



**TINGKAT PENGETAHUAN DAN POLA HIDUP LANSIA DENGAN  
HIPERTENSI**

**SKRIPSI**

**OLEH :**

**ANGELA EVILINA BULU**

**NIM. 010115A014**

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN**

**FAKULTAS KEPERAWATAN**

**UNIVERSITAS NGUDI WALUYO**

**2022**

**Universitas Ngudi Waluyo**  
**Program Studi S1 Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan**  
**Skripsi, Januari 2022**  
**Angela Evilina Bulu**  
**010115A014**

## **TINGKAT PENGETAHUAN DAN POLA HIDUP LANSIA DENGAN HIPERTENSI**

### **ABSTRAK**

**Latar Belakang** : Pola hidup sehari-hari seperti mengonsumsi makanan yang tinggi garam, stres, merokok, jarang berolahraga, dan minum-minuman beralkohol menjadi pemicu timbulnya penyakit hipertensi. Pengetahuan yang baik tentang hipertensi akan mempermudah lansia melaksanakan pola hidup yang sehat yang dapat menurunkan tekanan darah, mencegah terjadinya hipertensi, meningkatkan efektivitas obat anti hipertensi dan menurunkan resiko terjadinya penyakit kardiovaskuler.

**Metode** : Penelitian ini merupakan jenis penelitian deskriptif korelatif, dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi semua lansia di Desa Nyatnyono Ungaran Barat Kabupaten Semarang yaitu sejumlah 297 lansia yang memiliki riwayat hipertensi. Sampel sebanyak 75 responden dengan teknik *purposive sampling* menggunakan uji korelasi *Chi Square*.

**Hasil** : Desa Nyatnyono Ungaran Barat Kabupaten Semarang memiliki tingkat pengetahuan tentang hipertensi dalam kategori kurang yaitu sebesar 36 responden (48%), sebagian besar responden memiliki pola hidup sehat yang baik yaitu sebesar 49 responden (65,3%), dan ada hubungan antara tingkat pengetahuan dan pola hidup lansia yang memiliki riwayat hipertensi (nilai *p-value* 0,000).

**Saran** : Hasil penelitian ini digunakan sebagai dasar pemahaman pengetahuan dan informasi bagi lansia mengenai hipertensi dan memfasilitasi lansia untuk menjaga pola hidup sehat sehingga lansia memiliki riwayat hipertensi bisa mengaplikasikannya dalam kehidupan sehari-hari.

**Kata Kunci** : Tingkat Pengetahuan, Pola Hidup, Lansia,

**Universitas Ngudi Waluyo  
Nursing Program, Faculty of Health  
Final Assignment, January 2022  
Angela Evilina Bulu  
010115A014**

## **LEVEL OF KNOWLEDGE AND LIFESTYLE OF ELDERLY WITH HYPERTENSION**

### **ABSTRACT**

**Background** : The pattern of daily living such as consuming high-sodium foods, getting stress, smoking, rarely exercising, and drinking alcoholic beverages can trigger hypertension. Good knowledge about hypertension will make it easier for the elderly people to carry out a healthy lifestyle that can reduce blood pressure, prevent hypertension, increase the effectiveness of antihypertensive drugs and reduce the risk of cardiovascular disease.

**Method** : This research was a descriptive correlative research type, with a cross sectional approach. The population of all elderly people in Nyatnyono Village, West Ungaran, Semarang Regency was a total of 297 elderly people who have a history of hypertension. The samples were 75 respondents with purposive sampling and technique using Chi Square statistical test.

**Result** : Nyatnyono Village, West Ungaran, Semarang Regency had a level of knowledge about hypertension in the less category, indicated by 36 respondents (48%), most of the respondents had a good healthy lifestyle as many as 49 respondents (65.3%), and there is a relationship between knowledge of hypertension and healthy lifestyle of the elderly who have a history of hypertension (p-value 0.000).

**Suggestion** : The results of this study are used as a basis for understanding knowledge and information for the elderly people about hypertension and facilitating the elderly people to maintain a healthy lifestyle so that the elderly people who have a history of hypertension can apply it in their daily life.

**Keyword** : Knowledge Level, Healthy Lifestyle, Elderly People,

**HALAMAN PERSETUJUAN**

Skripsi berjudul :

**HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN TENTANG HIPERTENSI  
TERHADAP POLA HIDUP SEHAT LANSIA DENGAN RIWAYAT  
HIPERTENSI DIDESA NYATNYONO UNGARAN  
BARAT KABUPATEN SEMARANG**

Oleh :

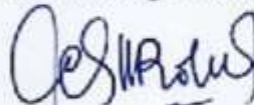
**ANGELA EVILINA BULU  
NIM. 010115A014**

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN  
FAKULTAS KESEHATAN  
UNIVERSITAS NGUDI WALUYO**

telah diperiksa dan disetujui oleh pembimbing dan telah  
diperkenankan untuk diujikan

Ungaran, Januari 2022

**Pembimbing Utama**



Ns. Zumrotul Choiriyah, S.Kep.,M.Kes  
NIDN. 0611067101

**LEMBAR PENGESAHAN**

Skripsi berjudul :

**TINGKAT PENGETAHUAN DAN POLA HIDUP LANSIA DENGAN HIPERTENSI**

**OLEH :**  
**ANGELA EVILINA BULU**  
**NIM. 010115A014**

Telah Dipertahankan di Depan Tim Penguji Proposa Skripsi Program Studi S1 Keperawatan Universitas Ngudi Waluyo, pada :

Hari :

Tanggal :



**Tim Penguji**  
**Ketua/Pembimbing Utama**

A blue ink signature of Ns. Zumrotul Choiriyah.

Ns. Zumrotul Choiriyah, S.Kep., M.Kes  
NIDN. 0611067101

**Anggota/Penguji**

A blue ink signature of Ns. Puji Purwaningsih.

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

**Anggota/Penguji**

A blue ink signature of Suwanti.

Suwanti, S.Kep., Ns., MNS  
NIDN. 0618127701

Mengesahkan  
Ketua Program Studi S1 Keperawatan

A blue ink signature of Ns. Umi Aniroh.

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

Mengesahkan  
Dekan Fakultas Kesehatan



Eke Susilo, S.Kep., Ns., M.Kep.  
NIDN. 0627097501

## DAFTAR RIWAYAT HIDUP

### Data Pribadi

Nama : Angela Evilina Bulu  
Tempat/Tanggal Lahir : Waikabubak, 16 Agustus 1996  
Jenis Kelamin : Perempuan  
Agama : Katolik  
Alamat : Manola Desa Tenateke 4/2 Kecamatan Wewewa  
Selatan Kab. Sumba Barat Daya  
Provinsi Nusa Tenggara Timur  
No Hp : 081215065932

### Riwayat Pendidikan

- a. SDK Manola Th Ajaran 2004-2009
- b. SMP Negeri 1 Wewewa Selatan Lulusan Tahun 2012
- c. SMA Negeri 1 Wewewa Selatan Lulusan Tahun 2015
- d. S1 Keperawatan Universitas Ngudi Waluyo 2022

## PERNYATAAN ORISINILITAS

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Angela Evilina Bulu

Nim : 010115A014

Mahasiswa : Program Studi S1 Keperawatan/Fakultas Keperawatan  
Universitas Ngudi Waluyo

Dengan ini Menyatakan bahwa :

1. Skripsi berjudul “ **Tingkat Pengetahuan Dan Pola Hidup Lansia Dengan Hipertensi** ” adalah karya ilmiah asli dan belum pernah di ajukan untuk mendapatkan gelar akademik apapun di perguruan Tinggi manapun.
2. Skripsi ini merupakan ide dan hasil karya murni saya yang di bimbing dan bantu oleh pembimbing dan narasumber.
3. Skripsi 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.

Ungaran, Januari 2022

Yang membuat pernyataan



(Angela Evilina Bulu)

## HALAMAN KESEDIAAN PUBLIKASI

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Angela Evilina Bulu  
NIM : 010115A014  
Mahasiswa : Program Studi S1 Keperawatan Fakultas Kesehatan  
Universitas Ngudi Waluyo

Menyatakan memberi kewenangan kepada Universitas Ngudi Waluyo untuk menyimpan, mengalih media/formatkan, merawat, mempublikasikan Skripsi saya yang berjudul “ **Tingkat Pengetahuan Dan Pola Hidup Lansia Dengan Hipertensi** ” untuk kepentingan akademik.

Ungaran, Januari 2022

Yang membuat pernyataan



Angela Evilina Bulu



## KATA PENGANTAR

Puji Syukur Peneliti Panjatkan Kehadirat Tuhan Yang Maha Esa atas segala berkat dan Rahmat serta kasih karunia-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini dengan judul “ **Tingkat Pengetahuan Dan Pola Hidup Lansia Dengan Hipertensi** ”.

Penulis menyadari bahwa Skripsi ini tidak dapat selesai tanpa kerja keras, semangat dan doa dari berbagai pihak. Penulis dengan segenap ketulusan dan kerendahan hati, ingin menyampaikan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Prof. Dr.Subyantoro, M.Hum, selaku Rektor Universitas Ngudi Waluyo.
2. Eko Susilo, S.Kep.,Ns.,M.Kep, selaku Dekan Fakultas Keperawatan Universitas Ngudi Waluyo.
3. Umi Aniroh, S.Kp., Ns.,M.Kes, selaku Kaprodi S1 Keperawatan Universitas Ngudi Waluyo.
4. Ns. Zumrotul Choriyah, S.Kep.,M.Kes selaku pembimbing utama yang telah banyak memberikan bimbingan,pemikiran,perhatian dan dukungan serta mengarahkan peneliti sehingga terselesainya skripsi ini.
5. Bapak Ibu dosen pengajar program studi S1 keperawatan Universitas Ngudi Waluyo yang telah memberikan ilmu yang bermanfaat.
6. Kedua orang tua dan adik-adik saya ( Bapak Yohanes Rina Bulu dan Ibu Maria Imakulata Lali, sandi ama, Helen, Polikarpus ) yang telah memberikan semangat, motivasi, dan doa selama ini agar dapat menyelesaikan skripsi ini.

7. Sahabat dekat saya (Kevyn dan Annas) yang selalu sabar mendengarkan keluh kesah peneliti serta tak henti-hentinya memberikan motivasi.
8. Teman-teman ( Baptisa, Desi, kakak Yuni, Venny, Marlisa ) yang membantu dan memberikan motivasi dan dukungan yang baik.
9. Semua pihak yang membantu dalam pelaksanaan penyusunan skripsi ini yang tidak bisa peneliti sebut satu persatu.

Peneliti menyadari masih banyak kekurangan dan keterbatasan dalam penyusunan skripsi ini dan diharapkan adanya saran dan kritik yang sifatnya membangun untuk perbaikan yang lebih baik.

Ungaran, Januari 2022

(Angela Evilina Bulu)

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
ABSTRAK.....	ii
<i>ABSTRACT</i> .....	iii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iv
DAFTAR RIWAYAT HIDUP.....	v
KATA PENGANTAR.....	vi
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR GAMBAR.....	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii
BAB IPENDAHULUAN	
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	4
C. Tujuan Penelitian.....	5
D. Manfaat Penelitian.....	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Tinjauan Teori .....	7
1. Pengetahuan.....	7
2. Hipertensi .....	12
3. Pola hidup sehat Lansia hipertensi.....	24

B. Kerangka Teori.....	34
C. Kerangka Konsep .....	35
D. Hipotesis Penelitian.....	35
<b>BAB III METODE PENELITIAN</b>	
A. Desain Penelitian .....	36
B. Lokasi Penelitian dan Waktu Penelitian.....	36
C. Populasi dan Sampel .....	36
D. Definisi Operasional.....	39
E. Prosedur Penelitian.....	40
F. Pengolahan Data.....	45
G. Analisa Data .....	47
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN</b>	
A. Gambaran obyek penelitian.....	49
B. Hasil dan Pembahasan .....	49
C. Keterbatasan.....	59
<b>BAB V PENUTUP</b>	
A. Kesimpulan.....	61
B. Saran .....	61
<b>DAFTAR PUSTAKA</b>	
<b>LAMPIRAN</b>	

## DAFTAR TABEL

Tabel 2.1	Klasifikasi tekanan darah menurut WHO, 2017 .....	12
Tabel 3.1	Definisi Operasional.....	39
Table 3.2	Kisi-kisi kuesioner tingkat pengetahuan tentang hipertensi.....	40
Table 3.3	Kisi-kisi kuesioner pola hidup sehat lansia hipertensi.....	41
Tabel 4.1	Gambaran Karakteristik Responden Lansia di Desa Nyatnyono Ungaran Barat Kabupaten Semarang .....	49
Tabel 4.2	Gambaran tingkat pengetahuan tentang hipertensi pada lansia di Desa Nyatnyono Ungaran Barat Kabupaten Semarang .....	50
Tabel 4.3	Gambaran pola hidup sehat lansia dengan riwayat hipertensi di Desa Nyatnyono Ungaran Barat Kabupaten Semarang .....	53
Tabel 4.4	Analisis hubungan tingkat pengetahuan tentang hipertensi terhadap pola hidup sehat lansia dengan riwayat hipertensi di Desa Nyatnyono Ungaran Barat Kabupaten Semarang .....	56

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Teori .....	34
Gambar 2.2 Kerangka Konsep .....	35

## **DAFTAR LAMPIRAN**

- Lampiran 1 Surat Permohonan izin Studi Pendahuluan
- Lampiran 2 Balasan Permohonan Studi Pendahuluan
- Lampiran 3 Surat permohonan Uji Validitas
- Lampiran 4 Surat Balasan Uji Validitas
- Lampiran 5 Surat permohonan izin Penelitian
- Lampiran 6 Cek Turnitin
- Lampiran 7 Lembar permohonan sebagai Responden
- Lampiran 8 Lembar Persetujuan Responden
- Lampiran 9 Kuesioner
- Lampiran 10 Hasil Data Penelitian
- Lampiran 11 Dokumentasi
- Lampiran 12 Lembar konsultasi

