

**KARYA TULIS ILMIAH**

**GAMBARAN PELAKSANAAN DIET HIPERTENSI PADA PASIEN  
HIPERTENSI DI PUSKESMAS BANTUL I YOGYAKARTA**

**Diajukan untuk Memenuhi Sebagian Syarat Memperoleh Derajat Sarjana  
Keperawatan pada Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan  
Universitas Muhammadiyah Yogyakarta**



**Disusun Oleh :**

**SIRLI AGUSTIANI**

**20140320108**

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN  
FAKULTAS KEDOKTERAN DAN ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH YOGYAKARTA**

**2018**

## PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Sirli Agustiani

NIM : 20140320108

Program Studi : Ilmu Keperawatan

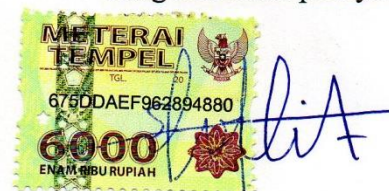
Fakultas : Kedokteran dan Ilmu Kesehatan

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa karya tulis ilmiah yang saya buat ini benar-benar merupakan hasil dari karya saya sendiri dan belum diajukan dalam bentuk apapun kepada perguruan tinggi manapun. Semua informasi yang berasal atau dikutip dari karya yang diterbitkan maupun tidak diterbitkan dari penulis lain telah disebutkan dalam daftar pustaka dibagian akhir karya tulis ilmiah ini.

Apabila dikemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan bahwa karya tulis ilmiah ini merupakan suatu plagiat atau tiruan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan saya tersebut.

Yogyakarta, 28 Mei 2018

Yang membuat pernyataan,



Sirli Agustiani

## HALAMAN MOTTO

Lakukan yang terbaik selagi masih diberikan nikmat hidup oleh Allah

*(Do the Best, Be the Best, For the Best).*

“Dan janganlah kamu berputus asa dari rahmat Allah. Sesungguhnya tiada berputus asa dari rahmat Allah melainkan orang-orang yang kufur (terhadap karunia Allah).” (Q.S. Yusuf: 87).

Kecerdasan bukanlah tolak ukur kesuksesan, tetapi dengan menjadi cerdas kita bisa menggapai kesuksesan.

*(Intelligence is not the measurement, but intelligence support all)..*

Belajarlah dari kesalahan di masa lalu, mencoba dengan cara yang berbeda, dan selalu berharap untuk sebuah kesuksesan di masa depan

*(Learn from the mistakes in the past, try by using a different way, and always hope for a successful future)*

## **HALAMAN PERSEMBAHAN**

Karya Tulis Ilmiah ini saya persembahkan kepada:

1. Dengan mengucapkan rasa syukur Alhamdulillah, kehadiran Allah SWT yang telah memberikan kelancaran, kemudahan dan nikmat sehat sehingga saya dapat menyelesaikan karya tulis ilmiah ini dengan lancar.
2. Ayahanda Rusli dan Ibu Siti Hodijah, yang selalu memberikan motivasi, mendoakan dan memberikan kasih sayangnya kepada saya sehingga saya bisa menyelesaikan penelitian ini.
3. Kakak saya Sri Wahyuni dan suami, Wahyu Kurniawan dan istri, Imam Ghozali, keponakan saya, dan keluarga besar yang ikut mendoakan dan memotivasi saya.
4. Teman-teman yang selalu membantu dalam penelitian saya.

## KATA PENGANTAR



*Assalamualaikum wr.wb,*

Alhamdulillahirobbil'alamin, segala puji dan syukur kepada Allah SWT berkat rahmat, hidayah dan karunia-Nya kepada kita semua sehingga kita diberikan kesehatan dan peneliti dapat menyelesaikan karya tulis ilmiah dengan judul "*Gambaran Pelaksanaan Diet Hipertensi pada Pasien Hipertensi di Puskesmas Bantul I Yogyakarta*" dengan lancar tanpa hambatan apapun. Shalawat dan salam semoga senantiasa tercurahkan atas junjungan kita Nabi Muhammad SAW yang telah membawa kita dari zaman jahiliyah menuju zaman islamiah.

Penulis menyadari dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini tidak akan selesai tanpa adanya bantuan dari berbagai pihak. Pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Dr. dr. Wiwik Kusumawati, M. Kes selaku Dekan Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.
2. Shanti Wardaningsih, M.Kep., Ns., Sp.Kep Jiwa selaku Kepala Program Studi Ilmu Keperawatan yang telah memberikan kesempatan dalam menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah.
3. Erfin Firmawati, S.Kep., Ns., MNS selaku Dosen Pembimbing Penelitian yang telah banyak memberikan bimbingan dan dorongan untuk menyelesaikan karya tulis ini.
4. Yanuar Primanda, S.Kep., Ns., MNS selaku Dosen Penanggung Jawab Karya Tulis Ilmiah dan selaku Dosen penguji telah bersedia menyempatkan waktu dan memberikan saran demi kebaikan selama proses penelitian.
5. Ambar Relawati, S.Kep., Ns., M.Kep selaku Dosen Pembimbing Akademik yang telah memberikan semangat, dukungan dan saran kepada penulis.
6. Segenap Dosen, Staf Pengajar, Tata Usaha, dan Perpustakaan atas kontribusinya dalam pengembangan keilmuan peneliti.

7. Bapak Rusli dan Ibu Siti Hodijah, mbak Sri Wahyuni, abang Imam Ghozali dan Wahyu Kurniawan, keponakan Ghaisan Geoffariq Asyam dan Azarin, suami dan istri dari kakak, adik Dani, seluruh keluarga atas doa, bimbingan, kasih sayang, serta memberikan motivasi kepadaku.
8. Semua pihak baik yang dekat maupun yang jauh yang tidak bisa disebutkan satu-persatu atas segalanya demi selesainya amanah studi peneliti. Jazakumullahi khoiron katsir.

Tiada daya dan kekuatan kecuali dengan pertolongan Allah. Penulis menyadari bahwa penelitian ini jauh dari sempurna, banyak kekurangan dan kesalahan yang tidak lepas dari terbatasnya kemampuan dan pengetahuan dari penulis. Kritik dan saran yang bersifat membangun sangat penulis harapkan. Semoga karya tulis ini dapat digunakan sebagaimana mestinya dan bermanfaat bagi pembaca.

*Wassalamualaikum wr.wb.*

Yogyakarta, 28 Mei 2018

Sirli Agustiani

## DAFTAR ISI

Halaman

HALAMAN SAMPUL .....	i
HALAMAN PENGESAHAN KTI.....	ii
PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN .....	iii
HALAMAN MOTTO.....	iv
HALAMAN PERSEMBAHAN .....	v
KATA PENGANTAR .....	vi
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR GAMBAR.....	xi
DAFTAR SINGKATAN .....	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
INTISARI .....	xiv
ABSTRACT.....	xv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah.....	6
C. Tujuan Penelitian .....	7
D. Manfaat Penelitian .....	7
E. Keaslian Penelitian.....	9
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	12
A. Hipertensi .....	12
1. Pengertian Hipertensi.....	12
2. Klasifikasi Hipertensi.....	12
3. Tanda dan Gejala Hipertensi.....	13
4. Komplikasi Hipertensi .....	14
5. Penatalaksanaan Hipertensi.....	16
B. Diet Hipertensi .....	21
1. Pengertian Diet Hipertensi .....	21
2. Tujuan Diet Hipertensi.....	21
3. Jenis Diet Hipertensi .....	21
4. Faktor yang Mempengaruhi Penatalaksanaan Diet Hipertensi .....	28
C. Kerangka Teori .....	30

D. Kerangka Konsep.....	31
BAB III METODE PENELITIAN .....	32
A. Desain Penelitian .....	32
B. Populasi dan Sampel Penelitian .....	32
C. Lokasi dan Waktu Penelitian .....	33
D. Variabel Penelitian.....	34
E. Definisi Operasional .....	34
F. Instrumen Penelitian .....	35
G. Cara Pengumpulan Data.....	38
H. Uji Validitas dan Reliabilitas .....	42
I. Pengolahan dan Metode Analisa Data .....	45
J. Etika Penelitian .....	49
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....	51
A. Deskripsi Lokasi Penelitian .....	51
B. Hasil Penelitian .....	52
1. Karakteristik Responden.....	52
2. Pelaksanaan Diet Rendah Garam dan Rendah Lemak Pada Penderita Hipertensi .....	55
C. Pembahasan.....	58
1. Karakteristik responden .....	58
2. Pelaksanaan Diet Rendah Garam dan Diet Rendah Lemak pada Pasien Hipertensi.....	67
D. Keterbatasan dan Kekuatan Penelitian.....	73
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	75
A. Kesimpulan .....	75
B. Saran .....	76
DAFTAR PUSTAKA .....	78
LAMPIRAN.....	89



## DAFTAR TABEL

### Halaman

Tabel 2. 1 Kategori tekanan darah berdasarkan <i>American Heart Association</i> .....	12
Tabel 2. 2 Pengaturan Diet DASH dengan kalori 2.000 per hari.....	26
Tabel 2. 3 Pengaturan diet dengan kebutuhan kalori 1.600, 2.600, 3.100 per hari.....	27
Tabel 3. 1 Definisi Operasional .....	34
Tabel 3. 2 Kisi-kisi Kuesioner dengan metode <i>Diet Recall</i> pelaksanaan diet hipertensi..	36
Tabel 3. 3 <i>Skoring</i> Kuesioner Pelaksanaan Diet Rendah Garam .....	37
Tabel 3. 4 <i>Skoring</i> Kuesioner Pelaksanaan Diet Rendah Lemak.....	38
Tabel 3. 5 Analisa dan Penyajian Data .....	48
Tabel 1 Karakteristik Demografi .....	53
Tabel 2 Karakteristik Demografi berdasakan Usia dan Lama Menderita Hipertensi .....	54
Tabel 3 Pelaksanaan Diet Rendah Lemak dan Rendah Garam.....	55
Tabel 4 Karakteristik Responden terhadap Pelaksanaan Diet Hipertensi .....	56

## DAFTAR GAMBAR

	<b>Halaman</b>
Gambar 2. 1 Kerangka Teori.....	30
Gambar 2. 2 Kerangka Konsep.....	31

## DAFTAR SINGKATAN

ACE	: <i>Angotensin-Converting Enzyme</i>
AHA	: <i>American Health Association</i>
ARBs	: <i>Angiotensin II Receptor Blockers</i>
ASH	: <i>American Society of Hypertension</i>
CVI	: <i>Content Validity Indeks</i>
DASH	: <i>Dietary Approaches to Stop Hypertension</i>
D.I	: Daerah Istimewa
Dinkes	: Dinas Kesehatan
Dkk	: Dan Kawan-Kawan
Kemenkes	: Kementrian Kesehatan
KMB	: Keperawatan Medikal Bedah
MSG	: Monosodium Glutamat
NHLBI	: <i>National Heart, Lung, and Blood Institute</i>
PAD	: <i>Peripheral Artery Disease</i>
PT	: Perseroan Terbatas
Riskesdas	: Riset Kesehatan Dasar
RSUD	: Rumah Sakit Umum Daerah
RI	: Republik Indonesia
SD	: Sekolah Dasar
SMA	: Sekolah Menengah Atas
SMP	: Sekolah Menengah Pertama
WHO	: <i>World Health Organization</i>

## DAFTAR LAMPIRAN

	<b>Halaman</b>
Lampiran Konten CVI.....	90
Lampiran Uji Reliabilitas.....	91
Lampiran SPSS.....	92
Lampiran 1. Pernyataan Menjadi Responden.....	106
Lampiran 2. Permohonan Menjadi Responden.....	107
Lampiran 3. Kuesioner Data Demografi.....	108
Lampiran 4. Kuesioner Metode <i>Diet Recall</i> .....	109
Lampiran 5. Studi Pendahuluan sampai izin penelitian.....	113