAR PENGESAHAN

Karya tulis ilmiah dengan judul "Gaya Hidup Keluarga Yang Memiliki Anggota Keluarga Penderita Hipertensi di UPTD Puskesmas Kepanjenkidul" oleh Sagita Fitria Handayani NIM. P17230213092 telah diujikan di depan dewan penguji pada tanggal 10 Juni 2024

Dewan Penguji,

Ketua Penguji

Ns. Agus Khoirul Anam, M.Kep

NIP. 19750926 200112 1 001

Penguji Anggota

Dr. Ns. Sri Mugianti, S.Kep, M.Kep

NIP. 19660903 198803 2 002

Mengetahui,

Ketua Jurusan Keperawatan

Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang

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

NIP. 1976810 200212 2 001

ABSTRAK

Handayani, Fitria Sagita (2024). Gaya Hidup Keluarga Yang Memiliki Anggota Keluarga Penderita Hipertensi Di UPTD Puskesmas Kepanjenkidul. Karya Tulis Ilmiah, Program Studi D-III Keperawatan Blitar, Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang, Pembimbing Utama : Dr. Ns. Sri Mugianti, S.Kep, M.Kep

Hipertensi merupakan salah satu penyakit kronis yang sering ditemui di masyarakat dan memiliki dampak signifikan terhadap kualitas hidup penderitanya. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis gaya hidup keluarga baik atau tidak baik dalam menangani anggota keluarga yang menderita hipertensi di wilayah UPTD Puskesmas Kepanjenkidul Kota Blitar. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif kuantitatif. Besar sampel adalah 30 responden menggunakan *purposive sampling* yang memenuhi kriteria inklusi. Variabel dalam penelitian ini adalah gaya hidup keluarga yang memiliki anggota keluarga penderita hipertensi. Instrumen penelitian yang digunakan menggunakan instrumen Suprapti (2020). Diberikan penambahan kuisioner yaitu kuisioner manajemen stress. Hasil yang diperoleh dari penelitian ini yaitu : Kebiasaan minum kopi (21%), Pola makan yang baik (60%), Manajemen stress (67%), Kebiasaan merokok (87%), Aktivitas fisik (90%). Hasil penelitian menunjukkan bahwa keluarga dengan anggota penderita hipertensi cenderung mengadopsi gaya hidup yang lebih sehat, seperti mengatur pola makan yang rendah garam, rutin melakukan aktivitas fisik, dan menghindari stress. Kendala yang dihadapi keluarga meliputi kurangnya pengetahuan tentang hipertensi, keterbatasan waktu, dan kesulitan dalam mengubah kebiasaan hidup yang tidak sehat. Dapat disimpulkan bahwa gaya hidup keluarga penderita hipertensi di wilayah UPT Puskesmas Kepanjenkidul Kota Blitar memiliki kriteria baik. Peneliti selanjutnya disarankan meneliti penyebab dukungan keluarga yang cukup dan kurang.

Kata kunci : Gaya Hidup, Hipertensi

ABSTRACT

Handayani, Fitria Sagita (2024). Lifestyle of Families Who Have Family Members Suffering from Hypertension at Uptd Kepanjenkidul Health Center. Scientific Writing, Blitar D-III Nursing Study Program, Nursing Department, Health Polytechnic, Ministry of Health, Malang, Main Supervisor: Dr. Ns. Sri Mugianti, S.Kep, M.Kep.

Hypertension is a chronic disease that is often found in society and has a significant impact on the quality of life of sufferers. This study aims to analyze whether family lifestyles are good or bad in dealing with family members who suffer from hypertension in the UPTD area of the Kepanjenkidul Health Center, Blitar City. The method used in this research is quantitative descriptive. The sample size was 30 respondents using purposive sampling who met the inclusion criteria. The variable in this study is the lifestyle of families who have family members with hypertension. The research instrument used was the Suprapti (2020) instrument. An additional questionnaire was given, namely a stress management questionnaire. The results obtained from this research are: Coffee drinking habits (21%), Good eating patterns (60%), Stress management (67%), Smoking habits (87%), Physical activity (90%). The research results show that families with members suffering from hypertension tend to adopt a healthier lifestyle, such as maintaining a diet that is low in salt, doing regular physical activity, and avoiding stress. Obstacles faced by families include lack of knowledge about hypertension, limited time, and difficulty in changing unhealthy living habits. It can be concluded that the lifestyle of families suffering from hypertension in the UPT area of the Kepanjenkidul Health Center, Blitar City has good criteria. Future researchers are advised to examine the causes of adequate and insufficient family support.

Keywords: Lifestyle, Hypertension

KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT, karena atas berkah rahmat-Nya penulis dapat menyelesaikan karya tulis ilmiah ini dengan judul "Gaya Hidup Keluarga Yang Memiliki Anggota Keluarga Penderita Hipertensi Di UPTD Puskesmas Kepanjenkidul" yang disusun sebagai salah satu persyaratan untuk menyelesaikan pendidikan di Program Studi D3 Keperawatan Blitar Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang.

Dalam menyelesaikan karya tulis ilmiah ini, penulis tidak dapat bekerja sendiri melainkan banyak mendapatkan pengarahan dan bantuan dari berbagai pihak, maka melalui tulisan ini penulis menyampaikan ucapan terimakasih kepada:

1. Dr. Moh. Wildan, A. Per. Pen, M.Pd., selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kementrian Kemenkes Malang.
2. Dr. Erlina Suci Astuti, M.Kep, selaku Ketua Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang.
3. Wiwin Martiningsih, M.Kep., PhD.NS., selaku Ketua Program Studi D3 Keperawatan Blitar.
4. Dr. Ns. Sri Mugianti, S.Kep, M.Kep, selaku Dosen Pembimbing Utama yang telah memberikan bimbingan dan pengarahan dalam penyusunan karya tulis ilmiah.
5. Ns. Agus Khoirul Anam, M.Kep selaku Dosen Penguji yang berkenan memberikan saran dan dukungan kepada penulis dalam memperbaiki penyusunan karya tulis ilmiah ini.
6. Seluruh dosen dan staf pegawai di Kampus III Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang Program Studi D3 Keperawatan Blitar yang telah membantu peneliti dalam menyelesaikan karya tulis ilmiah ini.
7. Teristimewa kedua orang tua tercinta Ibu dan Almarhum Bapak yang sudah di surga, yang selalu ada setiap saat dari kecil hingga dewasa, memberikan kasih sayang dan dukungan doa selalu dalam menyelesaikan perkuliahan.
8. Kakak, nenek dan keponakan tersayang yang selalu memberi saran dan dukungan.

9. Teman-teman semua khususnya vara, lika, yeyen yang telah membantu dan selalu memberikan dukungan dan semangat di luar rumah atau di kampus.
10. Teman-teman SMA (Iza, Silfi, Ulya dan Lela) yang sudah memberikan doa dan dukungannya.
11. Terima kasih pula kepada pihak lain yang belum saya sebutkan satu persatu. Terima kasih banyak telah membantu dalam penyusunan karya tulis ilmiah ini.

Penulis menyadari bahwa karya tulis ilmiah ini masih jauh dari kata sempurna, oleh karena itu penulis mengharapkan kritik dan saran untuk perbaikan.

Blitar, 6 Juni 2024

Sagita Fitria Handayani

P17230213092

DAFTAR ISI

LEMBAR KEASLIAN TULISAN.....**Error! Bookmark not defined.**
LEMBAR PERSETUJUAN.....**Error! Bookmark not defined.**
LEMBAR PENGESAHAN.....**Error! Bookmark not defined.**
ABSTRAK..... v
ABSTRACT..... vi
KATA PENGANTAR..... vii
DAFTAR ISI..... ix
DAFTAR GAMBAR..... xii
DAFTAR TABEL..... xiii
DAFTAR LAMPIRAN..... xiv
BAB I..... 1
PENDAHULUAN..... 1
1.1. Latar Belakang..... 1
1.2. Rumusan Masalah..... 4
1.3. Tujuan Penelitian..... 4
1.4. Manfaat Penelitian..... 5
1.4.1. Bagi Peneliti..... 5
1.4.2. Bagi Institusi Pendidikan..... 5
1.4.3. Bagi Masyarakat..... 5
1.4.4. Bagi Peneliti selanjutnya..... 5
BAB II..... 6
TINJAUAN PUSTAKA..... 6
2.1. Tinjauan Umum Tentang Hipertensi..... 6
2.1.1. Gaya Hidup..... 6
2.2. Hipertensi..... 10
2.2.1. Definisi Hipertensi..... 10
2.2.2. Klasifikasi Hipertensi.....11
2.2.3. Pengukuran Tekanan Darah.....11
2.2.4. Penyebab Hipertensi..... 12
2.2.5. Gejala Hipertensi..... 16

2.2.6. Pencegahan Hipertensi 16
2.2.7. Pengobatan Hipertensi 16
2.3. Keluarga 19
2.3.1. Definisi Keluarga 19
2.3.2. Fungsi Keluarga 20
2.3.3. Konsep Peran Keluarga 21
2.3.4. Tugas Keluarga Dalam Bidang Kesehatan 21
2.4. Variabel Penelitian 23
2.5. Kerangka Konsep Penelitian 23
BAB III 25
METODOLOGI PENELITIAN 25
3.1. Jenis dan Desain Penelitian 25
3.2. Populasi, Sampel dan Sampling 25
3.2.1. Populasi 25
3.2.2. Sampel 25
3.2.3. Sampling 26
3.2.4. Variabel Penelitian 26
3.3. Definisi Operasional 27
3.4. Waktu dan Tempat Penelitian 32
3.4.1. Waktu 32
3.4.2. Tempat 32
3.5. Prosedur Penelitian 32
3.5.1. Instrumen Penelitian 32
3.5.2. Teknik Pengumpulan Data 33
3.7. Metode Pengolahan Data, Analisa Data, dan Penyajian Data 34
3.7.1. Pengolahan Data 34
3.7.2. Analisa Data 35
3.7.3. Penyajian Data 35
3.8. Etika Penelitian 35
BAB IV 37
HASIL DAN PEMBAHASAN 37
4.1. Hasil Penelitian 37
4.1.1. Gambaran Tempat Penelitian 37
4.1.2. Data Umum Responden 37

4.1.3. Data Khusus Responden 39
4.2. Pembahasan Penelitian 39
4.3. Keterbatasan Penelitian 42
BAB V 43
SIMPULAN DAN SARAN 43
5.1. Simpulan 43
5.2. Saran 44
5.2.1. Bagi Program Studi D3 Keperawatan Blitar 44
5.2.2. Bagi Pengelola Program UPT Puskesmas Kepanjenkidul Kota Blitar 44
5.2.3. Bagi Peneliti Selanjutnya 44
DAFTAR PUSTAKA 46

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.2 Kerangka Konsep 24

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Klasifikasi Hipertensi 11
Tabel 3.1 Definisi Operasional Penelitian 30
Tabel 4.1 Jenis Kelamin Responden 38
Tabel 4.2 Usia Responden 38
Tabel 4.3 Pekerjaan Responden 38
Tabel 4.4 Skor Gaya Hidup.....39

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Tabulasi Data Umum 49
Lampiran 2 Tabulasi Data Khusus 51
Lampiran 3 Row Data 56
Lampiran Data 4 Infomed Consent 57
Lampiran Data 5 Kuisioner 58
Lampiran 6 Lembar Konsultasi 62
Lampiran 7 Surat Izin Penelitian 64
Lampiran 8 Riwayat Hidup 65