

## DAFTAR PUSTAKA

- Alfridsyah., Miko, A., Firda, S.N. 2016. *Pengaruh perilaku konsumsi makanan instan yang mengandung natrium terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi*. *AcTion Journal*, Volume 1, Nomor 1, Mei 2016.  
<https://ejournal.poltekkesaceh.ac.id/index.php/an/article/view/11>
- Anies. 2018. *Buku ajar kedokteran & kesehatan penyakit degeneratif : mencegah & mengatasi penyakit degeneratif dengan perilaku & pola hidup modern yang sehat*. Yogyakarta : Ar-ruzz media.
- Anurogo, D., Sofro, M.A.U.S., 2021. *The miracle of medicine menguak misteri dan keajaiban 77 permasalahan dunia kedokteran*. Bandung : Remaja rosdakarya.
- Aminuddin M., Inkasari T., Nopriyanto D. 2019. *Gambaran gaya hidup pada penderita hipertensi di wilayah rt 17 kelurahan baqa samarinda seberang*. *Jurnal Kesehatan Pasak Bumi Kalimantan* (Publikasi Artikel Scince dan Art Kesehatan, Bermutu, Unggul, Manfaat dan Inovatif) JKPBK Vol. 2. No. 1, Juni 2019  
<https://ocs.unmul.ac.id/index.php/JKPBK/article/view/3464>
- Ayu, D. dkk. 2021. *Faktor-faktor yang menyebabkan hipertensi di kelurahan medan tenggara*. *Jurnal Pengabdian Masyarakat* Vol 5 No 2 Tahun 2022  
<http://jurnal.um-tapsel.ac.id/index.php/martabe/article/view/5360/pdf>
- Baso, F., Berek., P.A.L., Riwoerahi. 2019. *Gambaran gaya hidup penderita hipertensi di puskesmas atambua selatan*.  
<https://jurnal.unimor.ac.id/JSK/article/view/252>
- Ekaningrum, A.Y. 2021. *Hubungan asupan natrium, lemak, gangguan mental emosional, dan gaya hidup dengan hipertensi pada dewasa di dki jakarta*. Volume 10, Nomor 2, Tahun 2021.  
<https://sinta.kemdikbud.go.id/journals/google/4433>
- Fikriana, R. 2018. *Sistem kardiovaskular*. Yogyakarta : CV Budi utama
- Hamria, Mien, Saranani M. 2020. *Hubungan pola hidup penderita hipertensi dengan kejadian hipertensi di wilayah kerja puskesmas batalaiworu kabupaten muna*. Volume 04 | Nomor 01 | Juli | 2020 P-ISSN: 2407-4810 | E-ISSN: 2686-2093. <https://stikesks-kendari.e-journal.id/JK>

- Harahap, S. T. A. dkk. 2023. *Gambaran perilaku masyarakat pesisir terhadap kejadian hipertensi di desa kuala lama*. Community Development Journal Vol.4 No.3 Tahun 2023 <https://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/cdj/article/view/16679/12955>
- Hidayah, N. 2018. *Buku ajar zat gizi sebagai terapi penyakit kronik & degeneratif (evidence based research)*. Yogyakarta : Penerbit samudera biru.
- Indartati, Marhamah, Sari, R. N., Sunartati. 2024. *Hubungan gaya hidup terhadap peningkatan tekanan darah penderita hipertensi di Puskesmas Kota Dasar*. Volume : 3 | Nomor 1 | Januari 2024 | E-ISSN : 2797-7161 | DOI: <https://doi.org/10.47709/healthcaring.v3i1.3517>
- Kamus Besar Bahasa Indonesia. Badan pengembangan dan pembinaan bahasa. <https://kbbi.kemdikbud.go.id/entri/pola%20makan>
- Kemenkes RI. 2019. *Laporan nasional riskesdas 2018*. Kementrian Kesehatan RI. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementrian Republik Indonesia.
- Kemenkes RI. 2019. *Laporan provinsi Sumatera Utara riskesdas 2018*. Kementrian Kesehatan RI. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementrian Republik Indonesia.
- Kurniadi, H., Nurrahmani, U. 2014. *Stop diabetes hipertensi kolestrol tinggi jantung koroner*. Yogyakarta : Istana media.
- Masriadi, H. 2021. *Epidemiologi penyakit tidak menular*. Jakarta: Trans info media.
- Nurrahmani, U. 2015. *STOP ! hipertensi*. Yogyakarta: Familia (Group relasi inti media).
- Pranawa., Presley.B. 2018. *Hipertensi dalam penyakit kardiovaskular*. Yogyakarta: Graha Ilmu
- Ratnawati, A., Hendarsih, S., Pratiwi, A.I. 2017. *Gaya hidup pada pasien hipertensi di wilayah kerja puskesmas wates kabupaten kulon progo*. Jurnal penelitian kesehatan suara forikes Volume VIII Nomor 2 April 2017 <https://forikes-ejournal.com/index.php/SF/article/view/93/sf8206>

- Ridwan, M. 2017. *Mengenal, mencegah, mengatasi silent killer, "hipertensi"*. Jakarta : Romawi pustaka
- Sahrudi & Anam, A. 2021. *Kardiovaskular dalam asuhan keperawatam medikal bedah*. Jakarta Timur: CV. Trans Info Media.
- Setiadi, 2007. *Konsep & penulisan riset keperawatan*. Yogyakarta: Graha ilmu
- Smeltzer, S.C., & Bare, B.G. 2018. *Keperawatan medikal bedah brunner & suddarth edisi 12*. Alih Bahasa Indonesia Yulianti, D & Kimin, A. Jakarta : EGC
- Suciana F., Kusumaningrum P.R., Zukhri S., Mawardi S.F.S. 2022. *Gambaran pengetahuan tentang diet rendah garam pada penderita hipertensi di dusun batusari*. Vol. 1. No. 1 Juni 2022 e-ISSN: 2830-5558 p-ISSN: 2830-5744. <https://jurnal.jomparnd.com/index.php/jkj>
- Suiraka, P., Budiani, N.N., Sarihati, I.A.D. 2019. *Metodologipenelitian kuantitatif bidang kesehatan*. Yogyakarta : Pustaka panasea
- Sumarwati, M., Mulyono, W.A., Nani, D., Swasti, K.G., Abdilah, H.A. 2021. *Pendidikan kesehatan tentang gaya hidup sehat pada remaja tahap akhir*. Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat : Vol. 5 No. 1 Februari 2022  
<https://ejournal.bsi.ac.id/ejurnal/index.php/abdimas/article/view/11354/5225>
- Sunaryati, S.S. 2014. *14 penyakit paling sering menyerang dan sangat mematikan*. Yogyakarta : Flashbooks.
- Suryarinilsih, Y. 2019. *Penatalaksanaan diet dan olahraga dengan pengendalian hipertensi pada klien hipertensi*. Menara Ilmu Vol. XIII No.9 Juli 2019.  
<https://jurnal.umsb.ac.id/index.php/menarailmu/article/view/1561>
- Susilawati., Utami, G.T., Bayhakki. 2022. *Gambaran gaya hidup penderita hipertensi di masa pandemi covid-2019*. Jurnal Kesehatan 11 (1) Juni 2022 (86-94)  
<https://jurnal.payungnegeri.ac.id/index.php/healthcare/article/view/182>
- Susilo, Y., Wulandari, A. 2018. *Cara jitu mengatasi hipertensi*. Yogyakarta : CV. Andi offset

- Taher, R. 2021. *Gaya hidup dengan kejadian hipertensi di rsud labuang baji maskassar*. JIKKHC Vol. 05/No.01/Desember-2021  
<https://jurnalgrahaedukasi.org/index.php/JIKKHC/article/view/196>
- Triyanto, E. 2018. *Pelayanan keperawatan bagi penderita hipertensi secara terpadu*. Yogyakarta: Graha ilmu.
- Udjianti, W.J. 2011. *Keperawatan kardiovaskular*. Jakarta : Salemba medika.
- Ulfaa N., Sintoro H.P., Wibowo P., Adiwinoto R.P. 2023. *Gambaran gaya hidup penderita hipertensi di puskesmas pamolokan kecamatan kota sumenep kabupaten sumenep tahun 2023*. Journal of Pharmaceutical and Sciences 2024; <https://journal-jps.com/>
- Wahdah, N. 2011. *Menaklukan hipertensi & diabetes: mendeteksi, mencegah dan mengobati dengan cara medis dan herbal*. Yogyakarta : Multipress.
- Widyanto, F.C., Triwibowo, C. 2021. *Trend disease trend penyakit saat ini*. Jakarta : CV.Trans info media
- World health statistics 2023: *monitoring health for the SDGs, Sustainable Development Goals*. Geneva: World Health Organization; 2023. Licence: CC BY-NC-SA 3.0 IGO
- Zulfitri, R., Indriati, G., Amir, Y., Nauli, F.A. 2019. *Pemberdayaan keluarga sadar hipertensi (gadarsi) dalam peningkatan gaya hidup sehat penderita hipertensi*. Jurnal Ners Indonesia : Vol. 9, No. 2, Maret 2019.  
<https://jni.ejournal.unri.ac.id/index.php/JNI/article/view/7870/6781>

**Lampiran 1**

**Lembar Persetujuan Menjadi Responden Penelitian  
(Informed Consed)**

Kepada  
Yth. Responden Penelitian  
Di Tempat

Dengan hormat,

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Anita Ningsih Sigalingging

Nim : P07520421002

Pekerjaan : Mahasiswa Semester VI (Enam) Prodi D-III

Keperawatan Dairi Poltekkes Kemenkes Medan

Bermaksud akan melaksanakan penilitian dengan judul:

**“Gambaran Gaya Hidup Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Batang Beruh Kecamatan Sidikalang Kabupaten Dairi Tahun 2024”**

Dengan tujuan penelitian ini adalah:

**“Untuk mengetahui bagaimana gambaran gaya hidup Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Batang Beruh Kecamatan Sidikalang Kabupaten Dairi Tahun 2024”**

Semua informasi yang diberikan hanya digunakan untuk penelitian ini. Selanjutnya saya mohon kesediaan saudara mengisi kuesioner dengan jujur dan apa adanya. Jika saudara bersedia, silahkan menandatangani persetujuan ini sebagai bukti kesukarelaan saudara. Saudara berhak untuk ikut atau tidak ikut berpartisipasi tanpa ada sanksi dan konsekuensi buruk dikemudian hari, jika ada hal yang kuraaang dipahami, saudara dapat bertanya langsung kepada peneliti, atas ketersediaan dan kerjaasamanya saya ucapkan terimakasih.

Sidikalang, 2024

Responden Penelitian

Peneliti

( )

(Anita N Sigalingging)

## **Lampiran 2**

### **KUESIONER**

#### **GAMBARAN GAYA HIDUP PADA HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS BATANG BERUH KECAMATAN SIDIKALANG KABUPATEN DAIRI TAHUN 2024**

##### **A. BIODATA RESPONDEN**

Nama :  
Umur :  
Jenis Kelamin : ☐ Laki-Laki      ☐ Perempuan  
Alamat :  
Pekerjaan :  
Pendapatan : ☐  $\geq$  Rp. 2.800.000/bln      ☐  $<$  Rp. 2.800.000/bln  
BB/TB :  
Riwayat keturunan :  
TD :

##### **B. KUESIONER GAYA HIDUP PENDERITA HIPERTENSI**

###### Petunjuk Pengisian:

Pada lembar ini terdapat 10 pertanyaan. Baca dan pahami setiap pertanyaan dengan baik, kemudian berilah tanda (x) pada pilihan yang tersedia. Setiap pertanyaan harus dijawab dengan sesuai.

1. Apakah anda mengkonsumsi makanan awetan, asinan, dan penyedap rasa?
  - a. Ya
  - b. Tidak
2. Jika ya, berapa kali dalam sehari anda mengkonsumsi makanan awetan, asin, dan penyedap rasa?
  - a. Kadang-kadang
  - b. Sering
  - c. Selalu

3. Apakah anda memiliki kebiasaan berolahraga?
  - a. Ya
  - b. Kadang-kadang
  - c. Tidak
4. Jika ya, dalam seminggu berapa kali anda berolahraga?
  - a. < 1 kali seminggu
  - b. 1-2 kali seminggu
  - c.  $\geq 3$  kali seminggu
5. Apakah anda merokok?
  - a. Ya
  - b. Kadang-kadang
  - c. Tidak
6. Jika ya, berapa batang rokok yang anda hisap setiap hari?
  - a. > 20 batang
  - b. 10-20 batang
  - c. < 10 batang
7. Apakah anda mengonsumsi alkohol?
  - a. Ya
  - b. Kadang-kadang
  - c. Tidak
8. Jika ya, berapa gelas anda mengonsumsi alkohol setiap hari?
  - a. > 3 gelas
  - b. 1-3 gelas
  - c. < 1 gelas
9. Apakah saudara merasa stres atau tertekan?
  - a. Ya
  - b. Tidak
10. Jika ya, dalam seminggu berapa kali anda merasa stres atau tertekan?
  - a. Sering
  - b. Kadang-kadang
  - c. Tidak pernah



### Lampiran 3



KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA  
DIREKTORAT JENDERAL TENAGA KESEHATAN  
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MEDAN  
Jl. Jamin Ginting KM. 13,5 Kel. Lau Cih Medan Tuntungan Kode Pos : 20136  
Telepon : 061-8368533 – Fax : 061-8368544  
Website : [www.poltekkes-medan.ac.id](http://www.poltekkes-medan.ac.id) – email : [poltekkes\\_medan@yahoo.com](mailto:poltekkes_medan@yahoo.com)



Sidikalang, 15 Desember 2023

Nomor : EP.04-02/IT.000-20/1473/2023  
Lamp : 1 (satu) Berkas  
Perihal : Permohonan Permintaan Data  
untuk Survey Awal Penelitian

Kepada Yth,

1. Kepala UPT Puskesmas Batang Beruh
2. Lurah Batang Beruh

Di

Tempat

Dengan Hormat,

Bersama ini datang menghadap Bapak/Ibu, Mahasiswa Prodi D-III Keperawatan Dairi Poltekkes Kemenkes Medan :

Nama : Anita Ningsih Sigalingging  
NIM : P07520421002

Yang bermaksud akan mengadakan survey awal penelitian melalui wawancara/menyebarkan angket/observasi dalam rangka memenuhi kewajiban tugas-tugas dalam melakukan/menyelesaikan studi program D-III Keperawatan pada Prodi D-III Keperawatan Dairi Poltekkes Kemenkes Medan.

Sehubungan dengan hal tersebut kami sangat mengharapkan bantuan Bapak/Ibu agar dapat memberikan data-data/keterangan-keterangan, brosur-brosur, buku-buku dan penjelasan lainnya yang akan digunakan dalam rangka menyusun Karya Tulis Ilmiah dengan judul :

**"Gambaran Gaya Hidup Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Batang Beruh Kecamatan Sidikalang"**

Segala bahan dan keterangan yang diperoleh akan digunakan semata-mata demi perkembangan ilmu pengetahuan dan tidak akan diumumkan dan dibentahukan pada pihak lain.

Demikian kami sampaikan, atas bantuan dan kerjasama Bapak/Ibu diucapkan terima kasih.

Ketua Prodi D-III Keperawatan Dairi  
Poltekkes Kemenkes Medan

Jojo Silaban SST, MKes  
NIP.197304182003122001



Lampiran:

Data yang dibutuhkan:

1. Jumlah penderita Hipertensi 3 tahun terakhir di wilayah kerja Puskesmas Batang Beruh
2. Data kunjungan pasien penderita Hipertensi 3 tahun terakhir
3. Data diri penderita Hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Batang Beruh

Ketua Prodi D-III Keperawatan Dairi  
Poltekkes Kemenkes Medan



Jojor Silakan SST, M.Kes  
NIP. 497304182003122001



#### Lampiran 4



**PEMERINTAH KABUPATEN DAIRI**  
**DINAS KESEHATAN**  
**UPT. PUSKESMAS BATANG BERUH**

Jl. Pahlawan Sidikalang, Kode Pos 22212  
Laman : <https://puskesmas.dairikab.go.id/batangberuh>  
Pos-el : [puskesmas.batangberuh@dairikab.go.id](mailto:puskesmas.batangberuh@dairikab.go.id)

Nomor : 400.7/003/ PUSK.BB/2023 Sidikalang, Desember 2023  
Lampiran : -  
Perihal : Izin Melaksanakan Permintaan Data  
Untuk Survey Awal Penelitian

Yang Terhormat,  
Dekan Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan  
Di  
Tempat

Sehubungan dengan Surat Saudara Nomor : PP.04.03/FS II.20/1423/2023  
Tanggal 13 Desember 2023 perihal Izin Melaksanakan Permintaan Data untuk Survey Awal  
Penelitian Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan an:

Nama : Anita Ningsih Sigalingging  
NIM : P0750421002  
Judul Skripsi : "Gambaran Gaya Hidup Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja  
Puskesmas Batang Beruh Kecamatan Sidikalang "

Maka dengan ini kami informasikan persyaratan untuk melaksanakan Penelitian adalah  
sebagai berikut:

1. Pelaksanaan Penelitian sesuai dengan Prosedur Operasional (SPO) yang berlaku di  
UPT Puskesmas Batang Beruh dan harus mengutamakan kenyamanan dan  
keselamatan pasien.
2. Hasil Penelitian yang telah di publikasi dilaporkan ke UPT Puskesmas Batang Beruh  
Cq.Bagian Kepegawaian dengan melampirkan bukti publikasi.

Demikian kami sampaikan,atas kerja samanya diucapkan terima kasih.

Ka. UPT. Puskesmas Batang Beruh



Dr. Eya Sinukanga

NIP. 19800924 20100 2 011



PEMERINTAH KABUPATEN DAIRI  
KECAMATAN SIDIKALANG  
**KELURAHAN BATANG BERUH**  
Jalan Pelita Nomor 11

Batang Beruh, 18 Desember 2023

Nomor : 000.9.2/ 149 /SET/XII/2023  
Sifat : Biasa  
Lampiran : -  
Hal : Permohonan Permintaan Data  
untuk Survey Awal Penelitian

Yth. Ketua Prodi D-III Keperawatan Dairi  
Poltekkes Kemenkes Medan  
di  
Tempat

Menindaklanjuti Surat Ketua Prodi D-III Keperawatan Dairi Poltekkes Medan  
Nomor : PP.04.03/F.XXII.20/1423/2023 tanggal 13 Desember 2023 hal Permohonan  
Permintaan Data untuk Survey Awal Penelitian oleh :

Nama : ANITA NINGSIH SIGALINGGING  
NIM : P07520421002  
Judul Karya Tulis Ilmiah : "Gambaran Gaya Hidup Penderita Hipertensi di Wilayah  
Kerja Puskesmas Batang Beruh Kecamatan Sidikalang"

Berkaitan hal tersebut di atas bersama ini kami memberikan izin kepada yang  
bersangkutan untuk memperoleh data-data/keterangan-keterangan, brosur-brosur, buku-  
buku dan penjelasan lainnya terkait dengan kebutuhan penyusunan karya tulis ilmiah.

Demikian surat ini dibuat untuk dapat dipergunakan seperlunya atas perhatian  
dan kerjasama yang baik kami sampaikan terima kasih.

  
KECAMATAN SIDIKALANG  
KELURAHAN BATANG BERUH,  
  
LENTINA PASI, S.Si, M.A.P.  
PENATA  
NIP. 19821127 201001 2 031

Tembusan :  
Yth. Camat Sidikalang sebagai laporan.

## Lampiran 5



Kementerian Kesehatan  
Poltekkes Medan

Jalan Laman Candung KM 11.5  
Medan, Sumatera Utara 20117  
(061) 8368611  
<https://poltekkes-medan.ac.id>

Nomor : PP 08.02/F.XXII.20/0279/2024  
Lamp : --  
Perihal : Permohonan Ijin Penelitian

Sidikalang, 18 Maret 2024

Kepada Yth,  
1. Kepala UPT. Puskesmas Batang Beruh  
2. Lurah Batang Beruh Kec. Sidikalang  
di

Tempat

Dengan hormat,

Bersama ini, datang menghadap Bapak/Ibu, Mahasiswa Prodi D-III Keperawatan Dan Kemenkes Poltekkes Medan :

Nama : Anita Ningsih Sigalingging  
NIM : P07520421002

Yang bermaksud akan mengadakan penelitian melalui wawancara/menyebarkan angket/observasi dalam rangka memenuhi kewajiban tugas-tugas sebagai mahasiswa dalam menyelesaikan studi program Diploma III Keperawatan pada Prodi D-III Keperawatan Dan Kemenkes Poltekkes Medan.

Sehubungan dengan hal tersebut kami sangat mengharapkan bantuan Bapak/Ibu agar dapat kiranya memberikan data-data/keterangan-keterangan yang akan digunakan dalam rangka menyusun Karya Tulis Ilmiah (KTI) dengan judul :

Gambaran Gaya Hidup Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Batang Beruh Kecamatan Sidikalang Kabupaten Dairi Tahun 2024

Segala bahan dan keterangan yang diperoleh akan digunakan semata-mata demi perkembangan ilmu pengetahuan dan tidak akan diumumkan dan dibentahukan pada pihak lain.

Demikian kami sampaikan, atas bantuan dan kerjasama Bapak/Ibu diucapkan terima kasih.

Ketua Prodi D-III Keperawatan Dairi  
Kemenkes Poltekkes Medan

Jojo Silaban, SST, M.Kes  
NIP. 197304182003122001

Kementerian Kesehatan tidak menerima surat atau sertifikat dalam bentuk apapun. Jika terdapat potensi surat atau sertifikat palsu akan dilaporkan melalui HAKI 01 KE MED NIK N 1500567 dan akan dikenakan sanksi administratif. Untuk verifikasi keaslian tanda tangan elektronik, silakan unggah dokumen pada laman <https://ppl.kemkes.go.id>



**Lampiran 6**



**PEMERINTAH KABUPATEN DAIRI  
DINAS KESEHATAN  
UPT. PUSKESMAS BATANG BERUH**

Jl . Pahlawan Sidikalang, Kode Pos 22212  
Laman : <https://puskesmas.dairikab.go.id/batangberuh>  
Pos-el : [puskesmas.batangberuh@dairikab.go.id](mailto:puskesmas.batangberuh@dairikab.go.id)

**SURAT KETERANGAN**  
**NOMOR :400.7/225/Pkm BB/2024**

Sehubungan dengan surat dari POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN D-III KEPERAWATAN DAIRI Fakultas Kesehatan keperawatan Nomor : PP.08.02/F.XXII.20/0279/2024,Perihal Penelitian tanggal 15 Maret 2024 ,maka Kepala UPT Puskesmas Batang Beruh,Kecamatan Sidikalang Kabupaten Dairi dengan ini menerangkan Nama Mahasiswa di bawah ini :

Nama : Anita Ningsih Sigalingging  
NIM : P07520421002  
Judul KTI : " Gambaran Gaya Hidup Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Batang Beruh Kecamatan Sidikalang Kabupaten Dairi Tahun 2024 ".

Mengizinkan untuk mengadakan Penelitian di Puskesmas Batang Beruh,Kecamatan Sidikalang Kabupaten Dairi pada tanggal 15 Maret 2024 guna melengkapi data pada Penyusunan Penelitian yang berjudul "Gambaran Gaya Hidup Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Batang Beruh Kecamatan Sidikalang Kabupaten Dairi Tahun 2024".

Demikian kami sampaikan,atas kerja samanya diucapkan terima kasih.

**Ka. UPT. Puskesmas Batang  
Beruh**

**dr. Eva Sinulingga**  
**Pembina,**  
**NIP.19800924 20100 2 011**



## Lampiran 7



**Kementerian Kesehatan**  
**Poltekkes Medan**  
**Komisi Etik Penelitian Kesehatan**  
Jalan Jamin Ginting KM 13,5  
Medan, Sumatera Utara 20137  
(061) 8368633  
<https://poltekkes-medan.ac.id>

**KETERANGAN LAYAK ETIK / DESCRIPTION OF ETHICAL APPROVAL**  
**"ETHICAL APPROVAL"**  
**No: 01.25 728 /KEPK/POLTEKKES KEMENKES MEDAN 2024**

Protokol Penelitian yang diusulkan oleh :  
*The Research Protocol Proposed By*

Peneliti Utama : ANITA NINGSIH SIGALINGGING  
*Principal In Investigator*

Nama Institusi : Prodi D-III Keperawatan Dairi Poltekkes Kemenkes Medan  
*Name of the Institution*

Dengan Judul :  
*Title*

**"GAMBARAN GAYA HIDUP PENDERITA HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS BATANG  
BERUH KECAMATAN SIDIKALANG KABUPATEN DAIRI"**

Dinyatakan layak etik sesuai 7 (tujuh) Standar WHO 2011, Yaitu 1)Nilai Sosial, 2)Nilai ilmiah, 3) Pemerataan Beban dan Manfaat, 4)Risiko, 5)Bujukan/Eksploitasi, 6)Kerahasiaan dan Privacy, dan 7) Persetujuan Setelah Penjelasan, yang merujuk pada pedoman CIOMS 2016. Hal ini seperti yang ditunjukkan oleh terpenuhinya indikator.

*Declared to be ethically appropriate in accordance to 7 (seven) WHO 2011 Standards, 1) Social Values, 2)Scientific Values, 3)Equitable Assessment and Benefits, 4)Risks, 5)Persuasion/Exploitation, 6) Confidentiality and Privacy, and 7)Informed Consent, referring to the 2016 CIOMS guidelines. This is as indicated by the fulfillment of the indicators of each standard*

Pernyataan Layak Etik ini berlaku selama kurun waktu 8 Mei 2024 sampai 8 Mei 2025  
*This declaration of ethics applies during the period 8 May 2024 until 8 May 2025*

Medan, 8 May 2024  
Ketua/chairperson

dr. Lestari Rahmah, MKT.  
NIP.19710622002122003

**Lampiran 8**

**Master Data Gambaran Gaya Hidup Penderita Hipertensi**

| No Responden | Umur | JK | Pekerjaan | Pendapatan | Genetik | Obesitas | Konsumsi makanan asin, awetan dan penyedap rasa |    | Berolahraga |    | Merokok |    | Stres |    | Konsumsi alkohol |    |
|--------------|------|----|-----------|------------|---------|----------|-------------------------------------------------|----|-------------|----|---------|----|-------|----|------------------|----|
|              |      |    |           |            |         |          | SB                                              | SS | SB          | SS | SB      | SS | SB    | SS | SB               | SS |
| 1            | 3    | 1  | 1         | 2          | 2       | 2        | 3                                               | 1  | 3           | 1  | 1       | 1  | 1     | 1  | 1                | 1  |
| 2            | 3    | 1  | 1         | 2          | 2       | 1        | 3                                               | 3  | 3           | 3  | 2       | 2  | 1     | 1  | 2                | 2  |
| 3            | 4    | 2  | 5         | 1          | 1       | 1        | 3                                               | 1  | 3           | 1  | 1       | 1  | 2     | 2  | 1                | 1  |
| 4            | 4    | 1  | 1         | 2          | 2       | 3        | 3                                               | 1  | 3           | 3  | 2       | 1  | 3     | 1  | 2                | 1  |
| 5            | 4    | 1  | 2         | 2          | 2       | 1        | 3                                               | 1  | 3           | 2  | 2       | 1  | 2     | 3  | 2                | 1  |
| 6            | 5    | 1  | 5         | 1          | 1       | 1        | 3                                               | 1  | 3           | 1  | 2       | 1  | 1     | 3  | 1                | 1  |
| 7            | 2    | 1  | 2         | 2          | 1       | 2        | 3                                               | 3  | 3           | 3  | 2       | 1  | 2     | 1  | 2                | 1  |
| 8            | 3    | 1  | 5         | 1          | 1       | 3        | 2                                               | 1  | 3           | 3  | 2       | 1  | 3     | 3  | 2                | 2  |
| 9            | 4    | 2  | 5         | 1          | 2       | 1        | 3                                               | 1  | 3           | 3  | 1       | 1  | 1     | 3  | 1                | 1  |
| 10           | 3    | 1  | 5         | 1          | 2       | 3        | 3                                               | 3  | 3           | 3  | 1       | 1  | 1     | 1  | 1                | 1  |
| 11           | 2    | 2  | 1         | 2          | 1       | 1        | 3                                               | 3  | 3           | 3  | 1       | 1  | 3     | 2  | 1                | 1  |
| 12           | 3    | 1  | 5         | 2          | 2       | 2        | 3                                               | 3  | 3           | 3  | 2       | 1  | 2     | 2  | 2                | 1  |
| 13           | 4    | 2  | 5         | 1          | 2       | 1        | 3                                               | 3  | 3           | 1  | 1       | 1  | 1     | 3  | 1                | 1  |
| 14           | 5    | 2  | 5         | 1          | 1       | 3        | 3                                               | 3  | 3           | 1  | 1       | 1  | 1     | 2  | 1                | 1  |
| 15           | 6    | 2  | 4         | 2          | 2       | 1        | 3                                               | 3  | 3           | 3  | 2       | 2  | 2     | 1  | 1                | 1  |
| 16           | 5    | 2  | 5         | 1          | 2       | 1        | 3                                               | 2  | 3           | 3  | 1       | 1  | 3     | 3  | 1                | 1  |
| 17           | 3    | 2  | 3         | 1          | 2       | 3        | 3                                               | 3  | 3           | 3  | 1       | 1  | 3     | 2  | 1                | 1  |
| 18           | 4    | 2  | 5         | 2          | 2       | 2        | 3                                               | 3  | 3           | 3  | 2       | 1  | 2     | 1  | 2                | 1  |
| 19           | 5    | 2  | 2         | 2          | 2       | 3        | 3                                               | 2  | 3           | 3  | 1       | 1  | 2     | 1  | 1                | 1  |
| 20           | 1    | 1  | 2         | 1          | 1       | 1        | 3                                               | 2  | 3           | 3  | 2       | 2  | 3     | 2  | 2                | 1  |



|    |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|----|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 21 | 5 | 2 | 5 | 1 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 1 | 1 | 2 | 2 | 1 | 1 |
| 22 | 3 | 2 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 3 | 3 | 3 | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 |
| 23 | 5 | 1 | 5 | 1 | 1 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 2 | 1 |
| 24 | 5 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 25 | 4 | 2 | 5 | 1 | 1 | 1 | 3 | 3 | 3 | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 |
| 26 | 3 | 1 | 3 | 1 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 1 | 1 | 3 | 2 | 1 |
| 27 | 3 | 2 | 5 | 1 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 1 | 3 | 3 | 2 | 1 |
| 28 | 3 | 2 | 1 | 2 | 2 | 3 | 3 | 1 | 3 | 1 | 1 | 1 | 2 | 3 | 1 | 1 |
| 29 | 2 | 2 | 4 | 2 | 1 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 |
| 30 | 5 | 2 | 1 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 1 | 1 | 2 | 3 | 1 | 1 |
| 31 | 4 | 2 | 1 | 2 | 2 | 1 | 3 | 1 | 3 | 3 | 1 | 1 | 1 | 3 | 1 | 1 |
| 32 | 5 | 2 | 1 | 2 | 2 | 1 | 2 | 2 | 3 | 3 | 1 | 1 | 2 | 2 | 1 | 1 |
| 33 | 4 | 2 | 1 | 2 | 2 | 1 | 2 | 2 | 3 | 3 | 1 | 1 | 3 | 3 | 1 | 1 |
| 34 | 3 | 1 | 1 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 1 |
| 35 | 3 | 2 | 1 | 2 | 1 | 1 | 3 | 2 | 3 | 3 | 1 | 1 | 3 | 3 | 1 | 1 |
| 36 | 4 | 1 | 1 | 2 | 1 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 |
| 37 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 1 | 3 | 1 | 3 | 3 | 1 | 1 | 2 | 2 | 1 | 1 |
| 38 | 4 | 1 | 1 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 2 | 1 |

Keterangan :

|                                                    |                                                                                                            |                   |                                                                                      |
|----------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|
| Umur                                               | : 1. 31-40 tahun<br>2. 41-50 tahun<br>3. 51-60 tahun<br>4. 61-70 tahun<br>5. 71-80 tahun<br>6. 81-90 tahun | Pekerjaan         | : 1. Petani<br>2. Wiraswasta<br>3. ASN<br>4. IRT<br>5. Lainnya                       |
| Jenis Kelamin                                      | : 1. Laki-laki<br>2. Perempuan                                                                             | Kebiasaan stres   | : 1. Sering<br>2. Kadang-kadang<br>3. Tidak pernah                                   |
| Pendapatan                                         | : 1. $\geq$ Rp.2.800.000<br>2. $<$ Rp.2.800.000                                                            |                   |                                                                                      |
| Genetik                                            | : 1. Keturunan Hipertensi<br>2. Bukan keturunan hipertensi                                                 | SB<br>SS          | : 1. Sebelum<br>2. Sesudah                                                           |
| Mengonsumsi makanan asin, awetan dan penyedap rasa | : 1. Tidak mengonsumsi<br>2. Kadang-kadang mengonsumsi<br>3. Sering mengonsumsi                            | Kebiasaan alkohol | mengonsumsi : 1. Tidak mengonsumsi<br>2. Kadang-kadang Mengonsumsi<br>3. Mengonsumsi |
| Kebiasaan berolahraga                              | : 1. Sering berolahraga<br>2. Kadang-kadang berolahraga<br>3. Tidak berolahraga                            | Kebiasaan merokok | : 1. Tidak merokok<br>2. Kadang-kadang merokok<br>3. Merokok                         |

## Lampiran 9

### DOKUMENTASI BIMBINGAN

Nama Mahasiswa : Anita Ningsih Sigalingging  
 NIM : P07520421002  
 Judul KTI : Gambaran Gaya Hidup Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Batang Beruh Kecamatan Sidikalang Kabupaten Dairi Tahun 2024  
 Pembimbing 1 : Jojor Silaban, SST, M.Kes  
 Pembimbing 2 : Roberth Harnat Silalahi, SKM, M.K.M  
 Penguji 1 : Heriaty Berutu, SST, M.K.M  
 Penguji 2 : Herlina Evi Yanti Manik, SST, M.K.M

| No | Tanggal         | Materi Bimbingan                        | Foto Dokumentasi                                                                     | Paraf |
|----|-----------------|-----------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|-------|
| 1  | 18 Januari 2024 | Bimbingan judul KTI                     |   |       |
| 2  | 23 Januari 2024 | Bimbingan BAB I : Latar Belakang        |  |       |
| 3  | 24 Januari 2024 | Bimbingan BAB I : Revisi Latar Belakang |  |       |
| 4  | 25 Januari 2024 | Bimbingan BAB II : Konsep Hipertensi    |  |       |

|   |                 |                                                             |                                                                                      |  |
|---|-----------------|-------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|--|
| 5 | 30 Januari 2024 | Bimbingan BAB II : Konsep Gaya Hidup                        |    |  |
| 6 | 31 Januari 2024 | Bimbingan BAB II : Kerangka Konsep dan Defenisi Operasional |    |  |
| 7 | 1 Februari 2024 | Bimbngan BAB II : Revisi Keseluruhan                        |   |  |
| 8 | 6 Februari 2024 | Bimbingan BAB III : Populasi dan Sampel Penelitian          |  |  |
| 9 | 7 Februari 2024 | Bimbingan BAB III : Pengolahan dan Analisa Data             |  |  |

|    |                  |                                        |                                                                                      |  |
|----|------------------|----------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|--|
| 10 | 8 Februari 2024  | Bimbingan BAB III : Revisi keseluruhan |    |  |
| 11 | 13 Februari 2024 | Bimbingan Kuesioner                    |    |  |
| 12 | 15 Februari 2024 | Bimbingan Sistem Pengetikan Proposal   |  |  |
| 13 | 19 Februari 2024 | Seminar proposal                       |  |  |
| 14 | 28 Maret 2024    | Bimbingan BAB IV : Hasil penelitian    |  |  |



|    |               |                                            |                                                                                      |  |
|----|---------------|--------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|--|
| 15 | 1 April 2024  | Bimbingan BAB IV : Hasil penelitian        |    |  |
| 16 | 8 April 2024  | Bimbingan BAB IV : Revisi Hasil penelitian |    |  |
| 17 | 15 April 2024 | Bimbingan BAB IV : Pembahasan              |   |  |
| 18 | 22 April 2024 | Bimbingan BAB V : Pembahasan               |  |  |
| 19 | 25 April 2024 | Bimbingan BAB V : Pembahasan               |  |  |



|    |               |                       |                                                                                      |  |
|----|---------------|-----------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|--|
| 20 | 29 April 2024 | Bimbingan Master data |    |  |
| 21 | 6 Mei 2024    | Bimbingan Master data |    |  |
| 22 | 13 Mei 2024   | Bimbingan Master data |  |  |
| 23 | 17 Mei 2024   | Bimbingan Pengetikan  |  |  |
| 24 | 21 Mei 2024   | Seminar Hasil         |  |  |

**Lampiran 10**

**Dokumentasi Bimbingan Penguji**

| No | Tanggal      | Materi Bimbingan                           | Foto Dokumentasi                                                                     | Paraf |
|----|--------------|--------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|-------|
| 1  | 4 Maret 2024 | Ujian Seminar Proposal                     |    |       |
| 2  |              | Bimbingan revisi proposal dengan penguji 1 |    |       |
| 3  |              | Bimbingan revisi proposal dengan penguji 2 |  |       |
| 4  |              | Ujian Seminar Hasil                        |  |       |
| 5  |              | Bimbingan revisi KTI dengan penguji 1      |  |       |
| 6  |              | Bimbingan revisi KTI dengan penguji 2      |  |       |

Lampiran 11

DOKUMENTASI PENELITIAN







