

**PENGARUH *SELF-MANAGEMENT GUIDANCE* HIPERTENSI TERHADAP
KUALITAS HIDUP PASIEN HIPERTENSI DI POSYANDU LANSIA DK III
NGEBEL KECAMATAN KASIHAN KABUPATEN BANTUL**

**Karya Tulis Ilmiah
Untuk memenuhi syarat memperoleh derajat
Sarjana Keperawatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta**



Nur Fithriyanti Imamah

2008 032 0076

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

2012

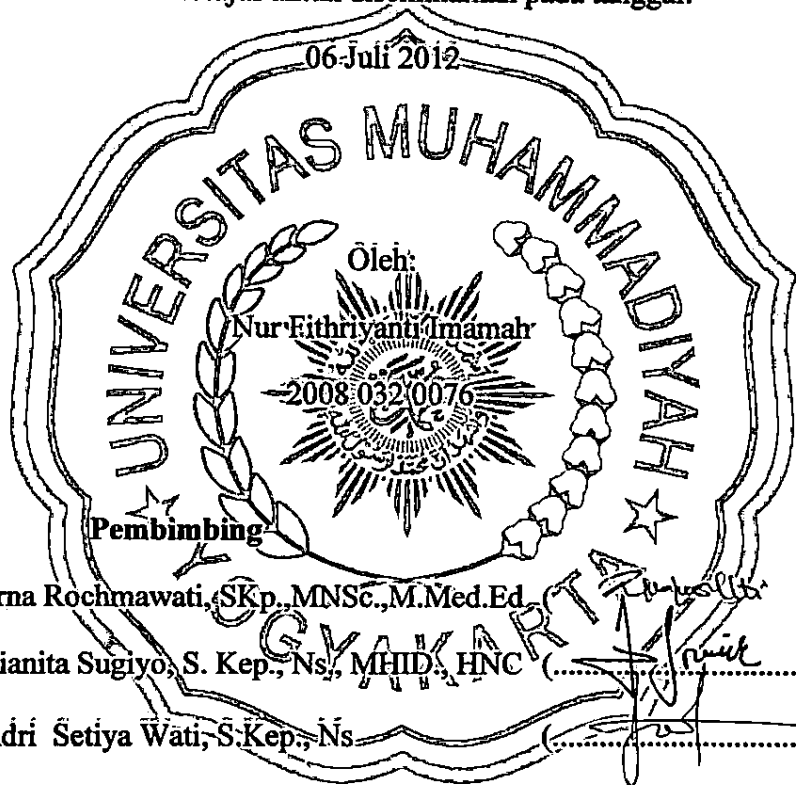
HALAMAN PERSETUJUAN

Karya Tulis Ilmiah

**PENGARUH *SELF-MANAGEMENT GUIDANCE* HIPERTENSI TERHADAP
KUALITAS HIDUP PASIEN HIPERTENSI DI POSYANDU LANSIA DK III
NGEBEL KECAMATAN KASIHAN KABUPATEN BANTUL**

Telah disetujui untuk diseminarkan pada tanggal:

06-Juli 2012



Erna Rochmawati, SKp., MNSc., M.Med.Ed. (.....) 2012

Dianita Sugiyo, S. Kep., Ns., MHID, HNC (.....) 2012

Indri Setiya Wati, S.Kep., Ns (.....) 2012

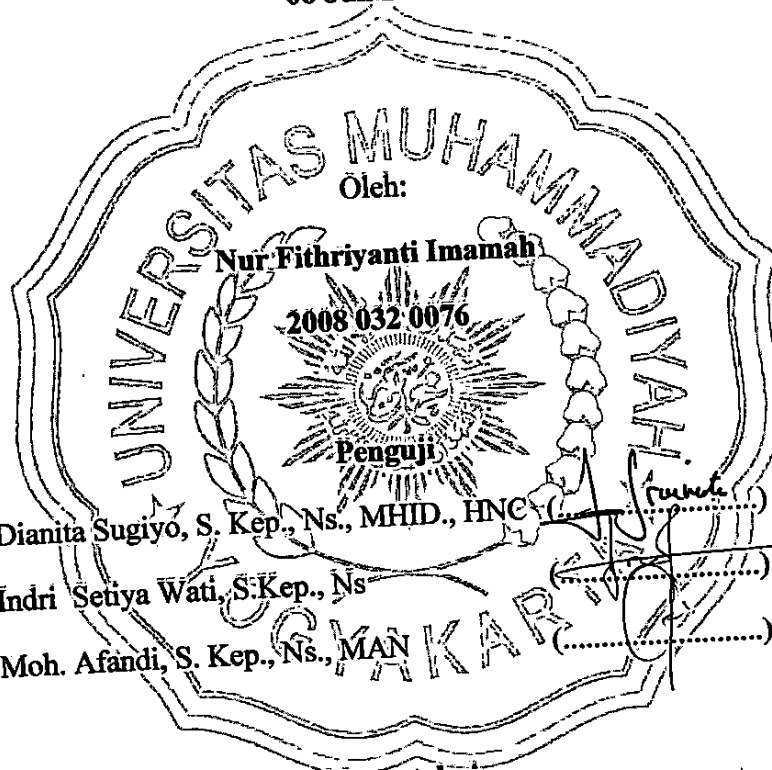
LEMBAR PENGESAHAN

Karya Tulis Ilmiah

**PENGARUH *SELF-MANAGEMENT GUIDANCE* HIPERTENSI TERHADAP
KUALITAS HIDUP PASIEN HIPERTENSI DI POSYANDU LANSIA DK III
NGEBEL KECAMATAN KASIHAN KABUPATEN BANTUL**

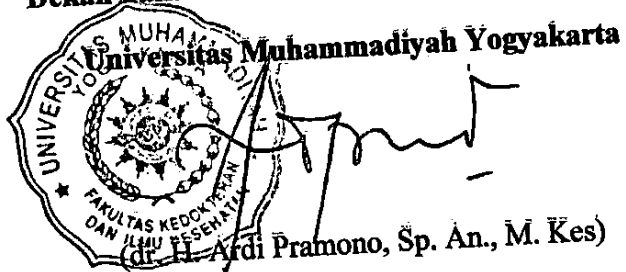
Telah diseminarkan dan diujikan pada tanggal:

06 Juli 2012



Mengetahui

Dekan Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan



Motto Hidup

"Sebaik-baik Orang adalah Orang yang Paling Bermamfaat bagi Orang Lain"

"Man Jadda Wajada"

"Experience is the best Teacher. So, Jangan pernah izinkan dirimu jatuh ke lubang yang sama untuk kedua atau beberapa kalinya.."

"Al-Waqtu Kash-shoif. Fa in lam taqtha', Qatha'aka"

"Perbanyaklah Shadaqah! Karena Shadaqah akan menghapus dosa kita"

"Apapun Masalahnya, serahkanlah pertama pada Allah Yang Maha Kuasa, karena Pemberi Masalah pastilah Maha Tau Penyelesaiannya."

HALAMAN PERSEMBAHAN



Inna ma'al 'usri yusro, sesungguhnya setelah kesulitan akan ada kemudahan. Alhamdulillah, karya tulis sederhana ini telah selesai tersusun dengan rapi meski masih banyak kekurangan. Untuk itu, penulis ingin mengucapkan terima kasih pada segenap pihak yang turut membantu suksesnya penulisan karya tulis ini. Teriring do'a, *Jazakumullahu khairan katsiran*. Dengan tulus ikhlas, penulis persembahkan karya tulis ini kepada:

1. Abah dan Ummy, Orang Tua tercinta penulis yang telah sabar mendengar keluh kesah serta tiada hentinya memberi semangat. Semoga segera bisa pulang dan mengabdikan diri kembali untuk keluarga dan masyarakat.
2. Annisa Nur Jannah, Azizah Yusro Salimah, Muhammad Luthfi Alfaruqi, dan Muhammad Taufiqurrahman, yang selalu mendo'akan penulis. Semoga segera menyusul untuk menjemput kesuksesan dunia akhirat.
3. Pakde Supardi, SE, Pakde Suparno, S.Pd., Saudara Hendro Wibowo, SEI., MM, Arief Zulfarwan, SE, MM, Mas Tris, Mas Toso, Saudari Fatimah Mucharrahmah, SEI dan Saudari Suci, yang telah memberi support finansial dan spiritual pengantar kesuksesan.
4. Bulek Siti, Bude Marsiyah dan keluarga, Mama Hikmah, Ibu Sunarsih, Mbah Murtosiyah, Mbah Balikpapan, Keluarga Jawa dan Balikpapan, yang tidak pernah melupakan penulis dalam do'anya. Semoga do'a itu segera terkabul.
5. Mukminah Alam Syahidah, Mira Nawangsari, Novi Asri, Wiga, Syauqy, Ferry, Irul, Zul Funun, Aziz, Ulum, Wahyu Luthfi, Tri Angga Prasetyo, Evi Kusmiati, Adienda Nurul H., Izmiy dan Aris Adri Siswanto, adik-adik tercinta. Do'a penulis untuk keberhasilan kalian dan pulang menjadi orang yang bermanfaat kelak.
6. Bkti Dwi W, Anjani P.S., Alfin M., Cecep I., Aditya P., Amir, Agung W.N., Sofani R., Fajar S., Ryan H.S., Eko H., Eko J., Zubair T.M., Moh Karsin A., S. Basu P., Anggit Moh Nasir A., Ardhiat N.P., Riswud Zerial

Y., Ridho A., dan Rommy A.P., sahabat yang setia membantu dalam suka maupun duka dalam satu perjuangan di jenjang sarjana. Semoga usaha kita mendapat berkah dari Allah SWT dan tidak sia-sia.

7. Alfia S., Erysa H., Endah P., M. Ariefudin., Fitriana W.D., Yuniar I.F., Naftika Dyah Funnisa, Ayu Lathi Izzatil Firdaus, Noprian E., Novianti, Mariana F., S. Bastian., Y. Dhia W., Salbiyah, Isnaini J.H., Nunik H., Zaebatul A., Raider, Rudi H., Wahyu, Destian Haryu A. dan Ukhti Sulis A., sahabat yang selalu memberi semangat agar segera menyelesaikan karya tulis ini. Terima kasih untuk semangatnya.
8. Senior dan Junior NCC, BEM FKIK UMY 2010, dan teman-teman tutorial 1 yang telah memberi pengalaman berharga pada penulis. Semoga kita tetap saling mengingatkan hingga akhir pertemuan.
9. S. Rachmawati, R. Ratih J., Nanda A.M., B. Emy N., Anggun A.P., Hikmah, Y. Erlinda, V' Pleeqster Club, dan Ichun Sunarsih, keluarga baru yang telah mencerahkan hari-hari penulis.
10. Semua Kerabat yang tidak dapat disebutkan satu persatu di sini. Terimakasih untuk dukungannya.

Akhir kata, penulis menyadari bahwa masih banyak kekurangan dalam karya tulis ini. Kritik dan saran yang membangun akan selalu dinanti. Semoga karya tulis ini bermanfaat bagi pembacanya. Terimakasih.

Yogyakarta, 6 Juli 2012

Penulis

KATA PENGANTAR



Sege nap tasbih, tahmid, takbir dan tahlil senantiasa terbingkis keharibaan Pengatur tata surya, Pema'af segala salah, Pemberi rizqi untuk stiap hamba-Nya, Tuhan semesta alam, Allah *Subhanahu wa ta'ala*. Shalawat dan salam tak luput terlantun dalam setiap khidmat sujud pada Sang Maha Kuasa, teruntuk teladan selluruh ummat manusia, Rasulullah *Sallallahu 'alaihi wa sallam*, yang telah mencerahkan peradaban dengan cahaya pedoman hidup untuk seluruh ummat.

Alhamdulillah, setelah melalui perjalanan yang cukup panjang, dengan sege nap lika-liku suka ataupun duka dalam indahnya sebuah perjuangan, akhirnya karya tulis ini dapat terselesaikan jua. Bersamaan dengan itu, penulis ingin mengucapkan terima kasih yang sebanyak-banyaknya pada sege nap pihak yang telah membantu, antara lain :

1. Abah dan Ummi, yang selalu memberikan dukungan positif pada setiap perjuangan penulis. Semoga kelak ananda bisa menjadi anak shalehah yang diharapkan.
2. Annisa, Azizah, Luthfi, dan Taufiq, yang selalu mendo'akan penulis. Semoga bisa menjadi adik-adik yang shalih dan shalihah yang selamat dunia akhirat.
3. dr. Ardi Pramono, Sp.An, selaku Dekan Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, yang telah memberikan kesempatan untuk belajar. Semoga

penulis dan kawan-kawan dapat menjadi generasi penerus yang bermanfaat bagi orang lain.

4. Ibu Sri Sumaryani, S.Kep, Ns., Sp.Mat, selaku Kepala Program Studi Ilmu Keperawatan, yang selalu memberikan dukungan pada setiap kegiatan mahasiswa. Semoga bermanfaat.
5. Ibe Erna Rochmawati, SKp., MNSc., M.Med.Ed, Ibu Indri Setiya Wati, S.Kep., Ns, dan Ibu Dianita Sugiyo, S. Kep., Ns., MHID., HNC selaku Pembimbing yang senantiasa memberikan waktunya untuk mengoreksi karya tulis penulis. Semoga Allah membalas dengan kebaikan yang melimpah.
6. Rahma, Ratih, Nanda, Emy, Anggun, Hikmah, dan Erlinda, V' Pleegster Club, keluarga baru yang telah mencerahkan hari-hari penulis.
7. Semua Kerabat yang tidak dapat disebutkan satu persatu di sini. Terimakasih untuk dukungannya.

Akhir kata, penulis menyadari bahwa masih banyak kekurangan dalam karya tulis ini. Kritik dan saran yang membangun akan selalu dinanti. Semoga karya tulis ini bermanfaat bagi pembacanya. Terimakasih.

Yogyakarta, 6 Juli 2012

Penulis

DAFTAR ISI

Halaman Judul	i
Lembar Persetujuan	ii
Lembar Pengesahan	iii
Motto Hidup	iv
Halaman Persembahan	v
Kata Pengantar	vii
Daftar Isi	ix
Daftar Tabel	xi
Daftar Lampiran	xii
Intisari	xiii
Abstrak	xiv
BAB I Pendahuluan.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah	6
C. Tujuan Penelitian.....	7
D. Manfaat Penelitian.....	7
E. Penelitian Terkait	8
BAB II Tinjauan Pustaka	11
A. Landasan Teori.....	11
B. Kerangka Konsep	52
C. Hipotesa Penelitian.....	52
BAB III Metode Penelitian	53
A. Desain Penelitian.....	53
B. Populasi dan Sampel	54
C. Lokasi dan Waktu Penelitian.....	54
D. Variabel dan Definisi Operasional	55
E. Instrumen Penelitian.....	57
F. Cara Pengumpulan Data	60

G. Uji Validitas dan Reliabilitas	62
H. Pengolahan dan metode analisa data	66
I. Kesulitan Penelitian.....	68
J. Etik Penelitian	69
BAB IV Hasil dan Pembahasan	70
A. Hasil Penelitian	70
B. Pembahasan	75
C. Kekuatan dan Kelemahan Penelitian	82
BAB V Kesimpulan dan Saran	83
A. Kesimpulan	83
B. Saran	84

Daftar Tabel

Tabel 1 Klasifikasi Hipertensi Menurut ESH	17
Tabel 2 Kelompok Penelitian dan Perlakuan	53
Tabel 3 Definisi Operasional	56
Tabel 4 Kisi-kisi Instrumen Kualitas Hidup dengan SF-36	58
Tabel 5 Formula untuk Skoring dan Transformasi	59
Tabel 6 Konsep dan Interpretasi Kelompok dengan Kategori Buruk dan Kelompok dengan Kategori baik	60
Tabel 7 Distribusi Karakteristik Responden di Posyandu Lansia DK III Ngebel, Kasihan, Bantul	71
Tabel 8 Distribusi Frekuensi Tingkat Kualitas Hidup pre test-post test penderita hipertensi di Posyandu Lansia DK III Ngebel	72
Tabel 9 Perbedaan rerata Skor kualitas hidup pre test pada penderita hipertensi di Posyandu Lansia DK III Ngebel, Kasihan, Bantul	72
Tabel 10 Perbedaan rerata skor kualitas hidup kelompok intervensi pre test post test di Posyandu Lansia DK III Ngebel	73
Tabel 11 Perbedaan rerata selisih kualitas hidup pasien hipertensi di Posyandu Lansia DK III Ngebel, Kasihan, Bantul	74

Imamah, N. F. (2012). Pengaruh *Self-Management Guidance* Hipertensi Terhadap Kualitas Hidup Pasien Hipertensi Di Posyandu Lansia DK III Ngebel, Kasihan, Bantul.

Pembimbing : Erna Rochmawati, SKp.,MNSc.,M.Med.Ed; Dianita Sugiyo, S. Kep., Ns., MHID., HNC; Indri Setiya Wati, S.Kep., Ns.

INTISARI

Hipertensi menyebabkan kematian sebanyak 11,2 % pada perempuan yang berusia > 65 tahun. Hipertensi yang berlangsung dalam jangka panjang dapat mengakibatkan kerusakan-kerusakan pada jantung, otak, ginjal, dan mata yang berujung pada kematian. Hipertensi dapat dicegah dan diobati dengan gizi seimbang dan aktifitas yang cukup. Penatalaksanaan hipertensi bertujuan untuk meningkatkan kualitas hidup pasien. Pendekatan melalui *self-management* berupa perubahan gaya hidup, menurunkan berat badan serta berolahraga mampu menurunkan tekanan darah hipertensi.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *self-management guidance* hipertensi terhadap kualitas hidup pasien hipertensi Di Posyandu Lansia DK III Ngebel, Kasihan, Bantul.

Desain penelitian ini adalah eksperimental semu (*Quasy-Experiment*) dengan *pre-test post-test with control* dengan sampel sejumlah 32 pasien hipertensi di Posyandu Lansia DK III Ngebel, Kasihan, Bantul. Kelompok intervensi terdiri 17 pasien dan kelompok kontrol terdiri dari 15 pasien.

Rerata kualitas hidup pasien pada saat *pre-test* maupun setelah *post-test* dalam kategori baik. *Mean* selisih skor kualitas hidup setelah perlakuan intervensi adalah 8,2353 dan kelompok kontrol adalah 0,2000 dengan nilai signifikansi 0,021 ($p < 0,05$), dan nilai *t* hitung sebesar 2,441 ($> t$ tabel (2,042)). Hal ini menunjukkan terjadi peningkatan signifikan skor kualitas hidup pada pasien.

Self-management guidance hipertensi berpengaruh terhadap kualitas hidup pasien hipertensi Di Posyandu Lansia DK III Ngebel, Kasihan, Bantul.

Kata Kunci : Hipertensi, Kualitas Hidup, *Self-management*.