

**KARYA TULIS ILMIAH**

**HUBUNGAN DUKUNGAN KELUARGA DENGAN  
PELAKSANAAN OLAHRAGA PADA PASIEN HIPERTENSI  
DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS BANTUL I YOGYAKARTA**

Diajukan untuk Memenuhi Sebagian Syarat Memperoleh  
Derajat Sarjana Keperawatan pada Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan  
Universitas Muhammadiyah Yogyakarta



**Disusun oleh**

**ANISA NURUL AMIATUN**

**20140320073**

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

**2018**

**KARYA TULIS ILMIAH**

**HUBUNGAN DUKUNGAN KELUARGA DENGAN  
PELAKSANAAN OLAHRAGA PADA PASIEN HIPERTENSI  
DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS BANTUL I YOGYAKARTA**

Diajukan untuk Memenuhi Sebagian Syarat Memperoleh  
Derajat Sarjana Keperawatan pada Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan  
Universitas Muhammadiyah Yogyakarta



**Disusun oleh**

**ANISA NURUL AMIATUN**

**20140320073**

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

**2018**

## PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Anisa Nurul Amiatun

NIM : 20140320073

Program Studi : Ilmu Keperawatan

Fakultas : Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan

Menyatakan dengan sebenar benarnya bahwa Karya Tulis Ilmiah yang peneliti tulis ini benar-benar merupakan hasil peneliti sendiri dan belum diajukan dalam bentuk apapun ke perguruan tinggi manapun. Sumber informasi yang berasal atau dikutip dari karya yang diterbitkan maupun tidak diterbitkan dari peneliti lain telah disebutkan dalam teks tercantum dalam daftar pustaka di bagian terakhir Karya Tulis Ilmiah ini.

Apabila dikemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan Karya Tulis Ilmiah ini hasil jiplakan, maka peneliti bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Yogyakarta, 13 April 2018

Yang membuat pernyataan,



Anisa Nurul Amiatun

## MOTTO

*“Yang memberikan hidup adalah Allah SWT, jadi hiduplah karena Allah, yakinlah bahwa apapun yang kamu lakukan Allah SWT selalu membantumu dan apapun keadaanmu baik susah maupun senang Allah akan ada untukmu.”*

*(Penulis)*

*“Sesungguhnya, hanya orang-orang yang bersabarlah yang dicukupkan pahala mereka tanpa batas.”*

*(QS. Az-Zumar : 10)*

*“Hiduplah sebisa mungkin bisa bermanfaat baik bagi banyak orang”*

*(Penulis)*

*“Keikhlasan dan tanggung jawab adalah modal kesuksesan”*

*(Ibu)*



## HALAMAN PERSEMBAHAN

*Bismillahirrahmanirrahim*

*Dengan rahmat Allah SWT, atas segala limpahan karunia dan hidayah-Nya, Karya Tulis Ilmiah ini penulis persembahkan kepada :*

1. Bapak dan Ibu, Bapak Maryono dan Ibu Subinah, yang selalu memberikan dukungannya, tidak lepas mendoakan penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini dengan lancar.
2. Nenek Prapta Sudarma, yang selalku memberikan dukungan dan doanya untuk penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini dengan lancar.
3. Keluarga besarku yang selalu memberikan dukungannya kepada penulis untuk menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini.
4. Ibu Erfin Firmawati, S.Kep., Ns., MNS., selaku dosen pembimbing yang selalu sabar memberikan koreksi, saran, arahan, masukan, dan menyediakan waktunya sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini dengan lancar.
5. Ibu Resti Yulianti S., M.Kep., Ns., Sp.Kep.MB.,selaku dosen penguji yang telah memberikan saran dan koreksi untuk menyempurnakan Karya Tulis Ilmiah ini.
6. Sahabatku, Dwi Lestari, terimakasih sudah memberikan dukungan dan semangatnya untuk penulis dalam mengerjakan Karya Tulis Ilmiah ini.
7. Teman-teman yang membantu dan mau untuk direpotkan oleh penulis (Rafa, Ninik, Okta, Yuni, Farhah, Rahmah) dan semua teman angkatan PSIK 2014.
8. Tim KTI Ibu Erfin (Ihda, Yuliani, Sirli, Efilian, Erina) yang sama-sama berjuang melewati proses dari awal sampai mencapai tahap ini.
9. Semua pihak yang terlibat dalam penelitian penulis Karya Tulis Ilmiah ini.

## KATA PENGANTAR

*Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh.*

Alhamdulillahirabbil'alamin, puji syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya kepada penulis, sehingga penulis dapat menyusun Karya Tulis Ilmiah yang berjudul "Hubungan Dukungan Keluarga dengan Pelaksanaan Olahraga pada Pasien Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Bantul I Yogyakarta". Karya Tulis Ilmiah ini penulis susun guna syarat lulus Sajana Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.

Penulis menyadari bahwa kelancaran penulisan Karya Tulis Ilmiah ini tidak lepas berkat bantuan, serta bimbingan yang baik dari berbagai pihak. Oleh karena itu melalui pengantar ini perkenankanlah penulis mengucapkan terimakasih kepada:

1. Dr. dr. Wiwik Kusumawati, M.Kes., selaku Dekan Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta, yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk mengadakan dan menyusun Karya Tulis Ilmiah.
2. Ibu Shanti Wardaningsih, M.Kep., Ns., Sp.Kep.J., selaku Kepala Program Studi Ilmu Keperawatan yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk mengadakan dan menyusun Karya Tulis Ilmiah.
3. Ibu Erfin Firmawanti, S.Kep., Ns., MNS., selaku dosen pembimbing yang telah memberikan bimbingan, pengarahan, dan motivasi kepada penulis dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah.
4. Ibu Resti Yulianti Sutrisno, M.Kep., Ns., Sp.Kep.MB., selaku dosen penguji yang telah memberikan masukan dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah.
5. Puskesmas Bantul I yang telah memberikan izin kepada peneliti untuk melakukan penilitan di wilayah Puskesmas Bantul 1.
6. Semua pihak yang telah membantu penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.

Penulis juga menyadari bahwa dalam menyusun Karya Tulis Ilmiah ini masih ada kesalahan, kekurangan, dan kekilafan. Karena itu dengan rendah hati

penulis mohon maaf dan penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun dari semua pihak. Akhir kata penulis berharap Karya Tulis Ilmiah ini dapat bermanfaat bagi kita semua, khususnya di bidang ilmu keperawatan.

*Wassalamu 'alaikum Warahmatullahi Wabarokatuh.*

Yogyakarta, 13 April 2018

Anisa Nurul Amiatun



## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL .....	i
HALAMAN PENGESAHAN .....	ii
PERNYATAAN KEASLIAN .....	iii
MOTTO .....	iv
HALAMAN PERSEMBAHAN .....	v
KATA PENGANTAR.....	vi
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR GAMBAR .....	xi
DAFTAR TABEL .....	xii
DAFTAR LAMPIRAN .....	xiii
DAFTAR SINGKATAN .....	xiv
ABSTRAK .....	xv
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Rumusan Masalah .....	7
C. Tujuan.....	8
D. Manfaat.....	8
E. Penelitian Terkait.....	9
<b>BAB II TIJAUAN PUSTAKA</b>	
A. LandasanTeori .....	13
1. Hipertensi .....	13
2. Pelaksanaan olahraga pada pasien hipertensi.....	17
3. Dukungan Keluarga.....	22
B. Kerangka Teori .....	29
C. Kerangka Konsep .....	30
D. Hipotesa .....	30
<b>BAB III METODE PENELITIAN</b>	
A. Desain Penelitian .....	31
B. Lokasi dan Waktu.....	31



C. Populasi dan Sampel.....	31
1. Populasi .....	31
2. Sampel .....	31
D. Variabel Penelitian .....	33
E. Definisi Operasional.....	33
1. Dukungan keluarga.....	33
2. Pelaksanaan olahraga.....	34
F. Instrumen Penelitian.....	34
1. Kuesioner data demografi .....	34
2. Kuesioner dukungan keluarga .....	35
3. Kuesioner pelaksanaan olahraga .....	36
G. Tahapan Penelitian .....	37
H. Uji Validitas dan Reliabilitas.....	38
1. Uji Validitas .....	38
2. Uji Reliabilitas .....	40
I. Pengelolaan dan Metode Analisa Data .....	40
1. Pengelolaan data .....	40
2. Metode analisa data .....	42
J. Etika Penelitian.....	43

#### **BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN**

A. Deskripsi Wilayah Penelitian .....	45
B. Hasil Penelitian.....	46
1. Karakteristik Responden .....	46
2. Dukungan Keluarga .....	49
3. Pelaksanaan Olahraga Pasien Hipertensi .....	50
4. Hubungan dukungan keluarga dengan pelaksanaan olahraga pada pasien hipertensi .....	51
C. Pembahasan .....	51
1. Karakteristik Responden .....	51
2. Dukungan Keluarga Pasien Hipertensi .....	58
3. Pelaksanaan Olahraga Pasien Hipertensi .....	60

4. Hubungan Dukungan Keluarga dengan Pelaksanaan Olahraga Pasien Hipertensi .....	62
D. Kekuatan dan Kelemahan Penelitian .....	65
1. Kekuatan Penelitian .....	65
2. Kelemahan Penelitian .....	66
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN</b>	
A. Kesimpulan .....	67
B. Saran .....	68
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>70</b>
<b>LAMPIRAN</b>	

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 .....	29
Gambar 2.2 .....	30

## DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Klasifikasi Hipertensi .....	14
Tabel 3.1 Skoring Kuesioner Dukungan Keluarga .....	34
Tabel 3.2 Skoring Kuesioner Pelaksanaan Olahraga .....	34
Tabel 3.3 Kisi-kisi Pertanyaan <i>Unfavorable</i> dan <i>Favorable</i> .....	35
Tabel 3.4 Kisi-kisi Kuesioner Dukungan Keluarga .....	36
Tabel 3.5 Kisi-kisi Kuesioner Pelaksanaan Olahraga .....	36
Tabel 3.6 Analisa dan Penyajian Data Univariat .....	41
Tabel 4.1 Frekuensi Data Demografi berdasarkan Jenis Kelamin, Pekerjaan Penghasilan, Komunitas Olahraga, Sarana dan Prasarana Olahraga..	46
Tabel 4.2 Frekuensi Data Demografi berdasarkan Usia, Jumlah Keluarga, dan Lama Menderita Hipertensi .....	48
Tabel 4.3 Frekuensi Data Demografi berdasarkan Kategori Hipertensi, Kontrol Pelayanan Kesehatan Pendidikan Kesehatan Olahraga, Cek Tekanan Darah sebelum Olahraga .....	48
Tabel 4.4 Distribusi Responden Hipertensi berdasarkan Dukungan Keluarga...	49
Tabel 4.5 Distribusi Responden Hipertensi berdasarkan Bentuk Dukungan Keluarga.....	49
Tabel 4.6 Distribusi Responden Hipertensi berdasarkan Pelaksanaan Olahraga	50
Tabel 4.7 Hubungan Dukungan Keluarga dengan Pelaksanaan Olahraga pada Pasien Hipertensi .....	51



## DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Permohonan menjadi Responden
- Lampiran 2. Lembar Persetujuan menjadi Responden
- Lampiran 3. Kuesioner Demografi
- Lampiran 4. Kuesioner Dukungan Keluarga
- Lampiran 5. Kuesioner Pelaksanaan Olahraga
- Lampiran 6. Surat Izin Studi Pendahuluan
- Lampiran 7. Keterangan Lolos Etik
- Lampiran 8. Izin Penelitian
- Lampiran 9. Hasil Uji Validitas
- Lampiran 10. Hasil Analisis Data

## DAFTAR SINGKATAN

WHO	: World Health Organization
Dinkes	: Dinas Kesehatan
Riskesdas	: Riset Kesehatan Dasar
CDC	: Center of Diseases Kontrol
Kemenkes RI	: Kmentrian Kesehatan Republik Indonesia
AHA	: American Heart Association
IMT	: Indeks Massa Tubuh
IHD	: Ischaemic Heart Disease
MRFIT	: Multiple Risk Factor Intervension Trial
ESRD	: End Stage Renal Disease
KIA	: Kesehatan Ibu dan Anak
MTBS	: Manajemen Terpadu Balita Sakit
Pustu	: Puskesmas Pembantu
Prolanis	: Program Pelayanan Penyakit Kronis
UMR	: Upah Minimal Regio
IRT	: Ibu Rumah Tangga
PNS	: Pegawai Negeri Sipil