



**SKRIPSI**

**HUBUNGAN GAYA HIDUP DENGAN  
PENYAKIT HIPERTENSI PADA LANSIA  
DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS KLATAKAN  
KABUPATEN JEMBER**

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar  
Sarjana Keperawatan

**Oleh:**

**Aslikhan  
16.1101.2065**

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JEMBER  
2018**

**SKRIPSI**

**HUBUNGAN GAYA HIDUP DENGAN  
PENYAKIT HIPERTENSI PADA LANSIA  
DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS KLATAKAN  
KABUPATEN JEMBER**

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat untuk Memperoleh Gelar  
Sarjana Keperawatan

**Oleh:**

**Aslikhan  
16.1101.2065**

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JEMBER  
2018**

## **PERNYATAAN PERSETUJUAN**

### **HUBUNGAN GAYA HIDUP DENGAN PENYAKIT HIPERTENSI PADA LANSIA DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS KLATAKAN KABUPATEN JEMBER**

Aslikhan  
NIM.1611012065

Skripsi ini telah diperiksa oleh pembimbing dan telah disetujui untuk dipertahankan dihadapan Tim Penguji Skripsi Program Studi S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember

Jember, Januari 2018

Pembimbing I

Ns. Supriyadi, S.Kep, M.Kes  
NIP. 19740425 200501 1 006

Pembimbing II

Ns. Cahya Tribagus Hidayat, S.Kep, M.Kes  
NIDN. 0717058603

## **PENGESAHAN**

### **HUBUNGAN GAYA HIDUP DENGAN PENYAKIT HIPERTENSI PADA LANSIA DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS KLATAKAN KABUPATEN JEMBER**

Aslikhan  
16.1101.2065

Dewan Penguji Ujian Skripsi Pada Program Studi S1 Keperawatan  
Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember

Jember, Januari 2018

Penguji,

1. Ketua : Ns Luh Titi Handayani, S.Kep, M.Kes. ( )  
NIDN. 0701077604
2. Penguji I : Ns. Supriyadi, S.Kep, M.Kes. ( )  
NIP. 19740425 200501 1 006
3. Penguji II : Ns. Cahya Tribagus Hidayat, S.Kep, M.Kes.( )  
NIDN. 0717058603

Mengetahui,

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan  
Universitas Muhammadiyah Jember

Ns. Awatiful Azza, M.Kep., Sp.Kep.Mat.  
NIDN. 19701213 2005 01 2001

## **PENGUJI SKRIPSI**

Dewan Penguji Ujian Skripsi Pada Program Studi S1 Keperawatan  
Fakultas Ilmu Kesehatan  
Universitas Muhammadiyah Jember

Jember, Januari 2018

Penguji I

(Ns Luh Titi Handayani, S.Kep, M.Kes)  
NIDN. 0701077604

Penguji II

(Ns. Supriyadi, S.Kep, M.Kes)  
NIP. 19740425 200501 1 006

Penguji III

(Ns. Cahya Tribagus Hidayat, S.Kep, M.Kes)  
NIDN. 0717058603

## LEMBAR PERSEMBAHAN

Alhamdulillah hirobbilalamin puji syukur kepada Allah SWT atas rahmat serta hidayahNya yang selalu memberikan kekuatan, kesabaran, kelancaran serta kemudahan dalam menyusun tugas akhir ini. Semua ini tidak terlepas dari segala bantuan do'a dan motivasi dari orang – orang yang saya sayangi, terima kasih kepada:

1. Ibunda Siti Amanah yang sangat saya cintai, terima kasih atas segala kasih sayang, motivasi, dukungan, dan do'a selama ini dan tidak bosan – bosannya memberikan semangat. Kesuksesan saya tidak akan terlepas dari do'a yang selalu ibu panjatkan setiap saat.
2. Istriku tercinta Tin Suhartini yang telah menjadi pendamping setia dan sabar menemani disetiap waktu serta selalu memberikan semangat , cinta dan kasih.
3. dr Megawati selaku Kepala UPT Puskesmas Klatakan dan teman sejawat yang telah membantu terlaksananya penelitian ini yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu.
4. Dina Alfarista atas bimbingannya dalam mengerjakan tugas akhir dan pengolahana data SPSS serta motivasinya sehingga tugas akhir ini selesai tepat pada waktunya.
5. Segenap guru di TK Darma Wanita Karangrejo, SDN 1 Karangrejo, SMPN 1 Tulungagung, SPK Depkes Kediri, dosen D3 Keperawatan Unmuh Surabaya dan seluruh dosen serta Staf karyawan Program Studi Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Muhamdiyah Jember.

## MOTTO

*Belajarlah Mengalah sampai tak seorangpun yang bisa mengalahkanmu  
Belajarlah merendah sampai tak seorangpun bisa merendahkanmu*

*Rosululloh Bersabda :*

*Belajarlah ilmu, Sebab belajar ilmu karena Allah itu merupakan salah satu bukti  
takut kepadaNya.*

*Menuntutnya adalah ibadah, mendiskusikannya adalah tasbih, membahasnya  
adalah jihad, mengajarkannya kepada keluarga adalah sebagai pendekatan diri  
kepada Allah karena ilmu itu memberi tahu halal dan haram, dan menara jalan  
penghuni surga.*

*(Hadist riwayat Muadz bin Jabal).*

*Hai orang-orang yang beriman,  
Jadikanlah sabar dan sholatmu sebagai penolongmu,  
Sesungguhnya Allah beserta orang-orang yang sabar. (QS. Al-Baqarah : 153)*

## KATA PENGANTAR

Alhamdulillah, Puji syukur peneliti panjatkan kehadirat Allah SWT, yang senantiasa memberikan rahmat dan hidayah-Nya. Hanya karena kehendak Allah SWT, akhirnya peneliti dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Hubungan Gaya hidup dengan Penyakit Hipertensi pada Lansia di wilayah kerja Puskesmas Klatakan Kabupaten Jember ”. Skripsi ini disusun guna memenuhi syarat untuk menyelesaikan pendidikan S1 Keperawatan di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember.

Peneliti merasa bahwa selesainya skripsi ini karena bimbingan, bantuan dan dorongan dari banyak pihak, maka pada kesempatan ini perkenankan peneliti untuk menyampaikan terimakasih dan penghargaan yang setinggi-tingginya kepada yang terhormat:

1. Dr. Ir. M. Hazmi, DESS selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Jember.
2. Ns. Awatiful Azza M.Kep., Sp.Kep.Mat., selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember.
3. Sasmiyanto, S.Kep., Ns., M.Kes., selaku Ketua Program Studi S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember.
4. Ns. Supriyadi, S.Kep, M.Kes, selaku Pembimbing I yang telah banyak meluangkan waktu, tenaga dan pikiran dalam membimbing dan memberikan pengarahan dalam menyusun skripsi ini.
5. Ns. Cahya Tribagus Hidayat,. S.Kep, M.Kes., selaku dosen pembimbing II dalam penelitian ini, yang telah membimbing dengan penuh keikhlasan dan sabar sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik.



6. Teman- teman mitra kerja di Puskesmas Klatakan.
7. Teman- teman mahasiswa Program Studi S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember yang telah memberikan motivasi dalam penyusunan skripsi ini.

Dalam penyusunan skripsi ini, peneliti menyadari masih jauh dari sempurna, untuk itu peneliti sangat mengharap kritik dan saran yang sifatnya membangun demi kesempurnaan skripsi ini. Semoga penelitian ini dapat bermanfaat bagi perkembangan ilmu pengetahuan, khususnya di bidang keperawatan.

Jember, Januari 2018

Peneliti

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL .....	i
PERNYATAAN PERSETUJUAN .....	ii
LEMBAR PENGESAHAN .....	iii
LEMBAR PENGUJI SKRIPSI .....	iv
KATA PENGANTAR .....	v
DAFTAR ISI.....	vii
DAFTAR BAGAN .....	ix
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR LAMPIRAN .....	xi
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang .....	1
B. Perumusan Masalah .....	6
C. Tujuan Penelitian .....	6
D. Manfaat Penelitian .....	7
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....</b>	<b>9</b>
A. Konsep Hipertensi.....	9
B. Konsep Gaya Hidup .....	24
C. Konsep Lansia.....	29
D. Hubungan Hipertensi dengan Gaya Hidup .....	32
E. Penelitian Terkait .....	35
<b>BAB III KERANGKA KONSEP .....</b>	<b>36</b>
A. Kerangka Konseptual .....	36
B. Hipotesis .....	37
<b>BAB IV METODOLOGI PENELITIAN .....</b>	<b>38</b>
A. Desain Penelitian .....	38
B. Populasi, Sampel dan Sampling .....	38

C. Definisi Operasional .....	40
D. Tempat Penelitian .....	42
E. Waktu Penelitian .....	42
F. Etika Penelitian .....	42
G. Alat Pengumpul Data .....	44
H. Prosedur Pengumpulan Data .....	45
I. Analisis Data .....	46
<b>BAB V HASIL PENELITIAN .....</b>	<b>49</b>
A. Data Umum.....	49
B. Data Khusus .....	51
<b>BAB VI PEMBAHASAN .....</b>	<b>53</b>
A. Interpretasi dan Diskusi Hasil .....	53
B. Keterbatasan Peneliti .....	63
C. Implikasi Keperawatan .....	64
<b>BAB VII KESIMPULAN DAN SARAN.....</b>	<b>67</b>
A. Kesimpulan .....	67
B. Saran .....	67
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>70</b>
<b>LAMPIRAN</b>	

## DAFTAR BAGAN

Bagan 3.1 Kerangka Konsep.....	36
--------------------------------	----

## DAFTAR TABEL

Tabel 4.1 Definisi Operasional .....	41
Tabel 5.1 Distribusi Responden berdasarkan Usia .....	49
Tabel 5.2 Distribusi Responden berdasarkan Jenis Kelamin.....	50
Tabel 5.3 Distribusi Gaya Hidup .....	50
Tabel 5.4 Distribusi Kejadian Hipertensi pada Lansia .....	51
Tabel 5.5 Hubungan antara Gaya hidup dengan Hipertensi .....	51

## **DAFTAR LAMPIRAN**

Lampiran 1 *Informed Consent*

Lampiran 2 Lembar Kuesioner

Lampiran 3 Surat Pengantar Pengambilan Data Dekan Fikes Unmuh Jember

Lampiran 4 Ijin Pengambilan Data Dari Bankespol

Lampiran 5 Ijin Pengambilan Data Awal dari Dinas Kesehatan Kabupaten Jember

Lampiran 6 Surat Pengantar Ijin Penelitian Dari Dekan Fikes Unmuh Jember

Lampiran 7 Ijin Penelitian Dari Bankespol

Lampiran 8 Ijin Penelitian dari Dinas Kesehatan Kabupaten Jember

Lampiran 9 Surat Keterangan Telah Melakukan Penelitian dari Puskesmas

Klatakan

Lampiran 10 Konsultasi Proposal

Lampiran 11 Surat Pernyataan Keabsahan Penelitian

Lampiran 12 Daftar Riwayat Hidup

## DAFTAR PUSTAKA

- Ardiansyah. 2012. *Medikal Bedah*. Yogyakarta: Diva Press
- Arikunto, Suharsimi. 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Arnilawaty. 2007. *Hipertensi dan Faktor Risikonya dalam Kajian Epidemiologi Bagian Epidemiologi FKM UNHAS* [http://www.CerminDuniaKedokteran.com/index.php?option=com\\_content&task=view&id=38&Itemid=12](http://www.CerminDuniaKedokteran.com/index.php?option=com_content&task=view&id=38&Itemid=12) [diakses tanggal 22 Juli 2017]
- Aisyiyah, Farida Nur. (2009). *Jurnal faktor resiko hipertensi pada empat Kabupaten/Kota dengan prevalensi hipertensi tertinggi di Jawa dan Sumatera*. Ejournal [diakses tanggal 11 agustus 2017]
- Arisman. 2009. *Gizi dalam Daur Hidup*. Jakarta: EGC
- Ariyanti, N. 2008. *Hubungan Asupan Natrium dengan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi Primer (Essensial)*. Sumatera Utara: Tidak Dipublikasikan.
- Artiyaningrum, B. 2015. *Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Hipertensi tidak terkontrol pada Penderita yang Melakukan Pemeriksaan Rutin di Puskesmas KedungMundu Kota Semarang*. Skripsi: Tidak dipublikasikan
- Azwar, Saifuddin. 2009. *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Belajar Offset
- Benson. 2012. *Menurunkan Tekanan Darah*, Gramedia, Jakarta
- Bustan. 2007. *Epidemiologi Penyakit tidak Menular*. Jakarta: Rineka Cipta
- Cortas. 2008. *Hypertension* <http://www.emedicine.com> [diakses tanggal 15 Juli 2016]
- Depkes RI. 2012. *Kondisi Fisik Kurang Gerak dan Pengukuran*. Media Litbang Kesehatan Volume XII Nomor 1 [diakses tanggal 13 Juli 2017]
- Depkes RI. 2008. *Profil Kesehatan Indonesia*. Jakarta: Depkes RI
- Depkes RI. 2008. *Laporan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas)*. 2007. Jakarta: Depkes RI

- Depkes RI. 2011. Laporan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas). 2007. Jakarta: Depkes RI
- Dinas Kesehatan Kabupaten Jember. 2016. *Jumlah Kejadian Hipertensi di Kabupaten Jember Tahun 2016*. Jember: Tidak Dipublikasikan.
- Fadem. 2009. *Why does salt cause high blood pressure?* <http://www.aakp.org/aakp-library/why-does-salt-cause-high-blood-pressure-> [diakses tanggal 20 Juli 2017].
- Fatmah. 2010. *Gizi Lanjut Usia*. Jakarta: Erlangga
- Irfan. 2008. *Hipertensi: Faktor Risiko & Penatalaksanaannya* <http://www.Pjnhk.go.id/content/view/1372/31/> [diakses tanggal 20 Juli 2017].
- Kotler, Philip dan Kevin L. Keller. 2009. *Manajemen Pemasaran*. Edisi Ketiga Belas. Jilid 1. Terjemahan Bob Sabran.
- Kumar. 2015. *Hypertensive Vascular Disease (Dalam Robin and Cotran Pathologic Basis of Disease, 7th edition)*. Philadelphia: elsevier Saunders.
- Listyorini, S. 2012. Analisis Faktor-Faktor Gaya Hidup dan Pengaruhnya terhadap Pembelian Rumah Sehat Sederhana. *Ejurnal Administrasi Bisnis* Volume 1 [diakses tanggal 2 Agustus 2017]
- Mahmudah, et al. 2015. Hubungan Gaya Hidup Dan Pola Makan dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia di Kelurahan Sawangan Baru Kota Depok. *Depok: ejournal biomedika* Vol 7 No. 2. [diakses tanggal 10 Januari 2018]
- Muis, 2008. *Gizi Pada Usia Lanjut*. Di dalam: Matrono H. H & Boedhi-Darmojo R, editor. *Buku Ajar Geriatri: Ilmu Kesehatan Usia Lanjut*. Jakarta: Balai Penerbit FK UI hlm.
- Nasution. Tanpa tahun. Teknik Sampling. Sumatera Utara [serial online]. <http://library.usu.ac.id/download/fkm/fkm-rozaini.pdf> [diakses 4 Oktober 2013].
- National Academy on an Ageing Society. 2000. *Hypertension: a common condition for Older Americans*. National Academy on an Ageing Society [diakses tanggal 17 Juli 2017]
- Ningsih, E. 2010. *Perilaku Konsumen: Pengembangan Konsep dan Praktek dalam Pemasaran*. Kudus: Nora Media Enterprise
- Nisa. 2012. *Ajaibnya Terapi Herbal Tuntas Penyakit Darah Tinggi*. Jakarta: Rineka Cipta



- Notoatmodjo. 2007. *Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku*. Jakarta : Rineka Cipta
- Notoatmodjo, S. 2010. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Pradeka.2012. *Studi Simulasi Uji Koefisiensi Korelasi Spearman Dan Kendall Dari Sampel Yang Dibangkitkan Berdasarkan Estimasi Densitas KernelMultivariat*. (serial online ). <http://eprints.uny.ac.id/7480/1/S4-Rangga%20Pradeka,%20Adi%20Setiawan,%20Lilik%20Linawati.pdf> (diakses 12 Agustus 2017).
- Purwanti, A. 2016. Hubungan Gaya Hidup dengan Kejadian Penyakit Cholelithiasis di Ruang Rawat Inap RSI Surakarta. Naskah Publikasi [diakses tanggal 12 Agustus 2017]
- Puspitasari. 2011. *Keragaan Konsumsi Pangan, Status Kesehatan, Tingkat Depresi Dan Status Gizi Lansia Peserta dan Bukan Peserta Program Home Care Di Tegal Alur, Jakbar*. Jurnal IPB Bogor
- Rachmawati, Y, D. 2013. *Hubungan Gaya Hidup dengan Kejadian Hipertensi pada Usia Dewasa Muda di Desa Pondok Kecamatan Nguter Kabupaten Sukoharjo*. Skripsi: Tidak diterbitkan
- Ridwan and Nurwanti. 2013. *Gaya Hidup dan Hipertensi pada Lanjut Usia di Kecamatan Kasihan Bantul Yogyakarta*. Journal Ners and Midwifery Indonesia [diakses 7 agustus 2017]
- Sastroasmoro, Sudigdo & Ismael, Sofyan. 2010. *Dasar-dasar Metodologi Penelitian Klinis*. Edisi 3. Jakarta: Sagung Seto.
- Sediaoetama (2008), *Ilmu Gizi*, Jakarta Timur: Dian Rakyat
- Setiadi. 2007. *Konsep & Penulisan Riset Keperawatan*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Setiadi. 2010. *Perilaku Konsumen*. Jakarta: Kencana
- Setiawan. 2007. Penentuan Ukuran Sampel Memakai Rumus Slovin dan Tabel Krejcie-Morgan: Telaah Konsep dan Aplikasinya. [serial online]. [http://pustaka.unpad.ac.id/wpcontent/uploads/2009/03/penentuan\\_ukuran\\_sampel\\_memakai\\_rumus\\_slovin.pdf](http://pustaka.unpad.ac.id/wpcontent/uploads/2009/03/penentuan_ukuran_sampel_memakai_rumus_slovin.pdf) [diakses 14 Oktober 2013].
- Sharma. 2008. *Hypertension* <http://www.emedicine.com> [diakses tanggal 15 Juli 2017].
- Sudartinah. 2012. Hubungan pola makan, gaya hidup dan status gizi pada pralansia dan lansia dengan hipertensi di kelurahan kejiwaan

- kec.wonosobo kab.wonosobo tahun 2012, Skripsi Paska Sarjana, Universitas Indonesia Depok
- Sugiyono. 2010. *Statistika untuk Penelitian*. Bandung: Penerbit Alfabeta
- Sutanto. 2010. *Cegah dan Tangkal Penyakit Modern*. Yogyakarta: Andi
- Suoth, et.al. 2014. *Hubungan Gaya Hidup dengan Kejadian Hipertensi di Puskesmas Kolongan Kecamatan Kalawat Kabupaten Minahasa Utara. Ejournal Keperawatan Volume 2*. [diakses tanggal 17 agustus 2017]
- Suyatno. 2013. Menghitung Besar Sampel Penelitian Kesehatan Masyarakat <http://mufusai.files.wordpress.com/2013/04/menghitung-besar-sampel-penelitian.pdf>. [diakses 11 Juli 2017].
- Triwinarto, et al. 2012. *Cut-Off Point Indeks Massa Tubuh (IMT) dan Lingkar Perut sebagai Indikator Risiko Diabetes dan Hipertensi pada Orang Dewasa di Indonesia*. Panel Gizi makan [diakses tanggal 10 Agustus 2017]
- Widyaningrum. 2012. Hubungan antara Konsumsi Makanan dengan Kejadian Hipertensi pada Lansia. Jember: tidak dipublikasikan
- WHO. 2005/2010. Physical Activity. WHO website <Http://Www.Who.Int/Topics/Physical/Activity/En/>. [Diakses Tanggal 18 Agustus 2017]
- Yogiantoro. 2006. *Hipertensi Esensial dalam Buku Ajar Ilmu Penyakit Dalam Jilid I Edisi IV*. Jakarta: FKUI.
- Yuniastuti. 2007. *Gizi dan Kesehatan*. Semarang: Graha Ilmu
- Vilareal. 2008. *Hypertension. A Wiley Medical Publication*. <http://MedicineNet.com> [11 Juli 2017].