

**KEPATUHAN PENDERITA HIPERTENSI DALAM MENJALANKAN  
GAYA HIDUP SEHAT DI DESA LICIN**

**KARYA TULIS ILMIAH**

Diajukan untuk memenuhi sebagian syarat untuk memperoleh gelar ahli madya  
keperawatan pada jenjang pendidikan Diploma III Keperawatan



**Oleh**

Rohayani Pebriyanti

NIM 2001881

**PROGRAM STUDI DIPLOMA III KEPERAWATAN  
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA DI SUMEDANG  
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA**

**2023**

**KEPATUHAN PENDERITA HIPERTENSI DALAM MENJALANKAN  
GAYA HIDUP SEHAT DI DESA LICIN**

Oleh  
Rohayani Pebriyanti

Sebuah Karya Tulis Ilmiah yang diajukan untuk memenuhi syarat memperoleh  
gelar Ahli Madya Keperawatan pada Program Studi  
Diploma III Keperawatan

©Rohayani Pebriyanti  
Universitas Pendidikan Indonesia  
Mei 2023

Hak cipta dilindungi undang-undang  
Karya tulis ini tidak boleh diperbanyak, dicetak ulang, difoto kopi atau acara  
lainnya tanpa izin dari penulis.

## LEMBAR PENGESAHAN

Karya tulis ilmiah oleh Rohayani Pebriyanti dengan NIM 2001881. yang berjudul “Kepatuhan Penderita Hipertensi dalam Menjalankan Gaya Hidup Sehat Di Desa Licin”, telah dipertahankan didepan dewan penguji Prodi D III Keperawatan Universitas Pendidikan Indonesia Kampus Daerah Sumedang pada tanggal Mei 2023.

Dewan Penguji

Penguji Ketua



**Popon Haryeti, S.Kep., Ners., M.H.Kes**

NIP. 196708261997032001

Penguji Anggota I



**Ahmad Purnama Hoedaya, S.Kp.,**

**M.Kes**

NIP. 197700022008011016

Penguji Anggota II



**Amanda Puspanitaning Sejati,**

**S.Pd., M.Hum**

NIP. 920190219901228201

Mengetahui,

Ketua Program Studi D-III Keperawatan

Universitas Pendidikan Indonesia Kampus Sumedang



**Dewi Dolifah, M.Kep.**

NIP. 197501202000032001

## **Kepatuhan Penderita Hipertensi Dalam Menjalankan**

### **Gaya Hidup Sehat Di Desa Licin**

**Rohayani Pebriyanti<sup>1</sup>, Ahmad Purnama Hoedaya<sup>2</sup>, Amanda Puspanitaning  
Sejati<sup>3</sup>**

<sup>1</sup>Mahasiswa Prodi DIII Keperawatan Universitas Pendidikan Indonesia

<sup>2,3</sup>Dosen Universitas Pendidikan Indonesia

#### **ABSTRAK**

Hipertensi ialah penyakit tidak menular yang dikenal sebagai *silent killer* karena dianggap sebagai pembunuh diam-diam yang mana tidak ada gejala yang ditimbulkan kepada penderitanya. Salah satu faktor risiko terjadinya hipertensi adalah gaya hidup yang tidak sehat antara lain seperti kurangnya aktivitas olahraga, konsumsi garam dapur secara berlebihan, konsumsi kafein, dan kebiasaan dalam merokok. Kepatuhan dapat digunakan sebagai parameter tingkat pengetahuan seseorang dalam menjalankan perintah dari tenaga kesehatan mengenai pengetahuan tentang resep dan meminum obat secara tepat serta teratur, dan merubah gaya hidup yang dilakukan sehari-hari. Tujuan umum penelitian ini ialah untuk mengetahui kepatuhan penderita hipertensi dalam menjalankan gaya hidup sehat di Desa Licin. Desain penelitian menggunakan deskriptif kuantitatif dengan pendekatan analisis univariat. Pengumpulan data menggunakan kuesioner baku yang dikembangkan oleh Supriati. Populasi dalam penelitian ini ialah penderita hipertensi sebanyak 40 responden yang dipilih dengan menggunakan teknik pengambilan sampel *total sampling*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa seluruh responden memiliki tingkat kepatuhan olahraga yang baik sebanyak 39 responden (97,5%), diet hipertensi sebanyak 40 responden (100%), tidak merokok dan konsumsi kafein sebanyak 37 responden (92,5%). Penderita hipertensi di Desa Licin keseluruhan sudah patuh dalam menjalankan gaya hidup sehat. Diharapkan dengan adanya penelitian ini dapat diterapkan bagi penderita hipertensi sebagai acuan penatalaksanaan gaya hidup sehat.

**Kata kunci :** Kepatuhan, Hipertensi, Gaya hidup sehat

***Compliance Of Hypertension Patients In Applying A Healthy Lifestyle In Licin Village***

**Rohayani Pebriyanti<sup>1</sup>, Ahmad Purnama Hoedaya<sup>2</sup>, Amanda Puspanditaning Sejati<sup>3</sup>**

<sup>1</sup>*DIII Nursing Study Program Student at the Indonesian University of Education*

<sup>2,3</sup>*Lecturers at the Indonesian University of Education*

**ABSTRACT**

*Hypertension is a non-communicable disease known as a silent killer because it kills without any symptoms for people with high blood pressure. One of the risk factors for hypertension is an unhealthy lifestyle, such as lack of sports activity, excessive consumption of table salt, consumption of caffeine, and smoking. Compliance can be used as a parameter of a person's level of knowledge in carrying out orders by health workers regarding knowledge about prescriptions and taking medication properly and regularly, and changing lifestyles that are carried out daily. The general objective of this study was to determine the compliance of hypertension sufferers in carrying out a healthy lifestyle in Licin Village. The research design used a was quantitative descriptive approach with univariate analysis. Data collection used a was standardized questionnaire developed by Supriati. The population in this study were 40 respondents with hypertension using who chosen by total sampling technique. The results show all respondents had a good level of adherence to exercise by 39 respondents (97.5%), diet hypertension by 40 respondents (100%), non-smokers and consumption of caffeine by 37 respondents (92.5%). Hypertension sufferers in Licin Village are all obedient in carrying out a healthy lifestyle. This research is expected to be applied to people with hypertension as a reference for the management of a healthy lifestyle.*

**Keywords:** *Compliance, Hypertension, Healthy Lifestyle*

## DAFTAR ISI

<b>LEMBAR PERSETUJUAN .....</b>	<b>iii</b>
<b>LEMBAR PENGESAHAN .....</b>	<b>iii</b>
<b>PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN .....</b>	<b>iv</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>vi</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>viii</b>
<b>ABSTRACT .....</b>	<b>ix</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>x</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>xiii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>xiv</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>xv</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
1.1 Latar Belakang .....	1
1.2 Rumusan Masalah .....	3
1.3 Tujuan Penelitian.....	4
1.3.1 Tujuan Umum .....	4
1.3.2 Tujuan Khusus .....	4
1.4 Manfaat Penelitian.....	4
1.4.1 Manfaat Praktis .....	4
1.4.2 Manfaat Pengembangan.....	5
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....</b>	<b>6</b>
2.1 Konsep Hipertensi .....	6
2.1.1 Definisi Hipertensi .....	6
2.1.2 Etiologi Hipertensi .....	6
2.1.3 Klasifikasi Hipertensi .....	8

2.1.4 Patofisiologi Hipertensi .....	9
2.1.5 Manifestasi Klinis .....	9
2.1.6 Faktor Risiko yang Mempengaruhi Hipertensi.....	10
2.1.7 Komplikasi Hipertensi .....	12
2.1.8 Penatalaksanaan Hipertensi .....	13
2.2 Konsep Kepatuhan .....	15
2.2.1 Definisi Kepatuhan .....	15
2.2.2 Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kepatuhan.....	15
2.3 Gaya Hidup Sehat.....	16
2.3.1 Definisi Gaya Hidup Sehat .....	16
2.4 Kerangka Teori.....	18
2.5 Kerangka Konsep .....	19
2.6 Hasil Penelitian Terdahulu .....	20
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>20</b>
3.1 Desain Penelitian .....	20
3.2 Partisipan .....	20
3.3 Populasi dan Sampel .....	20
3.3.1 Populasi.....	20
3.3.2 Sampel .....	20
3.3.3 Kriteria Inklusi .....	21
3.3.4 Kriteria Eksklusi .....	21
3.4 Instrumen Penelitian .....	21
3.4.1 Uji Validitas dan Reliabilitas .....	22
3.5 Lokasi dan Waktu.....	22
3.6 Prosedur Penelitian.....	23

3.6.1 Definisi Operasional .....	23
3.6.2 Tahapan Penelitian.....	24
3.7 Analisis Data .....	24
3.8 Pengelolaan Data .....	25
3.9 Penyajian Data.....	26
3.10 Etika Penelitian.....	26
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>27</b>
4.1 Hasil Penelitian.....	27
4.2.1. Kepatuhan Responden Berdasarkan Gaya Hidup Olahraga .....	27
4.2.2. Kepatuhan Responden Berdasarkan Gaya Hidup Diet Hipertensi .....	27
4.2.3. Kepatuhan Responden Berdasarkan Gaya Hidup Tidak Merokok Dan Konsumsi Kafein .....	28
4.2 Pembahasan .....	28
4.2.1 Kepatuhan Gaya Hidup Olahraga .....	29
4.2.2 Kepatuhan Gaya Hidup Diet Hipertensi .....	29
4.2.3 Kepatuhan Gaya Hidup Tidak Merokok dan Konsumsi Kafein.....	30
4.3 Keterbatasan Penelitian .....	31
<b>BAB V PENUTUP .....</b>	<b>32</b>
5.1 Kesimpulan.....	32
5.2 Saran.....	32
5.2.1 Bagi Penderita Hipertensi .....	32
5.2.2 Bagi Instansi Kesehatan.....	32
5.2.3 Bagi Peneliti Selanjutnya.....	33
<b>Daftar Pustaka.....</b>	<b>34</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>37</b>



## Daftar Pustaka

- Afrianti, N., & Rahmiati, C. (2021). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kepatuhan Masyarakat Terhadap Protokol Kesehatan Covid-19. 11(1).
- Amelia, R., & Kurniawati, I. (2020). Hubungan Dukungan Keluarga Terhadap Kepatuhan Diet Hipertensi Pada Penderita Hipertensi Di Kelurahan Tapos Depok. 3.
- Anshari, Z. (2020). Komplikasi Hipertensi Dalam Kaitannya Dengan Pengetahuan Pasien Terhadap Hipertensi Dan Upaya Pencegahannya. *Jurnal Penelitian Keperawatan Medik*, 2(2), 54–61. <https://doi.org/10.36656/Jpkm.V2i2.289>
- Aribowo, A. (2020). Pengaruh Loyalitas Dan Integritas Terhadap Kebijakan Pimpinan Di Pt. Quantum Training Centre Medan.
- Asep Barkah, Mahyar Suara, & Cusmarih. (2022). Hubungan Kepatuhan Diit Hipertensi Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia. *Jurnal Antara Keperawatan*, 5(2). <https://doi.org/10.37063/Antaraperawat.V5i2.726>
- Damayanti, N. M. A., Suardana, I. W., Manafe, N. O., & Putra, I. G. Y. (2022). Gambaran Gaya Hidup Pada Penderita Hipertensi Di Puskesmas Ii Denpasar Barat. *Jurnal Kesehatan Medika Udayana*, 5(1), 26–40. <https://doi.org/10.47859/Jmu.V5i1.149>
- Djafar, T. (2021). Promosi Kesehatan: Penyebab Terjadinya Hipertensi [Preprint]. *Thesis Commons*. <https://doi.org/10.31237/Osf.Io/Knxwc>
- Ekarini, N. L. P., Wahyuni, J. D., & Sulistyowati, D. (2020). Faktor—Faktor Yang Berhubungan Dengan Hipertensi Pada Usia Dewasa. *Jkep*, 5(1), 61–73. <https://doi.org/10.32668/Jkep.V5i1.357>
- Hadiyati, L., & Puspa Sari, F. (2022). Tingkat Pengetahuan Masyarakat Kelurahan Antapani Kidul Mengenai Pencegahan Dan Komplikasi Hipertensi. *Jurnal Sehat Masada*, 16(1), 137–142. <https://doi.org/10.38037/Jsm.V16i1.274>
- Handayani, A. (2015). Bab Iii Metode Penelitian.

- Hanum, S., Puetri, N. R., Marlinda, M., & Yasir, Y. (2019). Hubungan Antara Pengetahuan, Motivasi, Dan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Minum Obat Pada Penderita Hipertensi Di Puskesmas Peukan Bada Kabupaten Aceh Besar. *Jurnal Kesehatan Terpadu (Integrated Health Journal)*, 10(1), 30–35. <https://doi.org/10.32695/Jkt.V10i1.28>
- Harahap, D. A., Aprilla, N., & Muliati, O. (2019). *Research & Learning In Nursing Science*. <http://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/ners>.
- Hariawan, H., & Tatisina, C. M. (2020). Pelaksanaan Pemberdayaan Keluarga Dan Senam Hipertensi Sebagai Upaya Manajemen Diri Penderita Hipertensi. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Sasambo*, 1(2), 75. <https://doi.org/10.32807/Jpms.V1i2.478>
- Itsnani, U. C. (2022). Hubungan Lama Menderita Hipertensi Dengan Kualitas Hidup Pasien Hipertensi Di Upt Puskesmas Gayaman.
- Kasrudin, I., Agus, F., Kurniawan, W., Meilansyah, I., Aulia, D., & Tosepu, R. (T.T.). Perilaku Hidup Bersih Sehat (Phbs) Dalam Mendukung Gaya Hidup Sehat Masyarakat Kota Kendari Pada Masa Pandemic Covid-19. 04.
- Kurnia, S. H. T., & Malinti, E. (2020). Hubungan Kebiasaan Konsumsi Kopi Dan Merokok Dengan Tekanan Darah Laki-Laki Dewasa. *Nutrix Journal*, 4(1), 1. <https://doi.org/10.37771/Nj.Vol4.Iss1.420>
- Marhabatsar, N. (2020). Penyakit Hipertensi Pada Sistem Kardiovaskular.
- Maskanah, S., Suratun, S., Sukron, S., & Tiranda, Y. (2019). Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Rumah Sakit Muhammadiyah Palembang. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 4(2). <https://doi.org/10.30651/Jkm.V4i2.3128>
- Nadia, E. A. (T.T.). Efek Pemberian Jahe Terhadap Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi.
- Nekada, C. D. Y., Mahendra, I. G. B., Rahil, N. R., & Amigo, T. A. E. (2020). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Penatalaksanaan Non

- Farmakoterapi Hipertensi Terhadap Tingkat Pengetahuan Kader Di Desa Wedomartani, Ngemplak, Sleman, Yogyakarta. *Journal Of Community Engagement In Health*, 3(2), 200–209. <https://doi.org/10.30994/jceh.v3i2.62>
- Nur'aini, E. Y., & Nisak, R. (2022). Hubungan Dukungan Keluarga Terhadap Kepatuhan Diet Penderita Hipertensi Di Desa Ngompro Kecamatan Pangkur Kabupaten Ngawi. *E-Journal Cakra Medika*, 9(1), 8. <https://doi.org/10.55313/ojs.v9i1.86>
- Prihartono, W., Andarmoyo, S., & Isroin, L. (2019). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Pemenuhan Diet Pada Penderita Hipertensi. *Health Sciences Journal*, 3(1), 1. <https://doi.org/10.24269/hsj.v3i1.215>
- Ratur, A. (2022). Asuhan Keperawatan Pemenuhan Kebutuhan Rasa Nyaman Pada Pasien Hipertensi Di Rumah Sakit Bhayangkara Bengkulu Tahun 2022.
- Saranani, M. (T.T.). Hubungan Pola Hidup Penderita Hipertensi Dengan Kejadian Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Batalaiworu Kabupaten Muna. 04.
- Sjaaf, F., & Paf, P. (2020). Faktor- Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia Di Puskesmas Air Dingin Lubuk Minturun.
- Supriati, Dkk. (2020). Hubungan Gaya Hidup Sehat Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia Di Desa Natai Kondang Kecamatan Permata Kecubung Kabupaten Sukamara Propinsi Kalimantan Tengah Tahun 2020.
- Veroneka Yosefpa Windahandayani, Wira Marlinta Ningsi, & Yohana Hesti Mordo Ningrum. (2022). Hubungan Pengetahuan Penatalaksanaan Farmakologi Dengan Nilai Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi. *Jurnal Riset Rumpun Ilmu Kesehatan*, 1(2), 177–186. <https://doi.org/10.55606/jurrikes.v1i2.496>
- Widianingrum, T. R. (2017). Penelitian *Cross-Sectional*.
- Zulfitri, R., Indriati, G., Amir, Y., & Nauli, F. A. (2019). Pemberdayaan Keluarga Sadar Hipertensi (Gadarsi) Dalam Peningkatan Gaya Hidup Sehat

Penderita Hipertensi. Jurnal Ners Indonesia, 9(2), 182.  
<https://doi.org/10.31258/Jni.9.2.182-188>.