

**HUBUNGAN POLA HIDUP SEHAT DENGAN PERILAKU
PENATALAKSANAAN HIPERTENSI NON FARMAKOLOGI
PADA MASYARAKAT PENGIDAP HIPERTENSI DI
WILAYAH KERJA UPTD PUSKESMAS SUMBERJAYA
TAHUN 2022**

SKRIPSI

**Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar
Sarjana Pada Program Studi S1 Keperawatan Sekolah
Tinggi Ilmu Kesehatan Kuningan**

Disusun Oleh :
Nadia Sindia Devi
CKR0180026



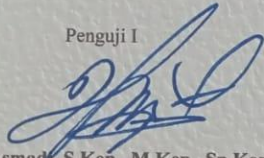
**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN KUNINGAN
KUNINGAN
2022**

LEMBAR PENGESAHAN

**HUBUNGAN POLA HIDUP SEHAT DENGAN PERILAKU
PENATALAKSANAAN HIPERTENSI NON FARMAKOLOGI PADA
MASYARAKAT PENGIDAP HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA
UPTD PUSKESMAS SUMBERJAYA TAHUN 2022**

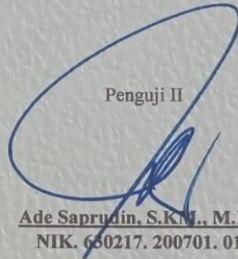
Skripsi ini telah diujikan oleh Tim Penguji Program Studi SI Keperawatan
Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Kuningan
Pada Agustus 2022

Penguji I



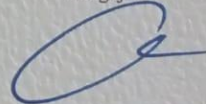
Ns. H.Asmad, S.Kep., M.Kep., Sp.Kom
NIP. 197508142005011002

Penguji II



Ade Saprudin, S.KM., M.KM
NIK. 660217.200701.017

Penguji III



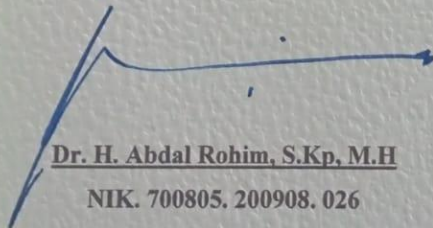
Ns. Yana Hendriana, S.Kep., M.Kep
NIK. 850418.2012.071

Mengetahui,

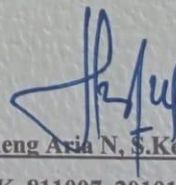
Ketua STIKes Kuningan

Ketua Program Studi SI

Keperawatan



Dr. H. Abdal Rohim, S.Kp, M.H
NIK. 700805.200908.026



Ns. Neneng Aria N, S.Kep., M.Kep
NIK. 811007.201010.040

**SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN KUNINGAN
PROGRAM STUDI SI KEPERAWATAN
SKRIPSI, SEPTEMBER 2022**

**NADIA SINDIA DEVI
CKR0180026**

**HUBUNGAN POLA HIDUP SEHAT DENGAN PERILAKU
PENATALAKSANAAN HIPERTENSI NON FARMAKOLOGI PADA
MASYARAKAT PENGIDAP HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA UPTD
PUSKESMAS SUMBERJAYA TAHUN 2022
ABSTRAK**

Hipertensi merupakan salah satu penyakit yang banyak di derita oleh lansia, berdasarkan data dari DINKES, Majalengka merupakan salah satu kabupaten dengan prevalensi hipertensi yang cukup tinggi yaitu mencapai 38,8% pada tahun 2018 dan 42,30%. Di Kecamatan Sumberjaya mengalami peningkatan yang sebelumnya 42,20% menjadi 42,50%. Upaya mengatasi hipertensi dapat dilakukan berbagai cara salah satunya dengan pemberian terapi non farmakologis seperti modifikasi gaya hidup sehat, mengurangi berat badan dan diet rendah lemak. Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui apakah ada hubungan antara pola hidup sehat dengan penatalaksanaan hipertensi non farmakologi pada masyarakat pengidap hipertensi di wilayah kerja UPTD puskesmas sumberjaya tahun 2022.

Jenis penelitian ini adalah analitik dengan *cross-sectional*. Populasi berjumlah 95 orang dengan teknik *total sampling*. Analisis statistik dilakukan secara univariat dan bivariat dengan metode *chi-square*

Hasil penelitian didapatkan pola hidup tidak patuh dengan perilaku penatalaksanaan rendah sebesar 62,2%, sedang 29,6%, tinggi 8,2%. Pola hidup patuh didapatkan perilaku non farmakologi rendah 35,2%, sedang 23,6%, dan tinggi 41,2%. Hasil analisis chi Square didapatkan nilai p 0,001.

Terdapat hubungan yang signifikan antara variabel pola hidup sehat dengan perilaku penatalaksanaan hipertensi non farmakologi pada masyarakat pengidap hipertensi di wilayah kerja UPTD puskesmas sumberjaya tahun 2022. Saran peneliti masyarakat pengidap hipertensi untuk mengurangi makanan pemicu hipertensi seperti makanan yang mengandung banyak garam dan lemak.

Kata kunci: Pola Hidup Sehat, Perilaku Penatalaksanaan Hipertensi Non Farmakologi
Daftar Pustaka: 5 Buku_s(2014-2020) 21 Jurnal_s (2016-2021) Web_s(2018-2021)

**INSTITUTE OF HEALTH SCIENCE KUNINGAN
STUDY PROGRAM OF SI NURSI
UNDERGRADUATE THESIS, SEPTEMBER 2022**

**NADIA SINDIA DEVI
CKR0180026**

THE RELATONSHIP BETWEEN HEALTHY LIFESTYLE AND NON-PHARMACOLOGICAL HYPERTENSION MANAGEMENT BEHAVIOR IN PEOPLE WITH HYPERTENSION IN THE UPTD WORK AREA OF UPTD WORK AREA OF SUMBERJAYA PUBLIC HEALTH CENTER IN 2022.

ABSTRACT

Hypertension is one of the most common disease suffered by the elderly, based on data from the Health Office, Majalengka is one of the districts with a fairly high prevalence of hypertension, reaching 38,8% in 2018 and 42,30. In Sumberjaya District, the previous increase was 42,20% to 42,50%. Effort to overcome hypertension can be done in various ways, one of wich is the provision of non-farmakological therapies such as modification of a healthy lifestyle, recuding body weight and a low-fat diet. The puspose of this study is to determine wheter there is a relationship between a healthy lifestyle and the management of non-pharmacological hypertension in people with hypertension in the UPTD puskesmas sumberjaya working area in 2022.

This type of research is analytic with cross-sectional. The population is 95 people with total sampling technique. Statistical analysis was carried out univariate and bivariate with the chi-square method.

The results of the study showed a non-compliant lifestyle with low management behavior of 62.2%, moderate 29.6%, high 8,2%. Obedient lifestyle obtained non-pharmacological behavior is low 35,2%, moderate 23,6%, and high 41,2%. The results of the chi square analysis obtained a p value of 0,001.

There is a significant relationship between healthy lifestyle variables and non-pharmacological hypertension management behavior in peole with hypertension in the work are of UPTD puskesmas sumberjaya in 2022. Researchers suggest people with hypertension to reduce foods that trigger hypertension such as foods that contain a lot of salth and fat.

Keyword: Healthy Lifestyle, Non-Pharmacological Hypertension Management Behavior.

Reference: 5 book_s(2014-2020), journal_s (2016-2021), Web_s (2018-2021).

DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN	i
LEMBAR PERSETUJUAN	ii
LEMBAR PERNYATAAN	iii
LEMBAR PERSEMBAHAN	iv
ABSTRAK	v
ABSTRAK BAHASA INGGRIS	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR BAGAN	xiii
DAFTAR SINGKATAN	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1. Latar Belakang	1
1.2. Rumusan Masalah	6
1.3. Tujuan Penelitian	6
1.4. Manfaat Penelitian	7
1.5. Keaslian Penelitian	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	10
2.1. Pengertian Pola Hidup Sehat	10
2.2. Manfaat Pola Hidup Sehat	10

2.3. Penerapan Pola Hidup Sehat	11
2.4. Perilaku Penatalaksanaan Hipertensi	14
2.5. Faktor – Faktor Yang Mempengaruhi perilaku	15
2.6. Definisi Hipertensi	16
2.7. Etiologi Hipertensi	18
2.8. Manifestasi Klinis Hipertensi	21
2.9. Faktor – Faktor Risiko Hipertensi	22
2.10. Komplikasi Hipertensi	25
2.11. Penatalaksanaan Hipertensi	26
2.12. Pengukuran Penatalaksanaan Hipertensi	28
2.13. Kerangka Teori	29
BAB III KERANGKA KONSEP, DEFINISI OPERASIONAL DAN	
HIPOTESIS	30
3.1. Kerangka Konsep Penelitian	30
3.2. Definisi Operasional	31
3.3. Hipotesis	32
BAB IV METODE PENELITIAN	33
4.1. Jenis Dan Desain Penelitian	33
4.2. Variabel Penelitian	33
4.3. Populasi Dan Sampel Penelitian	34
4.4. Instrumen Penelitian	35
4.5. Uji Validitas Dan Reliabilitas	36
4.6. Teknik Pengumpulan Data	40

4.7. Pengolahan Dan Analisis Data	42
4.8. Etika Penelitian	45
4.9. Waktu Lokasi Dan Jadwal Penelitian	47
BAB V HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	48
5.1 Hasil Penelitian	48
5.2 Pembahasan Penelitian	51
5.3 Keterbatasan Penelitian	59
BAB VI SIMPULAN DAN SARAN	60
6.1 Simpulan	60
6.2 Saran	60
DAFTAR PUSTAKA	62
LAMPIRAN	66