

DAFTAR PUSTAKA

- Fadhli, W. M. (2018). *Hubungan Antara Gaya Hidup Dengan Kejadian Hipertensi Pada Usia Dewasa Muda Di Desa Lamakan Kecamatan Karamat Kabupaten Buol. Jurnal Kesma, 7(6), 1–14.*
- Yessi Aprillia,(2020),*gaya hidup dan pola makan terhadap kejadian hipertensi.*
- Sumaryati, M. (2018).*Studi Kasus Asuhan Keperawatan Gerontik Pada Keluarga Ny”M” Dengan Hipertensi Dikelurahan Barombong Kecamatan Tamalate Kota Makassar. Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada, 6(2), 6–10.*
<https://doi.org/10.35816/jiskh.v6i2.54>.
- Poniyah Simanullang,(2018),*hubungan gaya hidup dengan kejadian hipertensi pada lansia di puskesmas darusallam medan,jurnal darma agung volume XXVI,Nomor 1,Agustus 2018 :522-532.*
- Ivan Wijaya,*Dkk, (2020),Hubungan gaya hidup dan pola makan terhadap kejadian hipertensi di wilayah kerja puskesmas tawata kabupaten takalar.*
- (Tan Robin Alhuda DKK,2018) hubungan antara pola makan dan gaya hidup dengan tingkatan hipertensi pada middle age 45-59 tahun di wilayah kerja puskesmas dinoyo kota malang*
- Winda Rangkuti,(2021), *Gaya hidup berhubungan dengan kejadian hipertensi.*
- Ajikwa Ari Widiyanto,*Dkk,(2018),Hubungan pola makan dan gaya hidup dengan angka kejadian hipertensi pralansia dan lansia di wilayah kerja puskesmas I kembaren.*
- Kemenkes RI. 2013. *Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas). Jakarta : Kementerian Kesehatan RI.*
- Bustang Arifin.*Dkk, (2020),Hubungan gaya hidup dengan kejadian hipertensi dipuskesmas sabutung kabupetan pangkep.*

Menurut Edward K. Chung (2011) HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN DENGAN SIKAP LANSIA DALAM PENCEGAHAN KOMPLIKASI HIPERTENSI TAHUN 2020

Marliani & Tantan, S. (2007). 100 Question & Answer Hipertensi. Jakarta: Pt Elex Media Komputindo.

Muhammadun. (2010). Hidup Bersama Hipertensi Seringai Darah Tinggi Sang Pembunuh Sejati. Jogjakarta: In-Books.

Depkes RI. (2008). Pedoman Pembinaan Kesehatan Usia Lanjut Bagi Petugas Kesehatan. Jakarta: depkes RI. http://depkes.go.id/en/downloads/profil/provsumut_2008.pdf. Diakses tanggal 25 September 2015.

Muttaqin, A. (2009). Asuhan Keperawatan Klien Dengan Gangguan System Kardiovaskular Dan Hemotologi. Jakarta: Salemba Medika.

Maryam, R. S. (2008). Mengenal Usia Lanjut Dan Perawatannya. Jakarta: Salemba Medika

**LEMBAR KONSULTASI
BIMBINGAN PROPOSAL KARYA TULIS ILMIAH**


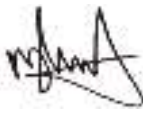

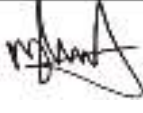




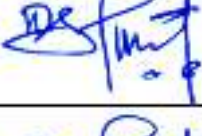
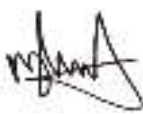
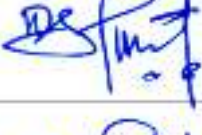
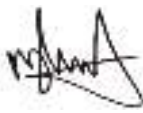



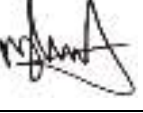
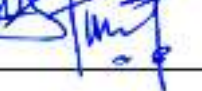
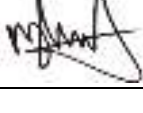
JUDUL KTI : **HUBUNGAN GAYA HIDUP DAN POLA MAKAN KELUARGA TENTANG KEJADIAN HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS TUNTUNGAN TAHUN 2022**

NAMA MAHASISWA : **MARKUS SIBORO**

NIM : **P07520119030**

NAMA PEMBIMBING: **DINA YUSDIANA S.Kep,Ns M.Kes**

NO	TANGGAL	REKOMENDASI PEMBIMBING	T.Tangan	
			Pembimbing	Mhs
1	7 Desember 2021	Pengajuan judul KTI		
2	10 Desember 2021	Pengajuan judul KTI dan penentuan judul		
3	17 Desember 2021	Bimbingan BAB 1		
4	19 Januari 2022	Bimbingan revisi BAB 1		
5	14 Februari 2022	Bimbingan BAB 1, 2 Dan 3		
6	15 Februari 2022	Revisi BAB 1, 2 dan 3 Secara online		
7	19 Februari 2022	Persiapan sempro mengirim proposal bab1,2,3 kuisioner dan ppt Secara online		

8	21 Februari 2022	Revisi kembali proposal Secara online		
9	23 Februari 2022	Revisi kembali proposal Secara online		
10	24 Februari 2022	ACC Proposal		
11	22 Juni 2022	Bimbingan BAB IV dan BAB V		
12	27 Juni 2022	Bimbingan BAB IV dan BAB V		
13	29 Juni 2022	Bimbingan BAB IV dan BAB V		
14	30 Juni 2022	Bimbingan BAB IV dan BAB V		
15	1 Juli 2022	Bimbingan perbaikan BAB IV dan BAB V		
16	5 Juli 2022	ACC BAB IV dan BAB V		

Medan, 2022

**Ka. Prodi DIII
Keperawatan**



(Afniwati S. Kep, Ns, M. Kes)

LAMPIRAN 1

 **KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA**
BADAN PENGEMBANGAN DAN PEMBERDAYAAN
SUMBERDAYA MANUSIA KESEHATAN
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MEDAN
Jl. Jatin Ginting KM. 13,5 Kel. Lau Cih Mulai Kecamatan Kule Pos - 20134
Telepon : 061-8769673 - Fax : 061-858144
Website : www.poltekkes-medan.ac.id, email : poltekkes.medan@kemkes.go.id


11 Maret 2022

No : KP.02.01/00/01/ 258/2022
Lamp : satu exp
Hal : Izin Studi Pendahuluan

Kepada Yth : KEPALA UPT PUSKESMAS TUNTUNGAN KEC. PANCUR BATU
di-
Tempat.

Dengan Hormat,

Selubungan dengan Program pembelajaran Janaan Keperawatan Politeknik Kesehatan medan bahwa Mahasiswa Tkt. III TA. 2021 – 2022 diwajibkan menyusun Karya Tulis Ilmiah (KTI) di bidang keperawatan, maka untuk keperluan hal tersebut kami mohon izin studi pendahuluan yang diperlukan dari institusi yang saudara Pimpin untuk Mahasiswa tersebut di bawah ini :

No.	Nama	NIM	Judul
1.	Markus Siboro	P07520119030	Hubungan Gaya Hidup dan Pola Makan Keluarga Tentang Kejadian Hipertensi.

Demikian disampaikan, atas perhatian izin dari saudara serta kerjasama yang baik kami ucapkan terimakasih.


2022.03.11 15:39

LAMPIRAN 2

 **PEMERINTAH KABUPATEN DELI SERDANG**
DINAS KESEHATAN
UPT. PUSKESMAS TUNTINGAN
KECAMATAN PANCUR BATU
Jalan : Besar Kutalimbaru Desa Tuntungan I
E-mail : ptuntungan@gmail.com 

Nomor : 047 /PTPB/V/2022
Lampiran :
Perihal : Babasan Izin Penelitian

Tuntungan, 24 Juni 2022
Kepada Yth. : Politeknik
Kesehatan Kemenkes Medan

Di
Medan

- Berdasarkan surat dari Ketua Jurusan Kegawatmukaan Poltekkes Kemenkes Medan
No : KP.02.01.00/05/865 a/2022 perihal Izin Penelitian
- Sesuai dengan hal tersebut diatas, maka nama tersebut dibawah ini
Nama : Maelus Sibero
NIM : 007520119630

Bersama ini kami sampaikan bahwa kami tidak menaruh keberatan untuk menerima nama
yang tersebut diatas untuk melaksanakan Penelitian di Puskesmas Tuntungan Kecamatan
Pancur Batu.

- Demikian kami sampaikan dan terima kasih.


di. Hj. Yetti Heksanti Kabat
NIP.19770418 200312 2 009

LAMPIRAN 4

KUISIONER PENELITIAN

HUBUNGAN GAYA HIDUP DAN POLA MAKAN KELUARGA TENTANG KEJADIAN HIPERTENSI DI PUSKESMAS PANCUR BATU TAHUN 2022

1. Identitas Responden

Berikan tanda *ceklist* (√) pada pilihan yang anda anggap benar.

1. No Reponden :
2. Umur :Tahun
3. Jenis Kelamin : 1. () Laki-laki
2. () Perempuan
4. Agama : 1. () Islam
2. () Kristen
3. () Hindu
4. () Budha
5. Pendidikan terakhir : 1 () Tidak Sekolah
2 () SD
3 () SMP
4 () SMA
5 () Perguruan Tinggi
6. Pekerjaan : 1 () Pensiunan Pegawai Negeri/TNI/POLRI
2 () Ibu Rumah Tangga
3 () Wiraswasta
4 () Lain- Lain..... (Sebutkan)

II.GAYA HIDUP

Berikan tanda *ceklist* (√) pada setiap kolom jawaban yang tersedia dibawah ini sesuai dengan kondisi dan situasi yang Anda alami.

Aktivitas Fisik			
No	Pertanyaan	Ya	Tidak
1	Apakah anda melakukan kegiatan olahraga setiap hari ?		
2	Apakah anda melakukan kegiatan olahraga ≥ 30 menit dalam sehari (senam aerobik, bersepeda, jogging, dan lain-lain (sebutkan) ?		
3	Apakah anda melakukan kegiatan/aktifitas sehari-hari melakukan pekerjaan rumah, mencuci, membersihkan rumah, bekerja di kantor, mengajar), dan lain-lain (sebutkan) ≥ 30 menit dalam sehari ?		
Pola Makan			
1	Apakah anda makan daging < 3 kali dalam seminggu ?		
2	Apakah anda makan makanan berlemak tinggi (misalnya: bersantan, jeroan) < 3 kali dalam seminggu ?		
3	Apakah anda makan makanan gorengan < 3 kali dalam seminggu ?		
4	Apakah anda makan makanan di luar rumah (cepat saji) < 3 kali dalam seminggu?		
5	Apakah anda mengkonsumsi minuman yang berkafein < 3 kali dalam seminggu ?		
6	Apakah anda makan makanan yang diasinkan (ikan asin, udang kering) < 3 kali dalam seminggu ? Apakah anda makan makanan yang diasinkan (ikan asin, udang kering) < 3 kali dalam seminggu ?		
7	Apakah anda makan sayuran ≥ 3 kali dalam seminggu ?		
8	Apakah anda makan buah-buahan ≥ 3 kali dalam seminggu ?		
Kebiasaan Istrahat/Tidur			
1	Apakah anda terbangun < 2 kali pada waktu tidur malam ?		
2	Apakah anda mengalami susah tidur < 2 dalam seminggu ?		
3	Apakah anda istirahat/ tidur siang (1-2 jam sehari) ≥ 3 kali dalam seminggu ?		
4	Apakah anda tidur secara teratur dalam seminggu (6-8 jam pada malam hari) ?		

Kebiasaan Merokok			
1	Apakah anda merokok ?		

III. Tekanan Darah

Tekanan darah.....MmHg

LAMPIRAN 5

Frequency Table

Umur

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	<40 tahun	25	26,9	26,9	26,9
	40-50 tahun	27	29,0	29,0	55,9
	51-60 tahun	24	25,8	25,8	81,7
	>60 tahun	17	18,3	18,3	100,0
	Total	93	100,0	100,0	

Jenis Kelamin

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	L	43	46,2	46,2	46,2
	P	50	53,8	53,8	100,0
	Total	93	100,0	100,0	

Agama

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Islam	44	47,3	47,3	47,3
	Kristen	49	52,7	52,7	100,0
	Total	93	100,0	100,0	

Pendidikan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	SD	5	5,4	5,4	5,4
	SMP	40	43,0	43,0	48,4
	SMA	38	40,9	40,9	89,2
	PT	10	10,8	10,8	100,0
	Total	93	100,0	100,0	

Pekerjaan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Pensiunan PNS	3	3,2	3,2	3,2
	IRT	25	26,9	26,9	30,1
	Wiraswasta	42	45,2	45,2	75,3
	Petani	20	21,5	21,5	96,8
	PNS	3	3,2	3,2	100,0
	Total	93	100,0	100,0	

LAMPIRAN 6

Gaya Hidup * Kejadian Hipertensi

Crosstab

			Kejadian Hipertensi		Total
			Hipertensi	Tidak Hipertensi	
Gaya Hidup	Baik	Count	24	21	45
		% of Total	25,8%	22,6%	48,4%
	Tidak Baik	Count	43	5	48
		% of Total	46,2%	5,4%	51,6%
Total		Count	67	26	93
		% of Total	72,0%	28,0%	100,0%

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)
Pearson Chi-Square	15,153 ^a	1	,000		
Continuity Correction ^b	13,407	1	,000		
Likelihood Ratio	15,953	1	,000		
Fisher's Exact Test				,000	,000
Linear-by-Linear Association	14,990	1	,000		
N of Valid Cases	93				

a. 0 cells (,0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 12,58.

b. Computed only for a 2x2 table

Symmetric Measures

		Value	Asymp. Std. Error ^a	Approx. T ^b	Approx. Sig.
Interval by Interval	Pearson's R	-,404	,090	-4,209	,000 ^c
Ordinal by Ordinal	Spearman Correlation	-,404	,090	-4,209	,000 ^c
N of Valid Cases		93			

a. Not assuming the null hypothesis.

b. Using the asymptotic standard error assuming the null hypothesis.

c. Based on normal approximation.

Aktivitas Fisik * Kejadian Hipertensi

Crosstab

			Kejadian Hipertensi		Total
			Hipertensi	Tidak Hipertensi	
Aktivitas Fisik	Cukup	Count	19	18	37
		% of Total	20,4%	19,4%	39,8%
	Tidak Cukup	Count	48	8	56
		% of Total	51,6%	8,6%	60,2%
Total	Count	67	26	93	
	% of Total	72,0%	28,0%	100,0%	

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)
Pearson Chi-Square	13,062 ^a	1	,000		
Continuity Correction ^b	11,411	1	,001		
Likelihood Ratio	13,015	1	,000		
Fisher's Exact Test				,001	,000
Linear-by-Linear Association	12,921	1	,000		
N of Valid Cases	93				

a. 0 cells (,0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 10,34.

b. Computed only for a 2x2 table

Symmetric Measures

		Value	Asymp. Std. Error ^a	Approx. T ^b	Approx. Sig.
Interval by Interval	Pearson's R	-,375	,099	-3,856	,000 ^c
Ordinal by Ordinal	Spearman Correlation	-,375	,099	-3,856	,000 ^c
N of Valid Cases		93			

a. Not assuming the null hypothesis.

b. Using the asymptotic standard error assuming the null hypothesis.

c. Based on normal approximation.

Pola Makan * Kejadian Hipertensi

Crosstab

			Kejadian Hipertensi		Total
			Hipertensi	Tidak Hipertensi	
Pola Makan	Baik	Count	21	20	41
		% of Total	22,6%	21,5%	44,1%
	Tidak Baik	Count	46	6	52
		% of Total	49,5%	6,5%	55,9%
Total		Count	67	26	93
		% of Total	72,0%	28,0%	100,0%

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)
Pearson Chi-Square	15,787 ^a	1	,000		
Continuity Correction ^b	13,992	1	,000		
Likelihood Ratio	16,207	1	,000		
Fisher's Exact Test				,000	,000
Linear-by-Linear Association	15,617	1	,000		
N of Valid Cases	93				

a. 0 cells (,0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 11,46.

b. Computed only for a 2x2 table

Symmetric Measures

		Value	Asymp. Std. Error ^a	Approx. T ^b	Approx. Sig.
Interval by Interval	Pearson's R	-,412	,093	-4,313	,000 ^c
Ordinal by Ordinal	Spearman Correlation	-,412	,093	-4,313	,000 ^c
N of Valid Cases		93			

a. Not assuming the null hypothesis.

b. Using the asymptotic standard error assuming the null hypothesis.

c. Based on normal approximation.

RIWAYAT HIDUP PENULIS

Data Pribadi

Nama : Markus Siboro
Tempat/Tanggal Lahir : Sei Kubung,23-11-2001
Jenis Kelamin : Laki-laki
Anak Ke : 2 dari 4 bersaudara
Agama : Kristen Protestan
Alamat : Dusun IV,Sei Kubung

2.4 Nama Orang Tua

Ayah : Jansen Siboro
Ibu : Nursanti Br Tamba

2.5 Pekerjaan Orang Tua

Ayah :PETANI
Ibu : PETANI

2.6 Riwayat Pendidikan

Tahun 2007-2013 : SD Negeri 117498 Sei Kubung
Tahun 2013-2016 : SMP N4 Satu Atap Panai Hilir
Kab : Labuhan Batu
Tahun 2016-2019 : SMK Swasta Sahata Pematang Siantar
Tahun 2019-2022 : D-III Keperawatan Poltekkes Kemenkes Medan