

SKRIPSI

**EKSPLORASI PENGALAMAN LANSIA DENGAN HIPERTENSI DALAM
MENJALANKAN TERAPI DIET HIPERTENSI: STUDI
FENOMENOLOGI**



Disusun Oleh:

Eka Fitria Damayanti

20190320031

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

2022

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda-tangan dibawah ini,

Nama : **Eka Fitria Damayanti**
NIM : **20190320031**
Program Studi : **Ilmu Keperawatan**
Fakultas : **Kedokteran dan Ilmu Kesehatan**

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa Skripsi yang ditulis ini benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri dan belum diajukan dalam bentuk apapun kepada peruguruan tinggi manapun. Sumber informasi yang berasal atau dikutip dari karya yang diterbitkan mauppun tidak diterbitkan dari penulis lain telah disebutkan dalam teks dan dicantumkan dalam Daftar Pustaka di bagian akhir skripsi ini.

Apabila dikemudian hari terbukti atau dapt dibuktikan Skripsi ini hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Yogyakarta, April 2023



Eka Fitria Damayanti

HALAMAN PERSEMBAHAN

Alhamdulillah segala puji bagi Allah SWT akhirnya penulis dapat menyelesaikan karya tulis ilmiah ini dengan tepat waktu. Karya tulis ini saya persembahkan kepada :

1. Kedua orang tua dan adik peneliti yang sangat saya cintai terima kasih atas segala do'a, semangat, motivasi yang kiranya selalu diberikan kepada saya hingga saat ini.
2. Terima kasih kepada teman-teman terdekat saya, Rina Safitri, Fiil Musvirotul Wasi'i, Desy Purnama Sari yang banyak membantu memberikan dukungan untuk penulis dalam menyelesaikan karya tulis ini, semoga kita mendapatkan hasil yang terbaik.
3. Terima kasih kepada EXO sebagai idol K-Pop terfavorit dengan member kesayangan meliputi Baekhyun, Chanyeol, Kyungsoo, dan Chen yang selalu memberikan karya-karya yang sangat menginspirasi dan menyalurkan energi semangat yang positif melalui berbagai karyanya serta menemani peneliti selama masa terberat peneliti yang tidak dapat peneliti bagi dengan orang terdekat sekalipun sehingga peneliti mampu menyelesaikan karya tulis ini dengan baik.
4. Terima kasih kepada NCT sebagai idol K-Pop terfavorit lainnya dengan member favorit yaitu Mark Lee, Lee Haechan, Na Jaemin, Kim Doyoung, Huang Renjun, Zhong Chenle dan Park Jisung yang telah memberikan warna dan senyuman pada hari-hari peneliti sehingga mampu menyelesaikan karya tulis ini dengan baik meskipun tangis dan tawa dilalui.
5. Terima kasih teman-teman seperjuangan bimbingan atas semangat dan tekanan yang selama ini kita rasakan bersama, semoga kita semua bisa meraih masa depan sesuai dengan harapan masing-masing baik di dunia dan di akhirat kelak, Aamiin.

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Dengan mengucapkan syukur Alhamdulillah atas kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan penelitian ini dengan judul “Eksplorasi Pengalaman Lansia Dengan Hipertensi Dalam Menjalankan Diet Hipertensi: Studi Fenomenologi”. Penelitian ini dilakukan untuk mengeksplor pengalaman lansia dengan hipertensi dalam menjalankan diet hipertensi di wilayah kerja puskesmas Tegalrejo, Kota Yogyakarta. Karya tulis ilmiah ini disusun untuk memenuhi syarat memperoleh derajat Sarjana Keperawatan di Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.

Karya tulis ilmiah ini dapat diselesaikan berkat dorongan, semangat, motivasi, bimbingan, dan bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis ingin mengucapkan rasa terima kasih atas segala bantuan dan dukungannya kepada:

1. Kedua orang tua peneliti yang telah memberikan kasih sayang, do'a, semangat dan dukungan tanpa henti dalam penyelesaian karya tulis ilmiah ini.
2. Ibu Dr. dr. Sri Sundari, M.Kes., selaku dekan Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.
3. Ibu Sutantri, Ns., M.Sc., Ph.D., selaku Kepala Program Studi Ilmu Keperawatan.
4. Ibu Arianti, Ns., M.Kep., Sp.Kep.MB., selaku dosen pembimbing akademik yang telah banyak memberikan bimbingan, dan dukungan dalam penyelesaian karya tulis ini.
5. Bapak Dinasti Pudang Binoriang, S, Kep.,Ns.,M.Kep.,Sp.Kep.Kom., selaku dosen pembimbing yang telah membimbing dan meluangkan waktu untuk memberikan pengarahan dalam menyelesaikan karya tulis ini.
6. Ibu Erna Rochmatawi, Skp., M.Med.Ed., MNSc., Ph.D., selaku dosen penguji yang telah banyak memberikan masukan dan bimbingan untuk saya dalam menyelesaikan karya tulis ini.

7. Teman-teman PSIK 2019 dan semua pihak yang telah membantu hingga penulis mampu menyelesaikan karya tulis ilmiah ini.

Dalam penulisan ini, penulis sudah berusaha sebaik mungkin, namun penulis sadar bahwa karya tulis ilmiah ini masih banyak kekurangan. Untuk itu penulis sangat mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun guna penyempurnaan dalam peningkatan kualitas penelitian sejenis di masa yang akan datang.

Wassalamu 'alaikum Wr. Wb.

Yogyakarta, April 2023

Penulis



Eka Fitria Damayanti

DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI.....	i
PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	ii
HALAMAN PERSEMBAHAN	iii
KATA PENGANTAR	iv
DAFTAR ISI.....	vi
DAFTAR GAMBAR	viii
DAFTAR TABEL.....	ix
DAFTAR SINGKATAN	x
DAFTAR LAMPIRAN.....	xi
ABSTRAK	xii
ABSTRACT.....	xiii
BAB I.....	14
PENDAHULUAN	14
A. Latar Belakang	14
B. Rumusan Masalah	18
C. Tujuan Penelitian	18
D. Manfaat Penelitian	19
1. Bagi Partisipan	19
2. Bagi Ilmu Keperawatan.....	19
3. Bagi Penelitian	19
E. Penelitian Terkait	19
BAB II.....	22
TINJAUAN PUSTAKA	22
A. Landasan Teori.....	22
1. Konsep Lansia	22
2. Konsep Hipertensi	23
3. Konsep Nutrisi/Gizi Seimbang.....	30
B. Kerangka Teori.....	37
BAB III	39
METODE PENELITIAN.....	39

A. Desain Penelitian.....	39
B. Lokasi Dan Waktu Penelitian	40
1. Lokasi Penelitian	40
2. Waktu Penelitian	40
C. Sampel.....	40
D. Cara Pengumpulan Data.....	41
1. Wawancara semi terstruktur	41
2. Observasi tidak terstruktur	42
E. Pengolahan Dan Metode Analisis Data	42
F. Uji Keabsahan Data.....	43
G. Prosedur Penelitian.....	44
H. Etika Penelitian	45
BAB IV	47
HASIL DAN PEMBAHASAN.....	47
A. Hasil Penelitian	47
1. Deskripsi Wilayah Penelitian	47
2. Karakteristik Partisipan	47
3. Pemaparan Hasil.....	49
B. Pembahasan.....	57
1. Informasi Diet Hipertensi	57
2. Sikap lansia selama menjalani diet hipertensi.....	57
3. Upaya yang dilakukan lansia dalam menjaga tekanan darah stabil	58
4. Faktor penghambat lansia dalam menjalani diet hipertensi	60
5. Peran keluarga terhadap diet hipertensi yang dilakukan oleh lansia.....	61
BAB V.....	63
KESIMPULAN DAN SARAN.....	63
A. KESIMPULAN	63
B. SARAN	63
1. Bagi Partisipan	63
2. Bagi ilmu keperawatan	64
3. Bagi peneliti selanjutnya	64
DAFTAR PUSTAKA	65

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Kerangka Teori.....	37
------------------------------	----

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Klasifikasi Lansia.....	22
Tabel 2. 2 Klasifikasi Hipertensi.....	24
Tabel 4. 1 Data Demografi.....	48

DAFTAR SINGKATAN

ADA	: <i>American Dietic Association</i>
AHA	: <i>American Health Association</i>
Bappenas	: Badan Perencanaan Pembangunan Nasional
BPS	: Badan Pusat Statistik
DASH	: <i>Dietary Approaches to Stop Hypertension</i>
Depkes RI	: Departemen Kesehatan Republik Indonesia
Dinkes	: Dinas Kesehatan
DM	: Diabetes Melitus
DRG	: Diet Rendah Garam
HDL	: <i>High Density Lipoprotein</i>
IMT	: Indeks Masa Tubuh
Kemenkes RI	: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia
Lansia	: Lanjut Usia
LIPI	: Lembaga Ilmu Pengetahuan Indonesia
MNA	: <i>Mini Nutritional Assessment</i>
PPOK	: Penyakit Paru Obstruktif Kronik
PTM	: Penyakit Tidak Menular
SPMSQ	: <i>Short Portable Mental Status</i>
UHH	: Usia Harapan Hidup
UN	: <i>United Nation</i>
UNFPA	: <i>United Nations Fund for Population Activities</i>
WHO	: <i>World Health Organization</i>

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Lembar Penjelasan Penelitian Menjadi Partisipan	68
Lampiran 2 Lembar Persetujuan Menjadi Partisipan.....	69
Lampiran 3 Panduan Wawancara Penelitian.....	70
Lampiran 4 Lembar Field Note Partisipan.....	73
Lampiran 5 Instrumen Mini Nutritional Assessment (MNA)	76
Lampiran 6 Instrument Kognitif Short Portable Mental Status (SPMSQ)	79
Lampiran 7 Surat Permohonan Izin Penelitian	80
Lampiran 8 Surat Permohonan Izin Penelitian	81
Lampiran 9 Surat Izin Penelitian.....	82
Lampiran 10 Surat Izin Layak etik.....	83