



**HUBUNGAN GAYA HIDUP DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI PADA LANSIA DI  
DESA KERTASARI KECAMATAAN BANJARHARJO KABUPATEN BREBES**

**SKRIPSI**

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar  
Sarjana Keperawatan

**Oleh :**

**WARDAH HAMIDAH**

**010117A113**

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN**

**FAKULTAS KEPERAWATAN**

**UNIVERSITAS NGUDI WALUYO**

**2021**

## HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi berjudul :  
**HUBUNGAN GAYA HIDUP DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI PADA LANSIA DI  
DESA KERTASARI KECAMATAN BANJARHARJO KABUPATEN BREBES**

**Disusun Oleh :**  
**Wardah Hamidah**  
**010117A113**

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN  
FAKULTAS KEPERAWATAN  
UNIVERSITAS NGUDI WAALUYO**

Telah diperiksa dan disetujui oleh pembimbing dan telah  
diperkenankan untuk diujikan,

Ungaran, Februari 2021

**Pembimbing**



Ns. Yunita Galih Yudanari, S.Kep., M.Kep.

NIDN : 0612067802

**HALAMAN PENGESAHAN**

Skripsi berjudul :

**HUBUNGAN GAYA HIDUP DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI PADA  
LANSIA DI DESA KERTASARI KECAMATAN BANJARHARJO  
KABUPATEN BREBES**

Oleh :

**WARDAH HAMIDAH**

**010117A113**

Telah dipertahankan dan diujikan didepan Tim Penguji Skripsi  
Program Studi Keperawatan Universitas Ngudi Waluyo, pada :

Hari : Rabu

Tanggal : 24 Maret 2021

Tim Penguji:

**Ketua/Pembimbing Utama**

Ns. Yunita Galih Yudanari, S.Kep., M.Kep.  
NIDN. 0612067804

**Anggota/Penguji I**

Ns. Puji Purwaningsih, S.Kep., M.Kep.  
NIDN. 0613027601

**Anggota/Penguji II**

Ns. Mora Saparwati, S.Kep., M.Kep.  
NIDN. 0628127901

Mengetahui,

**Ketua Program Studi Keperawatan**

Ns. Umi Aniroh, S.Kep., M.Kes  
NIDN. 0614087402



Kosalina, S.Kp., M.Kes  
NIDN. 0621127102

## PERNYATAAN ORISINILITAS

Yang bertanda tangan di bawah ini saya,

Nama : Wardah Hamidah  
NIM : 010117A113  
Program Studi/ Fakultas : S1Keperawatan

Dengan ini menyatakan bahwa:

1. Skripsi/Karya Tulis Ilmiah berjudul “Hubungan Gaya Hidup Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia di Desa Kertasari **Kecamatan Banjarharjo Kabupaten Brebes**” adalah karya ilmiah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik apapun di Perguruan Tinggi manapun.
2. Skripsi/Karya Tulis Ilmiah ini merupakan ide dan hasil karya murni saya yang dibimbing dan dibantu oleh tim pembimbing dan narasumber.
3. Skripsi/Karya Tulis Ilmiah ini tidak memuat karya atau pendapat orang lain yang telah dipublikasikan kecuali secara tertulis dicantumkan dalam naskah sebagai acuan dengan menyebut nama pengarang dan judul aslinya serta dicantumkan dalam daftar pustaka
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila di kemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidak benaran di dalam pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah saya peroleh dan sanksi lain sesuai dengan norma yang berlaku di Universitas Ngudi Waluyo.

Brebes, Februari 2021

Yang Memberi Pernyataan



Wardah Hamidah

## HALAMAN KESEDIAN PUBLIKASI

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Wardah Hamidah

NIM : 010117A113

Program Studi: S1 Keperawatan

Menyatakan memberi kewenangan kepada Universitas Ngudiwaluyo untuk menyimpan media/formatkan, merawat, mempublikasi skripsi saya yang berjudul **“Hubungan Gaya Hidup Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia Di Desa Kertasari Kecamatan Banjarharjo Kabupaten Brebes”**

Brebes, Febuari 2021

vano memberi pernyataan



(Wardah Hamidah)

010117A113

## DAFTAR RIWAYAT HIDUP

### Data pribadi :

Nama: Wardah Hamidah

Tempat, Tanggal lahir : Brebes, 01 juli 2000

Jenis Kelamin : Perempuan

Agama : Islam

Alamat : Desa Kertasari, Kec. banjarharjo, Kab. Brebes

### Riwayat Pendidikan

1. SD Kertasari 01 : Lulus 2011
2. Mts ma'arif Nu 06 bandungsari : Lulus 2014
3. MAN 01 BREBES : Lulus 2017
4. Universitas Ngudiwaluyo : 2017 – Sekarang

### Data Orang Tua

Nama Ayah : Imron

Nama Ibu : Sariah

Kaka pertama : Nuryamah

Kaka kedua : Hamzah Tomirin

Pekerjaan : Wiraswasta

**Universitas Ngudi Waluyo**  
**Fakultas Keperawatan**  
**Program Studi S1 Keperawatan**  
**Skripsi, Maret 2021**  
**Wardah Hamidah**  
**010117A113**

**HUBUNGAN GAYA HIDUP DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI PADA LANSIA  
DIDESA KERTASARI KECAMATAN BANJARHARJO KABUPATEN BREBES**

**ABSTRAK**

**Latar Belakang :** Hipertensi adalah suatu keadaan dimana di jumpai peningkatan tekanan diastolik yang bernilai lebih dari 90 mmHg dan sistolik di atas 140 mmHg. Penyakit ini biasanya tidak disertai gejala (asimtomatik) ( Potter & Perry, 2009).

**Tujuan :** Mengetahui Hubungan gaya hidup dengan kejadian hipertensi pada lansia di desa kertasari kecamatan banjarharjo kabupaten brebes

**Metode :** Jenis penelitian kuantitatif dengan desain penelitian *case control* dan menggunakan kuesioner sebagai alat untuk pengumpulan data didapatkan 37 Responden dari semua masyarakat desa kertasari. Teknik pengambilan menggunakan purposive sampling Analisa data dengan menggunakan *Chi Square*

**Hasil :** Hasil penelitian menunjukkan terdapat 37 responden (59.5%) mempunyai pola makan yang baik, yang merokok ringan (59.5%), yang melakukan aktivitas fisik sedang (62.2%), dan yang mempunyai tingkat stress ringan (67.6%).

**Kesimpulan :** Ada hubungan yang signifikan antara gaya hidup dengan kejadian hipertensi pada lansia di desa kertasari kecamatan banjarharjo kabupaen brebes

**Saran :** Bagi penderita penyakit hipertensi terutama pada Lansia harus memperhatikan gaya hidup yang sehat dan selalu mengontrol tekanan darah dan menghindari factor-faktor yang dapat menyebabkan terjadinya penyakit hipertensi.

**Kata Kunci :** Gaya hidup, pola makan, merokok, aktivitas fisik, tingkat stress, hipertensi

**Ngudi Waluyo University Nursing**  
**Faculty S1 Nursing Study Program**  
**Thesis, march 2021**  
**Wardah Hamidah**  
**010117A113**

**LIFESTYLE RELATIONSHIP WITH HYPERTENSION EVENTS IN KERTASARI VILLAGE, BANJARHARJO SUB-DISTRICT BREBES DISTRICT**

**ABSTRACT**

**Background :** Hypertension is a condition where there is an increase in diastolic pressure that is more than 90 mmHg and systolic above 140 mmHg. The disease is usually( asymptomatic) ( Potter & Perry, 2009).

**Objective :** Knowing the relationship between lifestyle and the incidence of hypertension in the elderly in the kertasari village, banjarharjo sub-district, Brebes district

**Methods :** This type of quantitative research with a case control research design and using a questionnaire as a tool for data collection obtained 37 respondents from all of the kertasari village community. The sampling technique used purposive sampling. Data analysis used Chi Square.

**Results :** The results showed that there were 37 respondents (59.5%) who had a good diet, who smoked lightly (59.5%), who did moderate physical activity (62.2%), and who had mild stress levels (67.6%).

**Conclusion :** There is a significant relationship between lifestyle and the incidence of hypertension in the elderly in Kertasari village, banjarharjo sub-district, Brebes district.

**Keywords :** Lifestyle, diet, smoking, physical activity, stress levels, hypertension



## KATA PENGANTAR



Puji syukur penulis panjatkan kehadiran Tuhan Yang Maha Kuasa karena berkat, rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan Penelitian Skripsi dengan judul **”Hubungan Gaya Hidup Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia Di Desa Kertasari Kecamatan Banjarharjo Kabupaten Brebes”**. Dalam penyusunan

Skripsi ini penulis banyak mendapat bimbingan dan dukungan dari berbagai pihak, oleh karena itu pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih dan penghargaan yang setinggi-tingginya kepada yang terhormat :

1. Prof . Dr, Subyantoro ,M,Hum ., selaku Rektor Universitas Ngudiwaluyo Ungaran.
2. Rosalina ,S . Kep ., M.Kes., Selaku dekan fakultas keperawatan Universitas Ngudi Waluyo Ungaran.
3. Ns.Umi Aniroh ,S.Kep., M.Kes., Selaku kaprodi fakultas keperawatan Universitas Ngudiwaluyo
4. Ns. Yunita Galih Yudanari,S.Kep.,M.Kep.,Selaku dosen pembimbing yang telah sabar memberi bimbingan,memberi pengarahan,dan inspirasi sehingga skripsi dapat diselesaikan.
5. Semua Dosen Prodi S1 Keperawatan Universitas Ngudiwaluyo yang telah memberikan bimbingan dengan sabar dan wawasannya serta ilmu yang bermanfaat.
6. Kedua orangtua saya ibu sariah ,bapak imron dan kaka saya yang selalu menjadi inspirasi dan memberikan semangat untuk menyelesaikan pendidikan serta telah setiap hari memberikan doa agar mudah dalam kegiatan pendidikan.

7. Partner saya Putri Khunaezah yang telah membantu dan memberi motivasi penuh untuk tetap semangat untuk menyelesaikan tugas akhir.
8. Kakak tingkat saya yang selalu memberikan arahan untuk saya kak putu novi, kak sang ayu, mba una.
9. Sahabat Kiptia, Liya, Iim, Retno,Risa, Rania, putri,akhmad, ali,rina dan teman-teman Mahasiswa prodi S1 Universitas Ngudiwaluyo dan berbagai pihak yang tidak dapat disebutkan satu-persatu, yang telah memberikan dukungan moral dan spiritual.

Semoga studi kasus ini bermanfaat dan berguna untuk perkembangan ilmu dalam bidang keperawatan keperawatan, amin.

Brebes,Februari 2021

Penulis

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL .....	1
HALAMAN PERSETUJUAN.....	2
HALAMAN PENGESAHAN .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
PERNYATAAN ORISINILITAS .....	3
HALAMAN KESEDIAN PUBLIKASI .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
DAFTAR RIWAYAT HIDUP .....	6
ABSTRAK.....	7
ABSTRACT.....	8
KATA PENGANTAR .....	9
DAFTAR ISI.....	11
DAFTAR GAMBAR.....	14
DAFTAR LABEL.....	15
DAFTAR LAMPIRAN.....	16
BAB IPENDAHULUAN.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
A. Latar Belakang .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
B. Rumusan Masalah.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
C. Tujuan .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
D. Manfaat Penelitian .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
BAB IITINJAUAN PUSTAKA .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
A. Hipertensi <b>Error! Bookmark not defined.</b>	
1. Definisi Hipertensi .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2. Klasifikasi.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3. Faktor Resiko .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
4. Etiologi .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
5. Patofisiologi .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
6. ManifestasiKlinis .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
B. Gaya Hidup .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
1. Definisi Gaya Hidup.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2. Pengukuran Gaya Hidup .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3. Aspek-aspek Yang Berkaitan Dengan Gaya Hidup	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
<b>defined.</b>	
4. Dimensi Gaya Hidup.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>

C. Lansia.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
1. Definisi Lansia .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2. Karakteristik Lansia .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3. Tugas perkembangan Lansia.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
4. Teori Proses Menua.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
5. Ciri-ciri Lansia .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
6. Perubahan – perubahan pada lansia	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
D. Kerangka Teori .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
E. Kerangka Konsep.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
F. Hipotesis .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
A. Desain Penelitian .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
B. Lokasi dan Waktu Penelitian .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
C. Populasi dan Sample .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
D. Metode Pengambilan Sampel .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
E. Variabel Penelitian.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
F. Definisi Operasional .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
G. Pengumpulan Data .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
H. Etika Penelitian .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
I. Pengolahan Data .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
J. Analisis Data.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN .....</b>	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
A. Karakteristik Responden.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
1. Jenis Kelamin .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2. Usia pada lansia.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
B. Hasil Analisa Univariat.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
1. Pola Makan pada lansia.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2. Merokok pada lansia .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3. Aktivitas fisik pada lansia .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
4. Tingkat stress pada lansia.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
5. Tekanan Darah pada lansia .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
6. Gaya Hidup pada lansia.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
C. Analisis Bivariat.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
<b>BAB V PEMBAHASAN.....</b>	<b>Error! Bookmark not defined.</b>

A. Hasil analisa univariat.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
B. Hasil analisis Bivariat .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
C. Keterbatasan.....	65
<b>BAB VI PENUTUP .....</b>	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
A. Kesimpulan .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
B. Saran .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Teori ..... **Error! Bookmark not defined.**

Gambar 2.2 Kerangka Konsep ..... **Error! Bookmark not defined.**

## DAFTAR LABEL

- Tabel 2.1 Klasifikasi Tekanan Darah.....**Error! Bookmark not defined.**
- Tabel 3.1 Definisi Operasional .....**Error! Bookmark not defined.**
- Tabel 4.1 Distribusi berdasarkan jenis kelamin lansia di desa kertasari kecamatan banjarharjo kabupaten brebes.....**Error! Bookmark not defined.**
- Tabel 4.2 Distribusi berdasarkan usia lansia di desa kertasari kecamatan banjarharjo kabupaten brebes :.....**Error! Bookmark not defined.**
- Tabel 4.3 Distribusi frekuensi pola makan di desa kertasari kecamatan banjarharjo kabupaten brebes.....**Error! Bookmark not defined.**
- Tabel 4.4 Distribusi frekuensi merokok pada lansia di de sa kertasari kecamatan banjarharjo kabupaten brebes.....**Error! Bookmark not defined.**
- Tabel 4.5 Distribusi frekuensi aktivitas fisik pada lansia di desa kertasari kecamatan banjarharjo kabupaten brebes.....**Error! Bookmark not defined.**
- Tabel 4.6 Distribusi frekuensi tingkat stres pada lansia di desa kertasari kecamatan banjarharjo kabupaten brebes.....**Error! Bookmark not defined.**
- Tabel 4.7 Distribusi frekuensi tekanan darah pada lansia di desa kertasari kecamatan banjarharjo kabupaten brebes.....**Error! Bookmark not defined.**
- Tabel 4.8 Distribusi frekuensi gaya hidup pada lansia di desa kertasari kecamatan banjarharjo kabupaten brebes.....**Error! Bookmark not defined.**
- Tabel 4.9 Gambaran pola makan dengan kejadian hipertensi**Error! Bookmark not defined.**
- Tabel 4.10 Gambaran merokok dengan kejadian hipertensi**Error! Bookmark not defined.**
- Tabel 4.11 Gambaran aktivitas fisik dengan kejadian hipertensi**Error! Bookmark not defined.**
- Tabel 4.12 Gambaran tingkat stress dengan kejadian hipertensi**Error! Bookmark not defined.**

## **DAFTAR LAMPIRAN**

- Lampiran 1. Surat Permohonan Penelitian
- Lampiran 2. Surat Ijin Uji Validitas
- Lampiran 3. Surat Ijin Penelitian Kesbangpol
- Lampiran 4. Surat Penelitian Diknes
- Lampiran 5. Lembar Informed Consent
- Lampiran 6. Lembar Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 7. Kuesioner Penelitian
- Lampiran 8. Tabulasi Data Penelitian
- Lampiran 9. Hasil Penelitian
- Lampiran 10. Lembar Konsultasi