

**GAMBARAN KEPATUHAN POLA DIET PADA LANSIA PENDERITA
HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS TANJUNGSANG**

KARYA TULIS ILMIAH

Diajukan untuk memenuhi sebagian syarat untuk memperoleh gelar Ahli Madya
Keperawatan pada jenjang pendidikan Diploma III Keperawatan



Disusun Oleh :

Dea Dian Dini Nurfarida

2001941

**PROGRAM STUDI D-III KEPERAWATAN
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA KAMPUS DAERAH DI
SUMEDANG**

2023

**GAMBARAN KEPATUHAN POLA DIET PADA LANSIA PENDERITA
HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS TANJUNGSANG**

Oleh :

Dea Dian Dini Nurfarida

Karya Tulis Ilmiah Yang Dianjurkan Untuk Memenuhi Sebagian Syarat
Memperoleh Gelar ahli Madya Keperawatan Pada Program Studi Keperawatan.

© Dea Dian Dini Nurfarida 2023

Universitas Pendidikan Indonesia

Juni 2023

Hak Cipta Dilindungi Undang- Undang

Karya Tulis ilmiah Ini Tidak Boleh Diperbanyak seluruhnya Atau Sebagian
Dengan Dicitak Ulang, Difotokopi atau Cara Lainnya Tanpa Izin penulis.

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Dea Dian Dini Nurfarida

NIM : 2001941

Program Studi : Diploma III Keperawatan

Institusi : Universitas Pendidikan Indonesia Kampus Sumedang

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa karya tulis ilmiah yang saya tulis ini adalah benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri dan bukan mengambil dari tulisan orang lain atau pikiran yang saya akui sebagai hasil tulisan atau pikiran saya sendiri.

Apabila dikemudian hari terbukti bahwa karya tulis ilmiah ini hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Sumedang, Juni 2023

Pembuat Pernyataan



Dea Dian Dini Nurfarida

NIM. 2001941

LEMBAR PENGESAHAN

Karya Tulis Ilmiah oleh Dea Dian Dini Nurfarida NIM 2001941 dengan judul “**Gambaran Kepatuhan Pola Diet Pada Lansia Penderita Hipertensi**”, telah dipertahankan di depan dewan penguji Program Studi Diploma Keperawatan Universitas Pendidikan Indonesia Kampus Daerah Sumedang pada tanggal....

Dewan Penguji

Penguji Ketua



Popon Harveti, S.Kep.,Ners.,M.H.Kes
NIP. 196708261997032001

Pembimbing Utama



Ahmad Purnama H, S.Kp., M.Kes.
NIP. 1977090220080110116


Pembimbing pendamping



Dedah Ningrum, M.K.M.
NIP. 197101081993032002

Mengetahui,

Ketua Program Studi D III Keperawatan



Dewi Dolifah, M.Kep., Ners
NIP. 19750120200002001

LEMBAR PERSETUJUAN

Karya tulis ilmiah oleh Dea Dian Dini Nurfarida dengan NIM 2001941, yang berjudul "**Gambaran Kepatuhan Pola Diet Pada Lansia Penderita Hipertensi**", telah diperiksa dan disetujui oleh dosen pembimbing Prodi D3 Keperawatan Universitas Pendidikan Indonesia Kampus Daerah Sumedang untuk diujika

Sumedang, Maret 2023

Pembimbing Utama



Ahmad Purnama Hoedaya, S.Kp., M.Kes.
NIP. 197709022008011016

Pembimbing Pendamping



Dedah Ningrum, M.K.M.
NIP. 197101081993032002

KATA PENGANTAR

Puji syukur kepada Allah SWT yang telah memberikan rahmat serta karunia-Nya, sehingga Karya Tulis Ilmiah yang berjudul “Gambaran Kepatuhan Pola Diet Lansia Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Tanjungsiang” ini dapat selesai tepat pada waktunya. Penulisan Karya Tulis Ilmiah ini dianjurkan untuk memenuhi syarat kelulusan program DIII Keperawatan UPI Kampus Sumedang.

Penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini tidak terlepas dari bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak. Oleh sebab itu penulis mengucapkan banyak terimakasih kepada serbagai pihak sebagai berikut.

1. Yth. Bapak Prof. Dr. H. Yudha Munajat Saputra, M. Ed selaku direktur Universitas Pendidikan Indonesia Kampus Sumedang
2. Yth. Ibu Dewi Dolifah, M. Kep., Ners selaku ketua Program Studi DIII Keperawatan UPI Kampus Sumedang
3. Yth. Bapak Ahmad Purnama Hoedaya S.Kp., M.Kes selaku Pembimbing Utama yang telah membimbing dan meluangkan waktu dalam penyusunan penelitian ini juga yang selalu memberikan motivasi dan dukungan serta memberikan ide-ide yang luar biasa dan masukan yang bermanfaat bagi peneliti.
4. Yth. Ibu Dedah Ningrum, M.K.M selaku pembimbing pedamping yang telah memberi ilmu, bimbingan, pengarahan dan petunjuk dalam melaksanakan penyusunan penelitian
5. Yth. seluruh dosen dan staf UPI Kampus Sumedang yang sudah memberikan ilmu dan manfaat dan berbagai pengalaman yang luar biasa selama perkuliahan
6. Kepada pihak Puskema Tanjungsiang yang telah memberikan izin dan percaya kepada peneliti yang telah memberi tahu informasi terkait data penderita hipertensi di daerah Tanjungsiang
7. Kepada kedua orang tua dan saudara yang paling berjasa selalu memberikan doa, dukungan, kasih sayang dan motivasi kepada penulis

8. Sahabat perjuangan Devita Is Yiluani, Endah Permata Sapira, Silvy Kurnia Rahayu dan Tarissya Fitriana Bunga pahlepy yang selalu memberikan motivasi dan menjadi penyemangat.
9. Kepada teman-teman sebimbingan yang selalu memberikan semangat, motivasi, dan membantu pada saat dibutuhkan selama proses penyusunan Karya Tulis Ilmiah.
10. Teman-teman D3 keperawatan angkatan 2023
11. *Last but not least, I wanna thank me, I wanna thank me for believing in me, for doing all this hard work, for having no days off, for never quitting, for just being me at all times.*

Penulis mengucapkan banyak terimakasih kepada semua pihak yang terlibat dalam penelitian ini yang tidak bisa disebutkan namanya satu persatu atas dorongan semangat dan dukungannya. Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan dan penulisan ini jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu penulis membutuhkan masukan dan arahan untuk dapat membuat penelitian yang lebih baik lagi.

Sumedang,

Dea Dian Dini nurfarida

GAMBARAN KEPATUHAN POLA DIET PADA LANSIA PENDERITA HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA PUSKEMAS TANJUNGSANG

Dea Dian Dini Nurfarida¹, Ahmad Purnama Hoedaya², Dedah Ningrum³

¹Mahasiswa Prodi DIII Keperawatan Universitas Pendidikan Indonesia

² ³Dosen D3 Keperawatan Universitas Pendidikan Indonesia

ABSTRAK

Latar belakang: Angka kejadian hipertensi tahun 2018 di Indonesia memperoleh angka 34,1%, dan jumlah penderita hipertensi di Kabupaten Subang yaitu sebanyak 117010 orang. Hipertensi yaitu dimana seseorang mengalami kenaikan tekanan darah diatas normal yaitu sekitar $\geq 140/90$ mmHg. Kepatuhan adalah salah-satu perubahan perilaku yang tidak mengikuti menjadi taat aturan. Diet hipertensi adalah salah satu strategi non farmakologi yang efektif yang dapat mengubah atau mengontrol tekanan darah. Lansia yaitu orang berusia lebih dari 60 tahun ke atas dimana pada usia ini mengalami perubahan akal dan fisik. **Tujuan penelitian:** Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui gambaran kepatuhan pola diet lansia penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Tanjungsiang. **Metode penelitian:** Pada penelitian ini yaitu menggunakan metode kuantitatif *deskriptif* dengan metode *survei*. Responden dalam penelitian ini berjumlah 50 orang dan menggunakan *teknik total sampling*. Analisa data dalam penelitian ini menggunakan univariat deskriptif. **Hasil penelitian:** Hasil penelitian menunjukkan bahwa kepatuhan pola diet lansia penderita hipertensi di wilayah kerja puskesmas sebagian kecil responden memiliki kepatuhan tinggi sebanyak 5 orang (10%), sebagian kecil responden memiliki kepatuhan sedang sebanyak 11 orang (22%), dan sebagian besar responden memiliki kepatuhan rendah sebanyak 34 orang (68%). Kepatuhan pola diet terhadap jenis makan sebagian besar memiliki tingkat kepatuhan rendah sebanyak 31 orang (62%). Kepatuhan pola diet terhadap frekuensi makan sebagian besar memiliki tingkat kepatuhan sedang sebanyak 27 orang (54%) dan kepatuhan pola diet terhadap jumlah makan pada umumnya memiliki tingkat kepatuhan rendah yaitu sebanyak 40 orang (80%). **Saran:** Diharapkan untuk responden mampu mengubah sikap dan pengetahuan untuk meningkatkan diet bagi lansia penderita hipertensi.

Kata Kunci : Gambaran kepatuhan, diet hipertensi, Lansia

**DESCRIPTION OF DIETARY COMPLIANCE IN ELDERLY WITH
HYPERTENSION IN THE WORKING AREA OF TANJUNGSANG
PUSKESMAS**

Dea Dian Dini Nurfarida¹ , Ahmad Purnama Hoedaya² , Dedah Ningrum³

¹Student of D3 Nursing Study Program, Indonesian University of Education

^{2 3}Lecturer in D3 Nursing, Indonesian University of Education

ABSTRACT

Background: *The incidence of hypertension in 2018 in Indonesia was 34.1%, and the number of hypertension sufferers in Subang Regency was 117010 people. Hypertension is where a person experiences an increase in blood pressure above normal, which is around $\geq 140/90$ mmHg. Compliance is one of the changes in behavior that does not follow the rules. Hypertension diet is an effective non-pharmacological strategy that can change or control blood pressure. Elderly, namely people aged over 60 years and above where at this age experience changes in mind and physique. **Research objective:** The aim of this study was to describe the diet adherence of elderly people with hypertension in the work area of the Tanjungsang Health Center. **Research method:** In this study, using a descriptive quantitative method with a survey method. Respondents in this study amounted to 50 people and used a total sampling technique. Data analysis in this study used descriptive univariate. **Research results:** The results showed that adherence to the dietary pattern of elderly people with hypertension in the work area of the puskesmas, a small proportion of respondents had high adherence of 5 people (10%), a small proportion of respondents had moderate adherence of 11 people (22%), and the majority of respondents had low adherence as many as 34 people (68%). Dietary adherence to the type of food mostly has a low adherence rate of 31 people (62%). Dietary adherence to meal frequency mostly had a moderate compliance rate of 27 people (54%) and dietary pattern adherence to the number of meals generally had a low adherence rate of 40 people (80%). **Suggestion:** It is hoped that respondents will be able to change attitudes and knowledge to improve diet for elderly people with hypertension.*

Keyword : *Compliance description, hypertension diet, Elderly*

DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN	Error! Bookmark not defined.
LEMBAR PERSETUJUAN	Error! Bookmark not defined.
KATA PENGANTAR	v
ABSTRAK	vii
DAFTAR ISI	ix
BAB I PENDAHULUAN	Error! Bookmark not defined.
1.1 Latar belakang	Error! Bookmark not defined.
1.2 Rumusan masalah	Error! Bookmark not defined.
1.3 Tujuan penelitian	Error! Bookmark not defined.
1.3.1 Tujuan Umum	Error! Bookmark not defined.
1.3.2 Tujuan Khusus	Error! Bookmark not defined.
1.4 Manfaat Penelitian	Error! Bookmark not defined.
1.4.1 Manfaat Praktis	Error! Bookmark not defined.
1.4.2 Manfaat Perkembangan	Error! Bookmark not defined.
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	Error! Bookmark not defined.
2.1 Konsep Kepatuhan	Error! Bookmark not defined.
2.1.1 Definisi Kepatuhan	Error! Bookmark not defined.
2.1.2 Faktor-faktor yang mempengaruhi kepatuhan	Error! Bookmark not defined.
2.2. Konsep Hipertensi	Error! Bookmark not defined.
2.2.1 Definisi Hipertensi	Error! Bookmark not defined.
2.2.2 Klasifikasi Hipertensi	Error! Bookmark not defined.
2.2.3 Etiologi Hipertensi	Error! Bookmark not defined.
2.2.4 Tanda dan Gejala Hipertensi	Error! Bookmark not defined.
2.2.5 Penatalaksanaan Hipertensi	Error! Bookmark not defined.
2.2.6 Komplikasi Hipertensi	Error! Bookmark not defined.
2.2.7 Pencegahan Hipertensi	Error! Bookmark not defined.
2.3 Konsep Diet Hipertensi	Error! Bookmark not defined.
2.3.1 Definisi Diet Hipertensi	Error! Bookmark not defined.
2.3.2 Jenis Diet Hipertensi	Error! Bookmark not defined.
2.3.3 Jenis Makanan penderita Hipertensi	Error! Bookmark not defined.

2.4 Konsep lansia	Error! Bookmark not defined.
2.4.1 Devinisi Lansia	Error! Bookmark not defined.
2.4.2 Batasan Umur Lansia.....	Error! Bookmark not defined.
2.4.3 Tipe Lansia	Error! Bookmark not defined.
2.5 Kerangka Teori.....	Error! Bookmark not defined.
2.6 Kerangka Konsep	Error! Bookmark not defined.
2.7 Penelitian Terdahulu.....	Error! Bookmark not defined.
BAB III METODE PENELITIAN	Error! Bookmark not defined.
3.1 Tempat dan waktu pnelitian	Error! Bookmark not defined.
3.2 Metode Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
3.3 Subjek penelitian	Error! Bookmark not defined.
3.3.1. Populasi dan sampel.....	Error! Bookmark not defined.
3.3.2 Populasi.....	Error! Bookmark not defined.
3.3.3 Sampel	Error! Bookmark not defined.
3.4. Instrumen Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
3.5. Defiisi operasional.....	Error! Bookmark not defined.
3.6. Pengumpulan data	Error! Bookmark not defined.
3.6.1 Metode pengumpulan data.....	Error! Bookmark not defined.
3.6.2 Langkah pengumpulan data	Error! Bookmark not defined.
3.7. Rancangan penelitian	Error! Bookmark not defined.
3.7.1 Prosedur Penelitian	Error! Bookmark not defined.
13.7.2 Pengelolaan data	Error! Bookmark not defined.
3.7.3 Analisa data.....	Error! Bookmark not defined.
3.8 Penyajian data.....	Error! Bookmark not defined.
3.9 Etika Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	Error! Bookmark not defined.
4.1 Gambaran Umum Penelitian	Error! Bookmark not defined.
4.2 Gambaran Kegiatan penelitian	Error! Bookmark not defined.
4.3 Hasil Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
4.3.1 Karakteristik Responden.....	Error! Bookmark not defined.
4.3.2 Gambaran Tingkat Kepatuhan Diet Penderita Hipertensi	Error!
4.3.3 Gambaran Pola Diet Terhadap Jenis Makanan....	Error! Bookmark not defined.

4.3.4	Gambaran Pola Diet Terhadap Frekuensi Makan	Error! Bookmark not defined.
4.3.5	Gambaran Tingkat Kepatuhan Pola Diet Terhadap Jumlah Makan	Error! Bookmark not defined.
4.3.6	Gambaran kepatuhan lansia berdasarkan karakteristik	Error! Bookmark not defined.
4.4	Pembahasan	Error! Bookmark not defined.
4.4.1	Gambaran kepatuhan pola diet lansia penderita hipertensi	Error! Bookmark not defined.
4.4.2	Gambaran kepatuhan pola diet terhadap jenis makan	Error! Bookmark not defined.
4.4.3	Gambaran kepatuhan pola diet terhadap frekuensi makan	Error! Bookmark not defined.
4.4.4	Gambaran kepatuhan pola diet terhadap jumlah makan	Error! Bookmark not defined.
4.5	Kesulitan dan keterbatasan penelitian	Error! Bookmark not defined.
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN		Error! Bookmark not defined.
5.1	Kesimpulan	Error! Bookmark not defined.
5.2	Saran	Error! Bookmark not defined.
5.2.1	Bagi Praktis	Error! Bookmark not defined.
5.2.2	Bagi Perkembangan	Error! Bookmark not defined.
DAFTAR PUSTAKA		xiii

DAFTAR LAMPIRAN

<i>Lampiran 1 Time Line Penyusunan KTI</i>	45
<i>Lampiran 2 Surat Izin Studi Pendahuluan</i>	46
<i>Lampiran 3 Surat Perizinan KESBANGPOL.....</i>	47
<i>Lampiran 4 Surat Perizinan DINKES</i>	48
<i>Lampiran 5 Lembar Konsultasi Bimbingan (Pembimbing 1)</i>	49
<i>Lampiran 6 Lembar Konsultasu Bimbingan (pembimbing 2).....</i>	53
<i>Lampiran 7 Lembar Persetujuan Responden</i>	56
<i>Lampiran 8 lembar kuisisioner Kepatuhan Diet.....</i>	57
<i>Lampiran 9 Tabulasi data kepaatuhan diet</i>	59
<i>Lampiran 10 Tabulasi data kepatuhan diet terhadap jenis makanan</i>	63
<i>Lampiran 11 Tabulasi data kepatuhan terhadap frekuensi makan.....</i>	65
<i>Lampiran 12 Tabulasi data kepatuhan terhadap jumlah makan</i>	65
<i>Lampiran 13 Tabulasi data PSS</i>	70
<i>Lampiran 14 Hasil Turnitin</i>	72
<i>Lampiran 15 Dokumentasi</i>	73

DAFTAR PUSTAKA

- A, D. Ayu., Sinaga, A. F., Syahlan, N., Siregar, S. M., Sofi, S., Zega, R. S., Annisa, A., & Dila, T. A. (2022). Faktor - Faktor Yang Menyebabkan Hipertensi Di Kelurahan Medan Tenggara. *Jurnal Kesehatan Masyarakat (Undip)*, 10(2), 136–147. <https://doi.org/10.14710/jkm.v10i2.32252>
- Anam, K. (2016). Gaya Hidup Sehat Mencegah Penyakit Hipertensi. 3(2).
- Apriani, A., Setiawan, D., Nurhayati, B., Mahmudah, G. R., Datia, D. S., Wiguna, I. K., & Firdaus, S. R. (2022). Pemberdayaan Kesehatan Masyarakat Melalui Edukasi “Jatekdarsi” bagi Warga Desa Raharja Kota Banjar. *Jurnal Pengabdian UNDIKMA*, 3(3), 515. <https://doi.org/10.33394/jpu.v3i3.6211>
- Arikunto, Suharsimi. (2005). Manajemen Penelitian. Jakarta : Rineka Cipta
- 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>
- Astuti, A. P., Damayanti, D., & Ngadiarti, I. (2021). Penerapan Anjuran Diet DASH Ddibandingkan Diet Rendah Garam Berdasarkan Konseling Gizi Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Puskesmas Larangan Utara. *Gizi Indonesia*, 44(1), 109–120. <https://doi.org/10.36457/gizindo.v44i1.559>

- D., & Siregar, L. (2021). Gambaran Kepatuhan Diet Hipertensi Pada Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Maranca Udik.
- Djerol, I. (2022). Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Siwalima Kabupaten Kepulauan Aru Tahun 2022
- Marbun, A. S., Sipayung, R. R., Sidomuncul, L., Rex, D., & Dharma, S. (2020). Diet Sehat Dan Gizi Seimbang Pada Penderita Hipertensi. *1*.
- Mukti, B. (2019). Penerapan DASH (Dietary Approach to Stop Hypertension) pada Penderita Hipertensi. *Jurnal Ilmiah PANNMED (Pharmacist, Analyst, Nurse, Nutrition, Midwivery, Environment, Dentist)*, *14*(2), 17–22. <https://doi.org/10.36911/pannmed.v14i2.610>
- Noviana, N. (2021). Hubungan Kepatuhan Diet Terhadap Tekanan Darah Pasien Lansia Hipertensi Di Puskesmas Basuki Rahmad Kota Bengkulu.
- Oktaviari, N. L. E., Pramesti, N. T. A., Kep, S., Kep, M., Ketut, N., & Bali, Stik. W. M. (2017). Gambaran Tingkat Pengetahuan Tentang Manajemen Hipertensi Pada Lansia Penderita Hipertensi Primer.
- Perdana, M. A. (2017). Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas ‘Aisyah Yogyakarta.
- Sedayu, B., Azmi, S., & Rahmatini. (2015). Karakteristik Pasien Hipertensi di Bangsal Rawat Inap SMF . *Jurnal Kesehatan Andalas*
- Setiawan, H., Suhandi, S., Rosliati, E., Firmansyah, A., & Fitriani, A. (2018). Promosi Kesehatan Pencegahan Hipertensi Sejak Dini. *ABDIMAS: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, *1*(2), 41–45. <https://doi.org/10.35568/abdimas.v1i2.328>
- Subekti, K. E. (2018). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Diet Hipertensi Pada Lansia Di Rw 009 Prima Harapan Regensi Harapan Baru Bekasi.

Sugiyono. 2013. Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R & D. Bandung: Alfabeta

Sugiyono, S. (2020). Metode Penelitian Pendidikan (kuantitatif, kualitatif, kombinasi, R&D dan penelitian Pendidikan) [Educational research methods (quantitative, qualitative, mixed , R&D and Educational research)]. In: Alfabeta.

Widyantoro, W. (2022). Penyuluhan Diet DASH Hipertensi Pada Lansia Selama Masa Pandemi COVID-19. 3(1).