

SKRIPSI

**Hubungan Status Gizi Dengan Kejadian Hipertensi Pada
Masyarakat Usia 45-60 Tahun Di Desa Koto
Perambahan Wilayah Kerja UPTD
Puskesmas Kampar Timur
Tahun 2020**



NAMA : CHOLBY.Z

NIM : 1614201068

**FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
UNIVERSITAS PAHLAWAN TUANKU TAMBUSAI
2020**

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS PAHLAWAN TUANKU TAMBUSAI RIAU**

Laporan Penelitian, Juli 2020

**CHOLBY.Z
NIM 1614201068**

Hubungan Status Gizi Dengan Kejadian Hipertensi Pada Masyarakat Usia 45-60 Tahun Di Desa Koto Perambahan Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Kampar Timur.

ix+ 48 Halaman + 4 Tabel + 4 Skema + 10 Lampiran

ABSTRAK

Lanjut usia (lansia) adalah seseorang yang sudah mencapai usia 60 tahun keatas. Semakin bertambahnya usia, fungsi fisiologis mengalami penurunan yang menimbulkan berbagai masalah kesehatan salah satunya adalah *Insomnia*. Insomnia ditandai dengan adanya gangguan sulit untuk memulai tidur. Adapun salah satu cara untuk mengobati skala insomnia adalah dengan terapi senam lansia, karena terapi senam lansia dapat memberikan sensasi relaksasi sehingga mengakibatkan terjadinya peningkatan oksigen dalam darah pada area yang digerakkan sehingga aktivitas sel meningkat dan akan mengurangi skala insomnia serta menunjang proses penyembuhan. **Tujuan penelitian** ini adalah untuk mengetahui pengaruh senam lansia terhadap penurunan Skala *Insomnia* pada lansia di Batu Belah Wilayah Kerja Puskesmas Kampar Tahun 2020. **Desain penelitian** ini adalah *quasi eksperimental* dengan rancangan *one group pretest-posttest design* dengan metode pengambilan sampel *purposive sampling*. Jumlah populasi dalam penelitian ini adalah 117 orang dengan jumlah sampel sebanyak 30 orang. Alat ukur yang digunakan adalah *insomnia rating scale* dan lembar kuesioner. Analisa yang digunakan adalah univariat dan bivariat menggunakan uji T-test. **Hasil penelitian** menunjukkan adanya pengaruh terhadap penurunan skala *Insomnia* pada lansia dengan p-value 0,000 ($p < 0,05$), dengan rata-rata penurunan 3,8. **Disarankan** kepada lansia untuk dapat menggunakan senam lansia dalam proses menurunkan Skala *Insomnia*.

Kata Kunci : *Lansia, Insomnia, Senam Lansia.*

Daftar Pustaka : 28 (2010 – 2019).

LEMBAR PENGESAHAN HASIL PENELITIAN

**JUDUL : Hubungan Status Gizi Dengan Kejadian Hipertensi Pada Masyarakat
Usia 45-60 Tahun Di Desa Koto Perambahan Wilayah Kerja UPTD Puskesmas
Kampar Timur.**

NAMA : CHOLBY.Z

NIM : 1614201068

Menyetujui
Pembimbing I

Menyetujui
Pembimbing II

M. Nizar Syrif Hamidi,A,Kep,M.Kes
NIP TT : 0965420005

Ns.Gusman Virgo,S.Kep.MKL
NIP TT : 096542112

Mengetahui
Ketua Prodi S1 Keperawatan
Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai Riau

Ns. ALINI, S.Kep, M. Kep
NIP TT : 096.542.079

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah puji syukur kehadiran Allah SWT, yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya peneliti dapat memperoleh kemampuan dalam menyelesaikan hasil penelitian yang berjudul **“Hubungan Status Gizi Dengan Kejadian Hipertensi Pada Masyarakat Usia 45-60 Tahun Di Desa Koto Perambahan Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Kampar Timur”**

Penelitian ini diajukan guna memenuhi salah satu syarat dalam menyelesaikan program S1 Keperawatan Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai. Dalam penyelesaian skripsi ini, peneliti banyak mendapatkan bantuan dari berbagai pihak, oleh karena itu peneliti ingin mengucapkan terima kasih yang tulus kepada yang terhormat:

1. Bapak Prof. DR. Amir Luthfi Rektor Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai.
2. Ibu Dewi Anggraini Harahap, M,Keb selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Pahlawan tuanku Tambusai.
3. Ibu Ns. Alini, M.Kep selaku Ketua Prodi S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai.
4. Bapak M. Nizar Syarif Hamidi, A.Kep, M.Kes selaku pembimbing I yang telah meluangkan waktu, fikiran, bimbingan serta arahan petunjuk dan bersusah payah membantu dalam menyelesaikan penyusunan skripsi ini tepat pada waktunya.
5. Bapak Ns. Gusman Virgo, S.Kep, MKL selaku pembimbing II yang telah meluangkan waktu, fikiran, bimbingan serta arahan petunjuk dan bersusah payah membantu dalam menyelesaikan penyusunan skripsi ini tepat pada waktunya.

6. Ibu Ns.Yenny Safitri M.Kep selaku narasumber I yang telah meluangkan waktu, pikiran, bimbingan serta arahan petunjuk dan bersusah payah membantu dalam menyelesaikan penyusunan skripsi ini tepat pada waktunya.
7. Ibu Ns.Erma Kusumayanti,M.Kep selaku narasumber II yang telah meluangkan waktu, pikiran, bimbingan serta arahan petunjuk dan bersusah payah membantu dalam menyelesaikan penyusunan skripsi ini tepat pada waktunya.
8. Kepala Puskesmas Kampar Timur atas dukungan dan kerjasama dalam pengambilan data yang diteliti.
9. Kedua Orang tua yang telah bersusah payah memberikan peneliti banyak dukungan baik secara materi maupun moril hingga detik ini.
10. Bapak dan Ibu dosen Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai yang telah memberikan kesempatan dan kemudahan bagi penulis dalam menyelesaikan penyusunan ini.
11. Rekan-rekan seperjuangan dari Prodi S1 Keperawatan Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai yang telah bermurah hati dalam membantu menyelesaikan skripsi ini.
12. Terima kasih kepada teman jurusan S1 gizi yang telah banyak membantu serta meluangkan pikirannya dalam pembuatan skripsi ini.

Peneliti menyadari bahwa ini masih banyak kekurangan baik dari segi penampilan dan penulisan. Oleh karena itu, peneliti senantiasa mengharapkan saran dan kritikan yang bersifat membangun demi kesempurnaan penelitian ini.

Bangkinang, Juli 2020
Peneliti

Cholby.Z

DAFTAR ISI

| | Halaman |
|---|----------------|
| LEMBAR SAMPUL | |
| LEMBAR PENGESAHAN UJIAN HASIL..... | i |
| ABSTRAK..... | ii |
| KATA PENGANTAR..... | iii |
| DAFTAR ISI..... | iv |
| DAFTAR TABEL..... | vi |
| DAFTAR SKEMA..... | vii |
| DAFTAR LAMPIRAN..... | viii |
| BAB I PENDAHULUAN | |
| A. Latar Belakang..... | 1 |
| B. Rumusan Masalah..... | 8 |
| C. Tujuan Penelitian..... | 8 |
| D. Manfaat Penelitian..... | 9 |
| BAB II TINJAUAN PUSTAKA | |
| A. Tinjauan Pustaka..... | 11 |
| 1. Tinjauan Teoris..... | 11 |
| a. Definisi Hipertensi..... | 11 |
| b. Etiologi Hipertensi..... | 12 |
| c. Patofisiologi Hipertensi..... | 14 |
| d. Klasifikasi Hipertensi..... | 17 |
| e. Gejala Hipertensi..... | 17 |
| f. Penatalaksanaan Hipertensi..... | 18 |
| 2. Konsep Usia 45 Tahun Ke Atas..... | 20 |
| a. Penduduk Usia 45 Ke Atas..... | 20 |
| b. Proses Penuaan..... | 20 |
| c. Perubahan pada Penduduk Usia 45 Ke Atas... | 21 |
| 3. Konsep Status Gizi..... | 25 |
| a. Pengertian Status Gizi..... | 25 |
| b. Pemantauan Status Gizi..... | 25 |
| B. Penelitian Terkait..... | 26 |
| C. Kerangka Teori..... | 27 |
| D. Kerangka Konsep..... | 28 |
| E. Hipotesis..... | 28 |

BAB III METODE PENELITIAN

| | |
|---------------------------------------|----|
| A. Desain Penelitian..... | 29 |
| 1. Rancangan Penelitian..... | 29 |
| 2. Alur Penelitian..... | 30 |
| 3. Prosedur Penelitian..... | 31 |
| 4. Variabel Penelitian..... | 31 |
| B. Lokasi dan Waktu Penelitian..... | 32 |
| C. Populasi dan Sampel..... | 32 |
| D. Teknik Pengambilan Sampel..... | 33 |
| E. Etika Penelitian..... | 34 |
| F. Alat Penumpulan Data..... | 35 |
| G. Prosedur dan Pengumpulan Data..... | 35 |
| H. Defenisi Operasional..... | 36 |
| I. Analisis Data..... | 37 |

BAB IV HASIL PENELITIAN

| | |
|---------------------------------|----|
| A. Karakteristik Responden..... | 40 |
| B. Analisa Univaria..... | 41 |
| C. Analisa Bivariat..... | 42 |

BAB V PEMBAHASAN

| | |
|--------------------|----|
| A. Pembahasan..... | 44 |
|--------------------|----|

BAB VI PENUTUP

| | |
|------------------------------|----|
| A. Kesimpulan dan Saran..... | 48 |
|------------------------------|----|

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

| | Halaman |
|--|----------------|
| Tabel 1.1 : Data Kasus Hipertensi Di Puskesmas Kabupaten Kampar..... | 4 |
| Tabel 1.2 :Jumlah penderita hipertensi 10 puskesmas dengan kasus hipertensi tertinggi di kabupatenKampar berdasarkan persenntase pelayanan tertinggi | 5 |
| Tabel 1.3: Jumlah penderita hipertensi menurut desa pada bulan maret diwilayah kerja UPTD puskesmas Kampar timur..... | 6 |
| Tabel 2.1: Klasifikasi Hipertensi..... | 17 |
| Tabel 2.2: IMT Berdasarkan Pedoman Gizi Nasional (PGN)2014..... | 26 |
| Tabel 3.1: Defenisi Oprasional..... | 36 |
| Tabel 4.1: Distribusi Rrsponden Berdasarkan Karakteristik Sampel.... | 40 |
| Tabel 4.2: Distribusi Responden Menurut Status Gizi..... | 41 |
| Tabel 4.3: Distribusi Responden Menurut Tekanan Darah..... | 41 |
| Tabel 4.4: Hubungan Status Gizi Dengan Kejadian Hipertensi Pada Masyarakat Usia 45-60 Tahun..... | 42 |

DAFTAR SKEMA

| | Halaman |
|---------------------------------------|----------------|
| Skema 2.1 : Kerangka Teori..... | 27 |
| Skema 2.2 : Kerangka Konsep..... | 28 |
| Skema 3.1 : Rancangan Penelitian..... | 29 |
| Skema 3.2 : Alur Penelitian..... | 30 |

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 : Lembar ACC Judul

Lampiran 2 : Surat Izin Pengambilan Data dan Izin Penelitian

Lampiran 3 : Surat Balasan Pengambilan Data dan Izin Penelitian

Lampiran 4 : Surat Permohonan Menjadi Responden

Lampiran 5 : Surat Persetujuan Responden

Lampiran 6 : Lembar Observasi

Lampiran 7 : Master Tabel

Lampiran 8 : Uji chi square

Lampiran 9 : Dokumentasi Penelitian

Lampiran10: Lembar Konsultasi