

**KARYA TULIS ILMIAH**

**GAYA HIDUP BERISIKO HIPERTENSI PADA USIA  
PRALANSIA DI DUSUN GRUBUG JATISARONO  
NANGGULAN KULON PROGO**



**AMANDA NABILA RIFI ATIKA  
P07120119053**

**PROGRAM STUDI DIII KEPERAWATAN  
JURUSAN KEPERAWATAN  
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN KESEHATAN  
YOGYAKARTA  
TAHUN 2022**

**KARYA TULIS ILMIAH**

**GAYA HIDUP BERISIKO HIPERTENSI PADA USIA  
PRALANSIA DI DUSUN GRUBUG JATISARONO  
NANGGULAN KULON PROGO**

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Ahli Madya  
Keperawatan



**AMANDA NABILA RIFI ATIKA  
P07120119053**

**PROGRAM STUDI DIII KEPERAWATAN  
JURUSAN KEPERAWATAN  
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN KESEHATAN  
YOGYAKARTA  
TAHUN 2022**

**PERSETUJUAN PEMBIMBING**

**KARYA TULIS ILMIAH**

**“GAYA HIDUP BERISIKO HIPERTENSI PADA USIA PRALANSIA DI  
DUSUN GRUBUG JATISARONO NANGGULAN KULON PROGO”**

Disusun oleh:

**AMANDA NABILA RIFI ATIKA**  
P07120119053

Telah disetujui oleh pembimbing pada tanggal:

13 April 2022

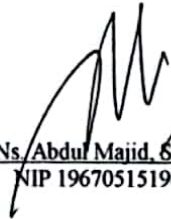
Menyetujui,

Pembimbing Utama,

Pembimbing Pendamping,



Ns. Ida Mardalena, S.Kep., M.Si  
NIP 197107181994032003



Ns. Abdul Majid, S.Kep., M.Kep  
NIP 196705151989031005

Yogyakarta,.... April 2022

Ketua Jurusan Keperawatan



Bondan Palestin, SKM, M.Kep., Sp.Kom  
NIP 197207161994031005

**HALAMAN PENGESAHAN**

**KARYA TULIS ILMIAH**

**“GAYA HIDUP BERISIKO HIPERTENSI PADA USIA PRALANSIA DI  
DUSUN GRUBUG JATISARONO NANGGULAN KULON PROGO”**

Disusun oleh

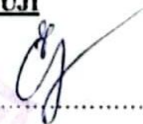
**AMANDA NABILA RIFI ATIKA  
P07120119053**

Telah dipertahankan dalam seminar di depan Dewan Penguji

Pada tanggal : 20 April 2022

**SUSUNAN DEWAN PENGUJI**

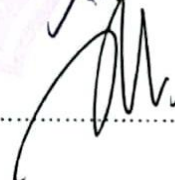
Ketua,

**Dr. Catur Budi Susilo, S.Pd, S.Kp, M.Kes** (.....)   
NIP 196406301988031004

Anggota,

**Ns. Ida Mardalena, S.Kep., M.Si** (.....)   
NIP 197107181994032003

Anggota,

**Ns. Abdul Majid, S.Kep., M.Kep** (.....)   
NIP 196705151989031005

Yogyakarta, .... April 2022

Ketua Jurusan Keperawatan




**Andan Palestin, S.KM, M.Kep., Sp.Kom**  
NIP 197207161994031005

## HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

Karya Tulis Ilmiah ini adalah hasil karya saya sendiri, dan semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Nama : Amanda Nabila Rifi Atika

NIM : P07120119053

Tanda Tangan : 

Tanggal : 7 April 2022

**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA  
ILMIAH**

Sebagai sivitas akademik Poltekkes Kemenkes Yogyakarta, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Amanda Nabila Rifi Atika  
NIM : P07120119053  
Program Studi : DIII Keperawatan  
Jurusan : Keperawatan

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Poltekkes Kemenkes Yogyakarta **Hak Bebas Royalti Noneksklusif** (*Non-exclusif Royalty Free Right*) atas KTI saya yang berjudul : *Gaya Hidup Berisiko Hipertensi pada Usia Pralansia di Dusun Grubug Jatisarone Nanggulan Kulon Progo.*

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Poltekkes Kemenkes Yogyakarta berhak menyimpan, mengalihmedia/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat, dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Yogyakarta  
Pada tanggal : 20 April 2022

Yang menyatakan  
  
(.....)  
Amanda Nabila Rifi Atika

## **KATA PENGANTAR**

Puji syukur saya panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat rahmat-Nya, saya dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah. Penulisan Karya Tulis Ilmiah ini dilakukuan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Ahli Madya Keperawatan pada Program Studi Diploma Tiga Keperawatan Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta. KTI ini terwujud atas bimbingan, pengarahan dan bantuan dari berbagai pihak yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu dan pada kesempatan ini penulis menyampaikn ucapan terimakasih kepada:

1. Joko Susilo, SKM, M.Kes selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Yogyakarta
2. Bondan Palestin, SKM, M.Kep., Sp.Kom. selaku\_Ketua Jurusan Keperawatan
3. Ns. Abdul Majid, S.Kep., M. Kep selaku Ketua Program Studi Diploma Tiga Keperawatan dan juga selaku pembimbing pendamping yang telah memberikan masukan-masukan guna memperbaiki KTI ini.
4. Ns. Ida Mardalena, S.Kep., M.Si selaku Pembimbing Utama yang telah memberikan pengarahan, bimbingan dan perbaikan dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.
5. Dr. Catur Budi Susilo, S.Pd.,S.Kp.,M.Kes sebagai penguji saya yang telah memberi beberapa masukan untuk baiknya Karya Tulis Ilmiah ini.
6. Pihak Puskesmas Nanggulan yang telah memberikan izin studi pendahuluan untuk menyusun Karya Tulis Ilmiah ini.
7. Kepala Desa Jatisarono yang telah memberikan ijin penelitian di dusun Grubug
8. Orang tua dan keluarga saya yang telah memberikan dukungan material dan moral
9. Sahabat dan teman saya yang banyak membantu saya dalam menyelesaikan proposal Karya Tulis Ilmiah ini
10. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu yang telah memberikan dukungan baik moril dan material sehingga Proposal Karya Tulis Ilmiah ini dapat diselesaikan.

Penulis menyadari bahwa KTI ini masih jauh dari sempurna, oleh karena itu penulis menerima saran dan kritik yang bersifat membangun. Akhir kata, saya berharap Tuhan Yang Maha Esa berkenan membalas segala kenaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga KTI ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu.

Yogyakarta, 07 April 2022

Penulis



## DAFTAR ISI

|   |                                     |
|---|-------------------------------------|
| HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING .....                        | iii                                 |
| HALAMAN PENGESAHAN.....                                     | <b>Error! Bookmark not defined.</b> |
| HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS.....                        | 5                                   |
| HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH ..... | <b>Error! Bookmark not defined.</b> |
| KATA PENGANTAR .....  | 7                                   |
| DAFTAR ISI.....   | 9                                   |
| DAFTAR TABEL.....   | 11                                  |
| DAFTAR GAMBAR .....   | 12                                  |
| DAFTAR LAMPIRAN.....  | 13                                  |
| ABSTRAK .....   | <b>Error! Bookmark not defined.</b> |
| ABSTRACT.....   | <b>Error! Bookmark not defined.</b> |
| <b>BAB I PENDAHULUAN .....</b>                              | <b>Error! Bookmark not defined.</b> |
| A. Latar Belakang .....                                     | <b>Error! Bookmark not defined.</b> |
| B. Rumusan Masalah .....                                    | <b>Error! Bookmark not defined.</b> |
| C. Tujuan Penelitian .....                                  | <b>Error! Bookmark not defined.</b> |
| D. Ruang Lingkup.....                                       | <b>Error! Bookmark not defined.</b> |
| E. Manfaat Penelitian .....                                 | <b>Error! Bookmark not defined.</b> |
| F. Keaslian Penelitian.....                                 | <b>Error! Bookmark not defined.</b> |
| <b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....</b>                         | <b>Error! Bookmark not defined.</b> |
| A. Tinjauan Teori.....                                      | <b>Error! Bookmark not defined.</b> |
| B. Kerangka Teori.....                                      | <b>Error! Bookmark not defined.</b> |
| C. Pertanyaan Peneliti.....                                 | <b>Error! Bookmark not defined.</b> |
| <b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>                      | <b>Error! Bookmark not defined.</b> |
| A. Jenis Dan Desain Penelitian .....                        | <b>Error! Bookmark not defined.</b> |
| B. Populasi Dan Sample .....                                | <b>Error! Bookmark not defined.</b> |
| C. Waktu Dan Tempat Penelitian .....                        | <b>Error! Bookmark not defined.</b> |
| D. Variabel Penelitian .....                                | <b>Error! Bookmark not defined.</b> |
| E. Definisi Operasional.....                                | <b>Error! Bookmark not defined.</b> |
| F. Intrumen Dan Bahan .....                                 | <b>Error! Bookmark not defined.</b> |
| G. Prosedur Penelitian.....                                 | <b>Error! Bookmark not defined.</b> |

|  |                                     |
|--|-------------------------------------|
| H. Manajemen Data .....                  | <b>Error! Bookmark not defined.</b> |
| I. Etika Penelitian .....                | <b>Error! Bookmark not defined.</b> |
| <b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN .....</b> | <b>Error! Bookmark not defined.</b> |
| A. Dusun Grubug .....                    | <b>Error! Bookmark not defined.</b> |
| B. Hasil penelitian.....                 | <b>Error! Bookmark not defined.</b> |
| C. Pembahasan.....                       | <b>Error! Bookmark not defined.</b> |
| D. Hambatan Penelitian .....             | <b>Error! Bookmark not defined.</b> |
| <b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>  | <b>Error! Bookmark not defined.</b> |
| A. Kesimpulan .....                      | <b>Error! Bookmark not defined.</b> |
| B. Saran.....                            | <b>Error! Bookmark not defined.</b> |
| <b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>              | <b>Error! Bookmark not defined.</b> |
| <b>LAMPIRAN</b>                          |                                     |

## **DAFTAR TABEL**

Tabel 2.1 Klasifikasi derajat hipertensi secara klinis

Tabel 3.1 Definisi Operasional

Tabel 3.2 Kisi-Kisi Kuesioner Gaya Hidup Berisiko Hipertensi

Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden

Tabel 4.2 Distribusi frekuensi Gaya Hidup Berisiko Hipertensi

Tabel 4.3 Karakteristik Responden berdasarkan Gaya Hidup Berisiko Hipertensi

Tabel 4.4 Distribusi Frekuensi Gaya Hidup Berdasarkan Kebiasaan Makan

Tabel 4.5 Distribusi Frekuensi Gaya Hidup Berdasarkan konsumsi kafein

Tabel 4.6 Distribusi Frekuensi Gaya Hidup Berdasarkan merokok

Tabel 4.7 Distribusi Frekuensi Gaya Hidup Berdasarkan aktivitas fisik

Tabel 4.8 Distribusi Frekuensi Gaya Hidup Berdasarkan manajemen stress

## **DAFTAR GAMBAR**

Gambar 2.1 Kerangka Teori

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Anggaran Penelitian

Lampiran 2. Jadwal Penelitian

Lampiran 3. Naskah PSP

Lampiran 4. *Informed Consent*

Lampiran 5. Kuesioner Penelitian

Lampiran 6. Kunci Jawaban Kuesioner Penelitian

Lampiran 7. Surat Ijin Pendahuluan

Lampiran 8. Surat Balasan Ijin Pendahuluan

Lampiran 9. Surat Ijin Penelitian

Lampiran 10. *Etical Clearence*

Lampiran 11. Lembar Konsultasi

Lampiran 12. Hasil Rekap Jawaban Responden