

**PENGARUH PROGRAM EDUKASI HIPERTENSI TERHADAP
PENATALAKSANAAN DIET RENDAH NATRIUM DAN KOLESTEROL
PADA PENDERITA HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS
KASIHAN 1 BANTUL YOGYAKARTA**

KARYA TULIS ILMIAH

**Untuk memenuhi syarat memperoleh derajat
Sarjana Keperawatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta**



**Disusun oleh
AGUNG PRANOTO
20110320017**

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

2015

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Agung Pranoto
NIM : 20110320017
Program Studi : Ilmu Keperawatan
Fakultas : Kedokteran dan Ilmu Kesehatan

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa Karya Tulis Ilmiah yang saya tulis ini benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri dan belum diajukan dalam bentuk apapun kepada perguruan tinggi manapun. Sumber informasi yang berasal atau dikutip dari karya yang diterbitkan maupun tidak diterbitkan dari penulis lain telah disebutkan dalam teks dan dicantumkan dalam Daftar Pustaka di bagian akhir Karya Tulis Ilmiah ini.

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

Yogyakarta, 20 Agustus 2015

Yang membuat pernyataan,

Tanda tangan

The image shows a green revenue stamp (Meterai Tempel) with a value of 6000 Rupiah. The stamp features the Garuda Pancasila emblem and the text 'METERAI TEMPEL', 'TGL 20', '6FA28ADF338902852', '6000', and 'ENAM RIBU RUPIAH'. A handwritten signature is written over the stamp.

Agung Pranoto

HALAMAN PENGESAHAN KTI

**PENGARUH PROGRAM EDUKASI HIPERTENSI TERHADAP
PENATALAKSANAAN DIET RENDAH NATRIUM DAN KOLESTEROL
PADA PENDERITA HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS
KASIHAN 1 BANTUL YOGYAKARTA**

**Disusun Oleh :
AGUNG PRANOTO
20110320017**

Telah disetujui dan diseminarkan pada tanggal 22 Agustus 2015

Dosen Pembimbing

Dosen Penguji



**Erfin Firmawati S.Kep., NS., MNS
NIK: 19810708200710173080**

**Wulan Noviani S.Kep NS., MNS
NIK: 19861116201404173169**

Mengetahui

**Kaprodi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Yogyakarta**



Sri Sumaryani, S.Kep., Ns., M.Kep., Sp.Mat, HNC

KATA PENGANTAR



Assalamu'alaikum Wr Wb

Puji syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT, yang telah memberikan rahmat, petunjuk, karunia serta Anugerah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penelitian yang berjudul “pengaruh program edukasi hipertensi terhadap penatalaksanaan diet rendah natrium dan kolesterol pada penderita hipertensi di Area Kerja Puskesmas Kasihan 1 Bantul Yogyakarta” dengan baik dan lancar. Sholawat serta salam semoga tetap tercurah kepada junjungan nabi besar kita Nabi Muhammad SAW beserta para keluarganya, sahabatnya dan Insya Allah kepada kita sebagai umatnya. Semoga ajaran yang beliau ajarkan dapat kita amalkan dalam kehidupan ini & semoga kita mendapatkan syafa'at beliau di akhirat nanti. Amiin.

Peneliti sadar tanpa bantuan dari berbagai pihak, karya tulis ilmiah ini tidak akan terwujud. Oleh karena itu penulis ingin mengucapkan terimakasih kepada:

1. Dekan Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta, dr. Ardi Pramono, Sp.An., M.Kes
2. Sri Sumaryani, S.Kep., Ns., M.Kep., Sp.Mat, HNC selaku Kepala Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.
3. Erfin Firmawati, S.Kep., Ns., MNS Selaku dosen pembimbing yang telah banyak meluangkan waktunya untuk memberi arahan dan bimbingannya pada karya tulis ilmiah ini.
4. Wulan Noviani S.Kep., Ns., MM selaku dosen penguji yang telah bersedia meluangkan waktu untuk menguji, mengoreksi dan memberikan masukan serta saran terhadap karya tulis ilmiah ini.
5. Turokhman dan Titi Eko Bahari YM selaku orang tua, Hari Darmawan dan Tabah Wicaksono selaku adik yang selalu mendoakan, mendukung,

memberikan semangat, motivasi serta kasih sayang yang tidak pernah putus.

6. Semua teman-teman seperjuangan Program Studi Ilmu Keperawatan Angkatan 2011 terutama Anggi Anghara teman seperjuangan dari TK sampai kuliah atas kerjasama dan bantuan yang diberikan, Selvi Nadia, Hendra Gunawan, Dedi Satriawan, Aliani dan teman-teman PSIK 11.
7. Semua pihak-pihak yang membantu dalam penyusunan karya tulis ilmiah ini yang tidak bisa peneliti sebutkan satu-persatu.

Wassalaamu'alaikum Wr.Wb

Yogyakarta, Agustus 2015

Agung Pranoto

DAFTAR ISI

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته

HALAMAN JUDUL	i
LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
KATA PENGANTAR.....	iv
DAFTAR ISI.....	v
DAFTAR TABEL	vi
DAFTAR GAMBAR.....	vii
DAFTAR SINGKATAN.....	viii
INTISARI	ix
ABSTRAK	x
BAB I : PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	6
C. Tujuan Penelitian	6
D. Manfaat Penelitian	7
E. Keaslian Penelitian	7
BAB II : TINJAUAN PUSTAKA	11
A. Konsep Hipertensi	11
1. Pengertian Hipertensi	11
2. Klasifikasi Hipertensi	11
3. Etiologi Hipertensi.....	12
4. Tanda dan Gejala Hipertensi	13
5. Patofisiologi Hipertensi	14
6. Komplikasi Hipertensi.....	15
7. Penatalaksanaan Hipertensi	16
B. Pendidikan Kesehatan.....	27
1. Konsep Pendidikan Kesehatan	27
2. Tujuan Pendidikan Kesehatan	27
3. Metode Pemberian Pendidikan Kesehatan	28
4. Media Pendidikan Kesehatan	31
C. Kerangka Konsep	32
D. Hipotesis	32
BAB III : METODELOGI PENELITIAN	35
A. Desain Penelitian	35
B. Populasi dan Sampel.....	35
C. Lokasi Penelitian	38
D. Variabel Penelitian	38
E. Definisi Operasional.....	39
F. Instrumen Penelitian	40

G. Cara Pengumpulan Data	41
H. Uji Validitas dan Reliabilitas.....	43
I. Metode Pengolahan dan Analisis Data.....	44
J. Etika Penelitian.....	48
BAB IV : HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	49
A. Hasil Penelitian.....	49
B. Pembahasan	53
C. Kekuatan dan kelemahan penelitian	58
BAB V : KESIMPULAN	60
A. Kesimpulan.....	60
B. Saran	60
DAFTAR PUSTAKA	62
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1	Klasifikasi Hipertensi menurut <i>Joint National Committee VII</i>	12
Tabel 2.2	Anjuran diet DASH	19
Tabel 3.1	Desain Penelitian	34
Tabel 3.2	Kisi-Kisi Kuesioner Diet Hipertensi	40
Tabel 4.1	Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden pada Kelompok Eksperimen (N=24)	51
Tabel 4.2	Deskripsi Penatalaksanaan Diet Rendah Natrium dan Kolesterol pada Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Kasih 1 Bantul Yogyakarta (N=24)	52
Tabel 4.3	Perbandingan Nilai <i>Pre-test</i> dan <i>Post-test</i> Penatalaksanaan Diet Rendah Natrium dan Kolesterol pada Penderita Hipertensi (N=24)	52

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Konsep.....	32
Gambar 3.1 Hubungan Antar Variabel.....	38

DAFTAR SINGKATAN

CVI	: <i>Content Validity Indeks</i>
DASH	: <i>Dietary Approach for Stop Hypertension</i>
DEPKES RI	: Departemen Kesehatan Republik Indonesia
DIY	: Daerah Istimewa Yogyakarta
JNC	: <i>Joint National Committee</i>
MSG	: <i>Monosodium Glutamat</i>
RISKESDAS	: Riset Kesehatan Dasar
WHO	: <i>World Health Organization</i>

Pranoto Agung. (2015). Pengaruh Program Edukasi Hipertensi Terhadap Penatalaksanaan Diet Rendah Natrium dan Kolesterol di Wilayah Kerja Puskesmas Kasihan 1 Bantul Yogyakarta.

Dosen Pembimbing: Erfin Firmawati, S. Kep., Ns., MNS.

INTISARI

Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular. Penyebab yang meningkatkan penyakit hipertensi ialah diet yang tidak baik seperti konsumsi garam lebih dari satu sendok teh setiap hari dan mengkonsumsi makanan yang banyak mengandung kolesterol tinggi. Program edukasi diharapkan dapat meningkatkan penatalaksanaan diet hipertensi pada penderita hipertensi.

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh program edukasi hipertensi terhadap penatalaksanaan diet pada penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Kasihan 1 Bantul Yogyakarta.

Jenis penelitian ini adalah kuantitatif dengan desain penelitian *Quasi Experimental one group pre-posttest*. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*. Penelitian dilakukan di Area Kerja Puskesmas Kasihan 1 Bantul Yogyakarta dengan jumlah responden 24 orang. Analisa data yang digunakan adalah *Wilcoxon Signed Rank Test*.

Hasil penelitian menunjukkan adanya pengaruh pada penatalaksanaan diet setelah diberikan pendidikan kesehatan tentang hipertensi dilihat berdasarkan nilai *pretest* (17,71) dan *post-test* (19,46), dan *p value* 0,015.

Kesimpulan penelitian ini adalah Ada pengaruh program edukasi hipertensi terhadap penatalaksanaan diet rendah natrium dan kolesterol pada penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Kasihan 1 Bantul.

Kata Kunci: Hipertensi, Program Edukasi, Penatalaksanaan Diet Rendah Natrium dan Kolesterol.

Pranoto Agung. (2015). *The effect of hypertension education program toward diet management of low sodium and cholesterol in the area of Puskesmas Kasihan 1 Bantul, Yogyakarta.*

Advisor : Erfin Firmawati, S. Kep., Ns., MNS.

Abstract

Hypertension is one of the non communicable disease. Hypertension is a condition when the blood pressure is above 140/90 mmHg. It is caused by over consuming salt, which is more than a tea spoon within a day and consuming food that contain high cholesterol. Through the education program, .it is expected that diet management of hypertension patient will be increased.

The purpose of this study is to know The effect of hypertension education program toward diet management of low sodium and cholesterol in the area of Puskesmas Kasihan 1 Bantul, Yogyakarta.

This research is a quantitative research with design quasi experimental one group pre-posttest. It is conducted in the area of Puskesmas Kasihan 1 Bantul Yogyakarta with 24 people as respondents. Data is analyzed by wilcoxon.

The result of this research shows that there is influence on diet nabagenebt after being given health education about hypertension. It is according to the pretest value (17,71) and post test (19,46) and p value (0,015).

Conclusion of this research is there is influence of hypertension education program toward the diet management of low sodium and cholesterol on hypertension patients in the area of Puskesmas kasihan 1 bantul.

Key words : hypertension, education program, diet management of low sodium and cholesterol