



**HUBUNGAN GAYA HIDUP DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI
DI PUSKESMAS JIMBARAN**

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Mencapai Gelar
Sarjana Keperawatan (S.Kep)

Oleh :

UMMI KHABIBATUL FITRIANI

010116A083

PROGRAM STUDI S1KEPERAWATAN

FAKULTAS KEPERAWATAN

UNIVERSITAS NGUDI WALUYO

2020

Universitas Ngudi Waluyo Ungaran
Program Studi S1 Keperawatan
Skripsi, Februari 2020
Ummi Khabibatul Fitriani
10116A083

HUBUNGAN GAYA HIDUP DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI DI PUSKESMAS JIMBARAN

ABSTRAK

Penyakit hipertensi sangat dipengaruhi oleh gaya hidup yang tidak sehat, ada beberapa hal yang menyebabkan terjadinya hipertensi, diantaranya kebiasaan merokok, minum alkohol, pola makan (sering mengonsumsi banyak asin, manis, dan berlemak), kurang aktifitas fisik, dan keadaan stress. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk Mengetahui hubungan gaya hidup dengan kejadian hipertensi di puskesmas jimbaran.

Desain pada penelitian ini menggunakan observasi analitik, dengan menggunakan pendekatan *case control restpektif*. Populasi yang diteliti yaitu yang berobat di puskesmas jimbaran dengan jumlah sampel 87 orang kelompok kasus dan 87 orang kelompok kontrol. Teknik sampling yang digunakan adalah *accidental sampling*. Analisis data yang digunakan adalah *chi square*.

Hasil dari penelitian Sebagian besar responden di puskesmas jimbaran dengan gaya hidup biasa yaitu 121 responden (69,5%) (100%). Kejadian hipertensi pada responden di puskesmas jimbaran antara hipertensi dan tidak hipertensi dengan jumlah sama yaitu 84 responden (50%), hasil dari hubungan gaya hidup dengan kejadian hipertensi di puskesmas jimbaran terbesar yaitu untuk kelompok kasus (hipertensi) terbanyak dengan tingkat gaya hidup biasa 63 responden (52,1%), sedangkan untuk kelompok kontrol (tidak hipertensi) terbanyak tingkat gaya hidup biasa 58 responden (47,9%). Berdasarkan hasil uji *chi-square* di peroleh $p < 0,024$ ($\alpha \geq 0,05$) yang menunjukkan ada hubungan yang signifikan antara gaya hidup dengan kejadian hipertensi di puskesmas jimbaran

Disarankan kepada petugas puskesmas Jimbaran agar meningkatkan promosi kesehatan terkait pencegahan dan penanganan penyakit hipertensi di masyarakat puskesmas jimbaran

Kata Kunci : Gaya hidup, kejadian hipertensi.
Perpustakaan : (2009-2019)

Ngudi Waluyo University
Nursing Study Program
Final Assignment, February 2020
Ummi khabibatul fitriani
10116A083

The relationship between lifestyle and the incidence of hypertension in Jimbaran Community Health Center

ABSTRACT

Hypertension is highly influenced by an unhealthy lifestyle, there are several things that cause hypertension, including smoking, drinking alcohol, eating patterns (often consuming lots of salty, sweet, and fatty), lack of physical activity, and stressful conditions. The purpose of this study was to determine the relationship of lifestyle with the incidence of hypertension in Jimbaran Puskesmas.

The design in this study uses analytic observation, using a retrospective case control approach. The population studied was those seeking treatment at the Jimbaran Community Health Center with a sample of 87 cases and 87 people in the control group. The sampling technique used was accidental sampling. Analysis of the data used is chi square.

Results of the study Most respondents in the Jimbaran Community Health Center with an ordinary lifestyle were 121 respondents (69.5%) (100%). The incidence of hypertension among respondents in Jimbaran Puskesmas between hypertension and non-hypertension was equal to 84 respondents (50%), the result of a lifestyle relationship with the incidence of hypertension in the largest Jimbaran puskesmas, which was for the most cases (hypertension) group with the usual lifestyle level of 63 respondents (52.1%), while for the control group (not hypertension) most of the regular lifestyle levels were 58 respondents (47.9%). Based on the results of the chi-square test obtained $p = 0.024$ ($\alpha \geq 0.05$) which shows there is a significant relationship between lifestyle with the incidence of hypertension in Jimbaran Community Health Center.

It is recommended to Jimbaran puskesmas staff to increase health promotion due to prevention and management of hypertension in the community of Jimbaran puskesmas
fisik, stres, alkohol dan merokok (Suoth et al., 2014).

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi berjudul :

**HUBUNGAN GAYA HIDUP DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI
DI PUSKESMAS JIMBARAN**

Oleh :

UMMI KHABIBATUL FITRIANI

010116A083

PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
FAKULTAS KEPERAWATAN
UNIVERSITAS NGUDI WALUYO

Telah diperiksa dan disetujui oleh pembimbing dan telah
diperkenankan untuk diujikan


Ungaran, Februari 2020

Pembimbing Utama



Ns. Sukarno, S.Kep., M.Kep.
NIDN. 0624128204

Pembimbing Pendamping



Ns. Faridah Aini, S.Kep., M.Kep., Sp.KMB
NIDN. 0629037605

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi berjudul :

**HUBUNGAN GAYA HIDUP DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI
DI PUSKESMAS JIMBARAN**

Oleh :

UMMI KHABIBATUL FITRIANI

010116A083

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

Hari : Selasa

Tanggal : 18 Februari 2020

Tim Penguji:

Ketua/Pembimbing Utama




Ns. Sukarno, S.Kep., M.Kep.
NIDN. 0624128204

Anggota/Penguji



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

Anggota/Pembimbing Pendamping



Ns. Faridah Aini, S.Kep., M.Kep., Sp.KMB
NIDN. 0629037605

Mengetahui,

Ketua Program Studi Keperawatan



Ns. Faridah Aini, S.Kep., M.Kep., Sp.KMB
NIDN. 0629037605

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Data Pribadi:

Nama : Ummi Khabibatul Fitriani
Tempat, tanggal lahir : Rembang, 10 febuari 1997
Jenis Kelamin : Perempuan
Agama : Islam
Alamat : Pendok Rt 01/Rw 01 Ds Manggar Kec. Sluke
Kab. Rembang

Riwayat Pendidikan :

1. TK Kuncup Mekar : tahun 2005 - 2006
2. SDN 01 Manggar : tahun 2006 - 2011
3. SMPN 1 Sluke : tahun 2011 - 2013
4. SMK Sunan Drajat Lamongan : tahun 2013 – 2015
5. Universitas Ngudi Waluyo : tahun 2016 – sekarang

Data Orang Tua

Nama Ayah : Mukri
Nama Ibu : Sutini
Pekerjaan : Petani
Alamat : Pendok Rt 01/Rw 01 Ds Manggar Kec. Sluke Kab. Rembang

PERNYATAAN ORISINILITAS

Yang bertanda tangan di bawah ini saya,

Nama : Ummi Khabibatul Fitriani
NIM : 010116A083
Mahasiswa : Program Studi S1 Keperawatan Fakultas Keperawatan
Universitas Ngudi Waluyo

Dengan ini menyatakan bahwa:

1. Skripsi berjudul "**Hubungan Gaya Hidup dengan Kejadian Hipertensi di Puskesmas Jimbaran**" adalah karya ilmiah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik apapun di perguruan tinggi manapun.
2. Skripsi ini merupakan ide dan hasil karya murni saya yang dibimbing dan dibantu oleh tim 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 dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidak benaran di dalam penelitian 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, Februari 2020

Yang membuat pernyataan,



Ummi Khabibatul Fitriani

SURAT PERSETUJUAN EXPERT JUDGEMENT

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Rosalina , S.Kep., M.Kes

Dengan ini menyatakan bahwa lembar angket yang disusun untuk penelitian telah saya teliti, dalam rangka penyelesaian tugas akhir skripsi yang berjudul :

“HUBUNGAN GAYA HIDUP DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI DI PUSKESMAS JIMBARAN ”

Lembar angket tersebut disusun oleh :

Nama : ummi khabibatul fitriani

NIM : 010116A083

Telah disetujui dan layak digunakan sebagai instrument penelitian penyelesaian tugas akhir skripsi.

Demikian surat persetujuan ini dibuat agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Semarang, Januari 2020



Rosalina , S.Kep., M.Kes
NIDN.0621127102

KATA PENGANTAR

Segala puji syukur atas kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat, hidayat, serta karunia-Nya, shalawat serta salam semoga senantiasa tercurahkan kepada junjungan Nabi Muhammad SAW yang selalu kita nantikan syafa'atnya sehingga skripsi dengan judul “Hubungan Gaya Hidup dengan Kejadian Hipertensi di Puskesmas Jimbaran” ini dapat terselesaikan dengan baik. Keberhasilan penulis dalam menyelesaikan skripsi ini tidak lepas dari arahan dan bimbingan dari berbagai pihak. Oleh karena itu dalam kesempatan ini penulis ingin menyampaikan terimakasih kepada :

1. Prof. Dr. Subyantoro, M.Hum, selaku Rektor Universitas Ngudi Waluyo
2. Rosalina, S.Kep., M.Kes., selaku Dekan Fakultas Keperawatan Universitas Ngudi Waluyo
3. Ns. Sukarno, S.Kep., M.Kep., selaku pembimbing I yang telah banyak meluangkan waktu serta sabar membimbing, memberikan arahan serta motivasi kepada penulis dalam penyusunan skripsi ini.
4. Ns. Farida Aini, S.Kep., M.Kep., sp.KMB., selaku pembimbing II yang telah banyak meluangkan waktu serta sabar membimbing, memberikan arahan serta motivasi kepada penulis dalam penyusunan skripsi ini.
5. Dosen dan seluruh staf Universitas Ngudi Waluyo yang telah memberikan banyak ilmu yang bermanfaat dan memberikan arahan kepada penulis.
6. Kepada kedua orang tua saya Bapak Mukri dan Ibu Sutini, serta kakak saya moch lukman dan kakak M. Daenuri saya terimakasih untuk segala kasih sayang, dukungan dan doa untuk penulis
7. Kepada Abdul mufid terimakasih yang selalu kasih support, dukungan dan motivasinya
8. Terimakasih kepada temen-temen dan sahabatku, meli, widiyawati, nafa, eza, depong, eliya, niken dan neneng yang selalu support peneliti.
9. Kepada seluruh teman – teman seperjuangan PSIK angkatan 2016 yang telah memberikan dukungan serta motivasinya

10. Kepada seluruh keluarga IKMASDA Semarang yang selalu memberikan dukungan
11. Kepada mas dan mbk KKN Remountain yang selalu memberikan dukungan dan motivasinya
12. Kepada keluarga besar PSHT khususnya PSHT Universitas ngudi waluyo yang selalu memberikan dukungan
13. Dan kepada seluruh pihak yang telah banyak membantu penulis dalam penyusunan skripsi ini yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu.

Penulis menyadari dalam penyusunan skripsi ini masih jauh dari sempurna, oleh sebab itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun demi tercapainya kesempurnaan skripsi ini.

Ungaran, Februari 2020

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
ABSTRAK	ii
ABSTRACT	iii
HALAMAN PERSETUJUAN	iv
HALAMAN PENGESAHAN.....	v
DAFTAR RIWAYAT HIDUP.....	vi
PERNYATAAN ORISINILITAS.....	vii
HALAMAN KESEDIAAN PUBLIKASI	viii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar belakang.....	1
B. Rumusan masalah.....	5
C. Tujuan penelitian.....	6
D. Manfaat penelitian.....	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Hipertensi	8
1. Definisi	8
2. Klasifikasi hipertensi.....	8
3. Manifestasi klinis	8
4. Jenis hipertensi	10
5. Komplikasi hipertensi	11
6. Faktor Resiko Hipertensi.....	13
B. Gaya Hidup	19
1. Pengertian.....	19
2. Faktor-faktor yang mempengaruhi gaya hidup.....	20

3. Aspek-aspek yang berkaitan dengan gaya hidup	23
4. Tingkat gaya hidup.....	29
C. Kerangka Teori.....	31
D. Kerangka Konsep	32
E. Hipotesis.....	32
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Jenis dan desain penelitian	33
B. Tempat dan Waktu Penelitian	34
C. Subyek Penelitian.....	34
D. Variabel penelitian	36
E. Definisi Operasional.....	37
F. Teknik pengumpulan data	38
G. Etika Penelitian	42
H. Pengolahan data	43
I. Analisis Data	45
BAB IV HASIL PENELITIAN	
A. Analisis Univariat	47
B. Analisa Bivariat.....	49
BAB V PEMBAHASAN	
A. Analisa Univariat	50
B. Analisis Bivariat	60
C. Keterbatasan	65
BAB VI PENUTUP	
A. Kesimpulan	66
B. Saran.....	66
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.2 Kerangka Teori.....	31
Gambar 2.3 Kerangka Konsep.....	32
Gambar 3.1 Case Control	34

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1	Klarifikasi Hipertensi	8
Tabel 3.1	Definisi oprasional hubunga gaya hidup dengan kejadian hipertensi	37
Tabel 3.2	Instrumen kuesioner fantastic lifestyle.....	38
Tabel 4.1	Distribusi Frekuensi karakteristik gaya hidup dengan kejadian hipertensi di puskesmas jimbaran	47
Tabel 4.2	Distribusi Frekuensi Berdasarkan gaya hidup di puskesmas jimbaran.....	48
Tabel 4.3	Distribusi Frekuensi Berdasarkan kejadian hipertensi di puskesmas jimbaran	48
Tabel 4.4	Hubungan gaya hidup dengan kejadian hipertensi di puskesmas jimabran	49

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Surat Studi Pendahuluan
- Lampiran 2. Surat Balasan Studi Pendahuluan
- Lampiran 3. Surat izin penelitian dan mencari data
- Lampiran 4. Surat balasan izin penelitian dan mencari data
- Lampiran 5. Lembar Permohonan Menjadi Responden
- Lampiran 6. Lembar Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 7. Lembar Kuesioner
- Lampiran 8. Data tabulasi penelitian
- Lampiran 9. Hasil Penelitian
- Lampiran 10. Lembar Konsultasi
- Lampiran 11. Dokumentasi