

KARYA TULIS ILMIAH
GAMBARAN PENGETAHUAN LANSIA PENDERITA
HIPERTENSI TENTANG DIET HIPERTENSI
DI PUSKESMAS LANGKIMAT KEC.
SIMANGAMBAT KAB.PALUTA
TAHUN 2023



SEPTINA DAMAYANTI DALIMUNTHER
P07520120031

POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES RI MEDAN
PRODI D-III KEPERAWATAN
TAHUN 2023

KARYA TULIS ILMIAH
GAMBARAN PENGETAHUAN LANSIA PENDERITA
HIPERTENSI TENTANG DIET HIPERTENSI
DI PUSKESMAS LANGKIMAT KEC.
SIMANGAMBAT KAB.PALUTA
TAHUN 2023

Sebagai syarat menyelesaikan pendidikan Program Studi
Diploma III Keperawatan



SEPTINA DAMAYANTI DALIMUNTHER
P07520120031

POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES RI MEDAN
PRODI D-III KEPERAWATAN
TAHUN 2023

LEMBAR PERSETUJUAN

**JUDUL : GAMBARAN PENGETAHUAN LANSIA PENDERITA
HIPERTENSI TENTANG DIETHIPERTENSI DI PUSKESMAS
LANGKIMAT KEC.SIMANGAMBAT KAB.PALUTA**
NAMA : SEPTINA DAMAYANTI DALIMUNTHE
NIM : P07520120031

Telah Diterima Dan Disetujui Untuk Diseminarkan Dihadapan Penguji
Medan, Juni 2023

Menyetujui

Pembimbing I



Elfina. S.Kep. Ns. M.Kep

NIP.197811242005012003

Pembimbing II



Sulastri G.P Tambunan. S.Kep. Ns. M.Kep

NIP.198106172002122001



LEMBAR PENGESAHAN

**JUDUL : GAMBARAN PENGETAHUAN LANSIA PENDERITA
HIPERTENSI TENTANG DIET HIPERTENSI DI PUSKESMAS
LANGKIMAT KEC.SIMANGAMBAT KAB.PALUTA**

NAMA : SEPTINA DAMAYANTI DALIMUNTHE

NIM : P07520120031

Karya Tulis Ilmiah ini Telah Diuji Pada Sidang Ujian Akhir Program Jurusan
Keperawatan Poltekkes Kemenkes Medan Tahun 2023

Penguji I



Solihuddin Harahap, S.Kep, Ns, M.Kep

NIP.197407151998032001

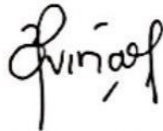
Penguji II



Ida Suryani Hasibuan, S.Kep, Ns, M. Kep

NIP.197703122002122002

Ketua Penguji



Elfina S.Kep, Ns, M.Kep

NIP.197811242005012003

**Ketua Jurusan Keperawatan
Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan**



Suriani Br Ginting, SST, S.Kep, Ns, M.Kep
NIP. 196810211994032005

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis ucapkan atas kehadiran Allah SWT karena nikmat sehat dan karunia-Nya, penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini dengan judul “ **Gambaran Pengetahuan Lansia Penderita Hipertensi Tentang Diet Hipertensi Di Puskesmas Langkimat Kec. Simangambat Kab. Paluta**” Karya Tulis Ilmiah merupakan salah satu syarat untuk menyelesaikan pendidikan Program Studi D-III Keperawatan di Politeknik Kesehatan Kemenkes RI Medan.

Penulis banyak mendapatkan bimbingan, bantuan, perhatian, arahan dan dukungan dari beberapa pihak dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini. Penulis mengucapkan terimakasih kepada ibu Elfina, S.Kep, Ns, M.Kep selaku pembimbing utama saya dan ibu Sulastri G.P Tambunan, S.Kep, Ns, M.Kep selaku pembimbing pendamping yang telah banyak memberikan bimbingan, arahan, dan masukan pada penulis sehingga dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini.

Selain itu penulis juga mengucapkan terimakasih kepada:

1. Ibu RR. Sri Arini Winarti Rinawati, SKM, M.Kep selaku Direktur PoltekNIK Kesehatan Kemenkes RI Medan
2. Ibu Suriani Br Ginting, S.Kep, Ns, M.Kep selaku Ketua Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes RI Medan.
3. Ibu Hj.Masnila Siregar, S.Kep, Ns, M.Pd selaku Ketua Prodi DIII Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes RI Medan
4. Bapak Solihuddin Harahap, S.Kep, Ns, M.kep selaku Dosen Penguji I saya dan selaku Sekretaris Jurusan Keperawatan dan Ibu Ida Suryani Hasibuan, S.Kep, Ns, M.Kep selaku Dosen Penguji II.
5. Dosen dan seluruh Staf Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan RI yang telah membimbing, mendidik, memotivasi dan membantu penulis dalam menjalankan pendidikan.
6. Terimakasih penulis ucapkan kepada kedua orang tua, buat Ayah tersayang Ali Imran Dalimunthe dan Mama tersayang Elvi Sukasih Siregar, kaka saya Malvi Dina Dalimunthe dan kedua adik saya Sugma Hati Dalimunthe, Saima Putri Dalimunthe

dan keluarga besar saya yang telah memberikan limpahan kasih sayang, motivasi hidup, perhatian, nasehat dan doa restu yang tiada henti kepada penulis dalam menyelesaikan pendidikan ini.

7. Terimakasih buat teman – teman saya Yuliana Putri Nasution dan Fanny Rizka Ramadani yang selalu membantu dan menyemangati serta memberi solusi dalam menyelesaikan proposal ini.

Semoga segenap bantuan, bimbingan dan arahan yang telah diberikan kepada penulis mendapat balasan dari ALLAH SWT. Harapan penulis, proposal ini dapat bermanfaat bagi peningkatan dan pengembangan keperawatan.

Medan, Juni 2023

Penulis

(Septina Damayanti Dalimunthe)

NIM. P07520120031

PERNYATAAN TIDAK PLAGIAT

**GAMBARAN PENGETAHUAN LANSIA PENDERITA HIPERTENSI
TENTANG DIET HIPERTENSI DI PUSKESMAS LANGKIMAT
KEC.SIMANGAMBAT KAB.PALUTA
TAHUN 2023**

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam Karya Tulis Ilmiah ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan suatu perguruan tinggi dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diajukan dalam naskah dan disebut dalam daftar pustaka.

Medan, Juni 2023

Septina Damayanti Dalimunthe
(P07520120031)

POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MEDAN
JURUSAN KEPERAWATAN
KARYA TULIS ILMIAH, JUNI 2023

SEPTINA DAMAYANTI DALIMUNTHE
P07520120031

**GAMBARAN PENGETAHUAN LANSIA PENDERITA HIPERTENSI
TENTENG DIET HIPERTENSI DI PUSKESMAS LANGKIMAT
KEC.SIMANGAMBAT KAB.PALUTA TAHUN 2023**

V BAB + 41 HALAMAN + 12 TABEL + 1 GAMBAR + 10 LAMPIRAN

ABSTRAK

Latar Belakang : Hipertensi merupakan suatu peningkatan tekanan darah dimana sistoliknya diatas 120 mmHg dan tekanan darah diastoliknya diatas 80 mmHg. Diet hipertensi dapat membantu menurunkan tekanan darah tinggi dan mempertahankan menuju normal, diet hipertensi bisa dilakukan dengan mengkonsumsi sayuran, serta mengkonsumsi buah – buahan, dan mineral tertentu (kalium, magnesium, serta kalium) serta membatasi asupan garamnya.

Tujuan : Untuk mengetahui gambaran pengetahuan lansia penderita hipertensi tentang diet hipertensi di Puskesmas Langkimat Kec.Simangambat Kab.Paluta Tahun 2023

Metode : Jenis penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah penelitian deskriptif dengan desain *cross sectional*. Populasi dari penelitian ini adalah pasien yang datang berobat jalan. Sampel dalam penelitian ini yaitu 44 orang, teknik pengambilan sampel dengan teknik *purposive sampling*. Alat ukur yang digunakan dengan menggunakan kuesioner.

Hasil : Hasil penelitian ini menunjukkan pengetahuan lansia penderita hipertensi tentang diet hipertensi 14 responden (31,8%) memiliki pengetahuan baik, 23 responden (52,3%) memiliki pengetahuan cukup, dan 7 responden (15,9) memiliki pengetahuan kurang.

Kesimpulan : Tingkat pengetahuan lansia penderita hipertensi di kategorikan berpengetahuan cukup.

Saran : Diharapkan lansia penderita hipertensi lebih meningkatkan pengetahuan khususnya tentang diet hipertensi.

Kata Kunci : Diet Hipertensi, Lansia, Pengetahuan

MEDAN HEALTH POLYTECHNIC OF MINISTRY OF HEALTH
DEPARTMENT OF NURSING
SCIENTIFIC PAPER, JUNE 2023

SEPTINA DAMAYANTI DALIMUNTHE
P07520120031

DESCRIPTION OF THE KNOWLEDGE OF ELDERLY PATIENTS WITH
HYPERTENSION ABOUT HYPERTENSION DIET IN LANGKIMAT HEALTH
CENTER, SIMANGAMBAT DISTRICT, PADANG LAWAS UTARA REGENCY
IN 2023

V CHAPTER + 41 PAGES + 12 TABLES + 1 FIGURE + 10 APPENDICES

ABSTRACT

Background : Hypertension is an increase in blood pressure, when the systolic is above 120 mmHg and the diastolic is above 80 mmHg. A hypertension diet can help lower blood pressure and maintain it towards normal, which is carried out through consumption of vegetables, fruits, certain minerals (potassium, magnesium and potassium) and limiting salt intake.

Purpose: this study was to describe the knowledge of elderly people with hypertension about the hypertension diet at Langkimat Health Center, Simangambat District, North Padang Lawas Regency in 2023

Methods: This research is a descriptive study designed in cross sectional, examining 44 people as samples obtained through purposive sampling technique from a population consisting of patients. Research data was collected through a questionnaire.

Results: Through research, it was found that elderly people with hypertension know about hypertension diet: 14 respondents (31.8%) had good knowledge, 23 respondents (52.3%) had fair knowledge, and 7 respondents (15.9) had poor knowledge .

Conclusion: The level of knowledge of elderly people with hypertension is in the fair category,

Suggestion: It is hoped that elderly people with hypertension will increase their knowledge, especially about the hypertension diet.

Keywords: Hypertension Diet, Elderly, Knowledge



DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN	i
LEMBAR PENGESAHAN.....	ii
KATA PENGANTAR.....	iii
PERNYATAAN TIDAK PLAGIAT	v
ABSTRAK	vi
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR LAMPIRAN.....	xi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah.....	5
C. Tujuan Penelitian.....	5
1. Tujuan Umum.....	5
2. Tujuan Khusus.....	5
D. Manfaat Penelitian	6
1. Bagi Institusi	6
2. Bagi Puskesmas.....	6
3. Bagi Peneliti	6
4. Bagi Lansia.....	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	7
A. Hipertensi	7
a. Pengertian Hipertensi	7
b. Etiologi	7
c. Tanda & Gejala Hipertensi.....	10
d. Patofisiologi	10
e. Penatalaksanaan Hipertensi.....	11
f. Pencegahan Hipertensi	13
B. Konsep Diet Hipertensi	13
a. Pengertian Diet	13
b. Tujuan Diet	13
c. Dasar Terapi Diet.....	15

C. Pengetahuan	18
a. Defenisi Pengetahuan.....	18
b. Tingkat Pengetahuan.....	18
c. Faktor – Faktor Mempengaruhi Pengetahuan.....	19
d. Pengukuran Pengetahuan	20
D. Lansia.....	20
a. Pengertian Lansia	20
b. Batasan Usia Lanjut.....	21
c. Klasifikasi Lansia	22
E. Kerangka Konsep	22
BAB III METODE PENELITIAN	25
A. Jenis dan Desain Penelitian	25
B. Tempat dan Waktu Penelitian.....	25
C. Populasi dan Sampel Penelitian.....	25
D. Jenis dan Cara Pengumpulan Data	27
E. Pengolahan dan Analisa Data	27
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	29
A. Hasil	29
1. Karakteristik Responden Berdasarkan Usia	29
2. Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin	29
3. Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan.....	30
4. Karakteristik Responden Berdasarkan Pekerjaan	30
B. Pembahasan Hasil Penelitian.....	34
1. Lansia Berdasarkan Umur	34
2. Lansia Berdasarkan Jenis Kelamin.....	35
3. Lansia Berdasarkan Pendidikan	35
4. Lansia Berdsarkan Pekerjaan.....	37
5. Pengetahuan	37
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	39
A. Kesimpulan.....	39
B. Saran	39
DAFTAR PUSTAKA	41

DAFTAR TABEL

2.1 Klasifikasi Berdasarkan Tekanan Darah Sistolik dan Diastolik	10
2.2 Bahan Makanan Yang Dianjurkan dan Tidak Dianjurkan	16
2.3 Definisi Operasional dan Aspek Pengukuran	23
4.1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Usia	29
4.2 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin	29
4.3 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan	30
4.4 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Pekerjaan	30
4.5 Distribusi Tabulasi Silang Gambaran Pengetahuan Lansia Penderita Hipertensi Tentang Diet Hipertensi Berdasarkan Usia.....	31
4.6 Distribusi Tabulasi Silang Gambaran Pengetahuan Lansia Penderita Hipertensi Tentang Diet Hipertensi Berdasarkan Jenis Kelamin.....	31
4.7 Distribusi Tabulasi Silang Gambaran Pengetahuan Lansia Penderita Hipertensi Tentang Diet Hipertensi Berdasarkan Pendidikan	32
4.8 Distribusi Tabulasi Silang Gambaran Pengetahuan Lansia Penderita Hipertensi Tentang Diet Hipertensi Berdasarkan Pekerjaan.....	33
4.9 Distribusi Tingkat Pengetahuan Lansia Penderita Hipertensi Tentang Diet Hipertensi	33

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Surat Izin Studi Pendahuluan
- Lampiran 2 Balasan Studi Pendahuluan
- Lampiran 3 Surat Izin Penelitian
- Lampiran 4 Balasan Izin Penelitian
- Lampiran 5 *Ethical Clearance*
- Lampiran 6 Lembar Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 7 Lembar Kuesioner Penelitian
- Lampiran 8 Master Tabel
- Lampiran 9 Lembar Kegiatan Konsultasi
- Lampiran 10 Output SPSS
- Lampiran 11 Dokumentasi Penelitian
- Lampiran 12 Daftar Riwayat Hidup