

**HUBUNGAN *OBESITAS* DAN GAYA HIDUP DENGAN KEJADIAN
HIPERTENSI DI DESA SUMBEREJO KECAMATAN RENGEL
KABUPATEN TUBAN**

SKRIPSI



OLEH:

ISTIFADATUL KHOIRIYAH
13.02.01.1342

**PROGRAM STUDI S1-KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN MUHAMMADIYAH
LAMONGAN
2017**

**HUBUNGAN *OBESITAS* DAN GAYA HIDUP DENGAN KEJADIAN
HIPERTENSI DI DESA SUMBEREJO KECAMATAN RENGEL
KABUPATEN TUBAN**

SKRIPSI

**Diajukan Kepada Prodi S1 Keperawatan STIKES Muhammadiyah
Lamongan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Melanjutkan
Penelitian**

**ISTIFADATUL KHOIRIYAH
13.02.01.1342**

**PROGRAM STUDI S1-KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN MUHAMMADIYAH
LAMONGAN
2017**

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini :

NAMA : ISTIFADATUL KHOIRIYAH
NIM : 13.02.01.1342
TEMPAT, TANGGAL LAHIR : TUBAN, 28 MARET 1995
INSTITUSI : SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
(STIKES) MUHAMMADIYAH
LAMONGAN

Menyatakan bahwa Skripsi yang berjudul: “Hubungan *obesitas* dan gaya hidup dengan kejadian *hipertensi* di desa sumberejo kecamatan rengel kabupaten tuban” adalah bukan karya orang lain baik sebagian maupun keseluruhan, kecuali dalam bentuk kutipan yang telah disebutkan sumbernya.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan apabila pernyataan ini tidak benar, saya bersedia mendapat sanksi akademis.

Lamongan, Mei 2017
Yang Menyatakan

ISTIFADATUL KHOIRIYAH

13.02.01.1342

LEMBAR PERSETUJUAN

Skripsi Oleh : ISTIFADATUL KHOIRIYAH
NIM : 13.02.01.1342
Judul : HUBUNGAN *OBESITAS* DAN GAYA HIDUP DENGAN
KEJADIAN *HIPERTENSI* DI DESA SUMBEREJO KECAMATA
RENGEL KABUPATEN TUBAN

Telah disetujui untuk diuikan di hadapan Dewan Penguji Skripsi pada tanggal : 12 Mei
2017

Oleh :
Mengetahui :

Pembimbing I



H. Alifin, SKM, M. Kes
NBM.772.457

Pembimbing II



Abdul Majid SE, MM
NBM.997.775

LEMBAR PENGESAHAN

Telah Disetujui oleh Tim Penguji pada Ujian Sidang Skripsi
Di Program Studi S-1 Keperawatan STIKES Muhammadiyah Lamongan

Tanggal 12 Mei 2017

PANITIA PENGUJI

Ketua : Arifal Aris, S.Kep., Ns., M.Kes.

Anggota : 1. H. Alifin, S.KM.,M.Kes .

2. Abdul Majid, S.E.,MM.

Tanda tangan

.....
.....
.....

Mengetahui,

Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKES)
Muhammadiyah Lamongan



Drs. H. Budi Utomo, Amd. Kep., M.Kes.
NBM : 1954 0818 2005 001

CURICULUM VITAE

Nama : Istifadatul khoiriyah

Tempat Tanggal Lahir : Tuban, 28 maret 1995

Alamat Rumah : Ds. Sumberejo RT 04 RW 02, Kec. Rengel,
Kab. Tuban

Pekerjaan :Mahasiswa

Riwayat Pendidikan :

1. TK Aisyah Bustanul Athfal lulus tahun 2001
2. SDN Sumberejo 2 lulus tahun 2006
3. MTs.N Rengel lulus tahun 2009
4. MAN Rengel lulus tahun 2013
5. Prodi S1 Keperawatan STIKES Muhammadiyah Lamongan sampai
sekarang Tahun 2017

HALAMAN PERSEMBAHAN

*“Kamu tidak bisa meraih simpati orang dari hartamu,
tetapi akan kamu dapat dari wajah penuh senyuman
dan akhlak yang baik.”*

(H.R. Balhaqi)

MOTTO

*“Sesali masa lalu karena ada kekecewaan dan
kesalahan, tetapi jadikan kesalahan itu sebagai senjata
untuk masa depan agar tidak terjadi kesalahan lagi.”*

(Istifadatul .k 2017)



Skripsi ini saya persembahkan :

- ☞ Allah SWT, karena hanya atas izin dan karunia-Nya maka skripsi ini dapat dibuat dan selesai pada waktunya.
- ☞ Bapak dan Ibu saya, yang telah memberikan dukungan moril maupun materi serta do'a yang tiada henti untuk kesuksesan saya, karena tiada kata seindah lantunan do'a dan tiada do'a yang paling khusyuk selain do'a yang terucap dari kedua orang tua.
- ☞ Dosen pembimbing saya, Pak Alifin dan Pak Majid, terimakasih sudah membimbing saya dengan penuh kesabaran, mulai dari nol sampai saya mulai faham, dan terselesaikan skripsi ini, dan terimakasih atas ilmunya yang bermanfaat.
- ☞ Sahabat dan teman tersayang, (Dina, Irma, Nepi), tanpa semangat, dukungan dan bantuan kalian semua tak kan mungkin aku sampai disini, terimakasih untuk canda tawa kalian selama ini dan perjuangan yang kita lewati bersama dan terimakasih untuk kenangan manis yang telah terukir selama ini.
- ☞ Dan untuk kamu yang telah tertulis di Lauhul Mahfudzku, namun sekarang masih dirahasiakan Allah SWT, percayalah skripsi ini bukan untuk menyaingimu namun merupakan salah satu caraku memantaskan diri untukmu, agar bisa berguna untuk kita dan semuanya.

ABSTRAK

Khoiriyah, Istifadatul.2017. **Hubungan obesitas dan gaya hidup dengan kejadian hipertensi di desa sumberejo kecamatan Rengel kabupaten Tuban** Skripsi Program Studi SI Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Muhammadiyah Lamongan. Pembimbing: (1) H.Alifin,SKM, M.Kes dan (2) Abdul Majid SE,MM

Hipertensi merupakan suatu keadaan terjadinya peningkatan tekanan darah yang memberi gejala diantaranya pusing, telinga berdengung, mimisan (epistaksis), sukar tidur rasa berat di tengkuk, mudah lelah dan mata berkunang kunang serta berlanjut pada suatu target organ tubuh sehingga dapat menyebabkan kerusakan lebih berat yaitu stroke (terjadi pada otak dan berdampak pada kematian yang tinggi). Tujuan penelitian ini adalah Untuk Mengetahui hubungan *obesitas* dan gaya hidup dengan kejadian *hipertensi*.

Desain penelitian menggunakan metode analitik, dengan pendekatan *cross sectional* dengan metode *simple random sampling*. Dengan populasi sebanyak 30 orang dan sampel sebanyak 28 orang. Data penelitian adalah hasil jawaban dari kuesioner dan observasi di Desa Sumberejo Kecamatan Rengel Kabupaten Tuban. Data di tabulasikan dan dianalisis dengan SPSS menggunakan uji *Multiple Linear Regression*. Hasil penelitian dengan uji *Multiple Linear Regression* diperoleh nilai 0,000 ($<0,05$). Ini menunjukkan bahwa *obesitas* dan gaya hidup dengan kejadian *hipertensi* menunjukkan hasil yang efektif. Diharapkan penelitian ini dapat digunakan sebagai tambahan informasi masyarakat agar lebih bisa mempertahankan berat badan dan gaya hidup yang baik agar tidak terkena *hipertensi*.

Hasil penelitian ini sebagian besar orang yang memiliki *obesitas* ringan sebanyak 11 orang atau (39,3%), *obesitas* berat sebanyak 17 orang atau (60,7%) sebagian responden memiliki gaya hidup kurang sebanyak 11 orang atau (39,3%), gaya hidup cukup sebanyak 7 orang atau (25,0%) dan gaya hidup baik sebanyak 10 orang atau (35,7%) sebagian orang memiliki hipertensi ringan sebanyak 11 orang atau (39,3%) hipertensi sedang sebanyak 13 orang atau (46,4%) dan hipertensi berat sebanyak 4 orang atau (14,3%) , berdasarkan hasil perhitungan dengan menggunakan uji F test diperoleh nilai signifikansi 0.000 $p<0,05$. Berdasarkan hasil perhitungan dengan menggunakan F test diperoleh nilai signifikansi 0.000 $p<0,05$ berdasarkan hasil peneltiian tersebut perlu dilakukan penyuluhan maupun observasi terhadap masyarakat untuk mengurangi terjadinya hipertensi pada masyarakat.

Kata kunci : *obesitas, gaya hidup, hipertensi*

ABSTRACT

Khoiriyah, Istifadatul.2017. **Relationship Obesity And Lifestyle With The Incidence Of Hypertension In Sumberejo Rengel Tuban** . Thesis Study Program of Nursing High School of Health Sciences Muhammadiyah Lamongan. Counselor: (1) H.Alifin, SKM, M.Kes and (2) Abdul Majid SE, MM

Hypertension is a state of increase in blood pressure that gives symptoms such as dizziness, buzzing ears, nosebleeds (epistaxis), difficulty sleeping on the nape of the neck, tired easily and eyes berkunang kunang and continues on a target organs of the body that can cause more severe damage that is stroke (Occurs in the brain and affects high mortality). The purpose of this study is To Determine the relationship of obesity and lifestyle with the incidence of hypertension

The research design use analytical method, with cross sectional approach with simple random sampling method. With a population of 30 people and a sample of 28 people. The research data is the result of answers from the questionnaire and observation in Sumberejo Village, Rengel District, Tuban Regency. Data is tabulated and analyzed by SPSS using Multiple Linear Regression test. The result of the research with the test of Multiple Linear Regression obtained value 0.000 ($<0,05$). This suggests that obesity and lifestyle with hypertensive events show an effective outcome. It is expected that this research can be used as an additional information society to be more able to maintain weight and a good lifestyle in order not to get hypertension.

The results of this study most people who have mild obesity as many as 11 people or (39.3%), severe obesity as many as 17 people or (60.7%) some respondents have less lifestyle as many as 11 people or (39.3%), Lifestyle is quite as much as 7 organs or (25.0%) and lifestyle either as many as 10 people or (35.7%) some people have mild hypertension as many as 11 people or (39.3%) moderate hypertension as much as 13 people or (46, 4%) and severe hypertension as much as 4 people or (14,3%), based on result of calculation by using F test obtained significance value 0.000 $p <0,05$ and (R²) equal to 0,589. Based on result of calculation by using t test 1 obtained significance value 0,022 $p <0,05$ and t test 2 0,028 $p <0,05$. Based on the results of this research, it is necessary to do counseling and observation to the community to reduce the happening of hypertension in society.

Keywords: obesity, lifestyle, hypertension

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT, karena berkat Rahmat dan hidayahNya sehingga penulis dapat menyelesaikan Skripsi yang berjudul “Hubungan obesitas dan gaya hidup dengan kejadian hipertensi di desa Sumberejo kecamatan Rengel kabupaten Tuban.” sesuai waktu yang ditentukan.

Skripsi ini penulis susun untuk diajukan kepada prodi S1 Keperawatan STIKES Muhammadiyah Lamongan sebagai salah satu syarat untuk melanjutkan penelitian.

Dalam penyusunan Skripsi ini penulis mendapatkan banyak pengarahan dan bantuan dari berbagai pihak, untuk itu penulis tidak lupa mengucapkan terima kasih kepada yang terhormat Bapak / Ibu :

1. Drs. H. Budi Utomo, Amd.Kep., M.Kes, selaku Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKES) Muhammadiyah Lamongan
2. Arifal Aris, S.Kep., Ns., M.Kes. selaku Kaprodi S1 Keperawatan (STIKES) Muhammadiyah Lamongan
3. H.Alifin,SKM.,M.Kes. selaku pembimbing I yang telah banyak memberikan petunjuk, saran, dorongan moril selama penyusunan Skripsi ini.
4. Abdul Majid SE,MM selaku pembimbing II yang telah banyak memberikan, petunjuk, saran, dorongan moril selama penyusunan Skripsi ini.
5. Ibu, bapak, kakak dan adik, yang memberikan dukungannya baik moril dan materiil, dan senantiasa meluangkan waktunya untuk memberikan semangat serta do'a yang tulus.

6. Semua teman-teman seperjuangan yang telah banyak memberikan petunjuk, saran, dorongan moril demi terselesainya Skripsi ini.
7. Semua pihak yang secara tidak langsung banyak membantu penulis yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu.

Semoga Allah SWT, memberi balasan pahala atas semua awal kebaikan yang di berikan. Penulis menyadari Skripsi ini masih banyak kekurangan, untuk itu segala kritik dan saran yang bersifat membangun semangat penulis harapkan, akhirnya penulis berharap semoga Skripsi ini bermanfaat bagi penulis pada khususnya dan bagi semua pembaca pada umumnya.

Lamongan, 31 Desember 2016

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
SURAT PERNYATAAN	ii
LEMBAR PERSETUJUAN	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
CURICULUM VITAE.....	v
HALAMAN PERSEMBAHAN DAN MOTTO.....	vi
ABSTRAK	viii
ABSTRACT	ix
KATA PENGANTAR	x
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR TABEL.....	xv
DAFTAR GAMBAR.....	xvi
DAFTAR LAMPIRAN	xvii
DAFTAR SIMBOL	xviii
DAFTAR SINGKATAN	xix
BAB 1 PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	3
1.3 Tujuan Penelitian	3
1.3.1 Tujuan Umum	3
1.3.2 Tujuan Khusus	3
1.4 Manfaat Penelitian	4
1.4.1 Manfaat Akademika.....	4
1.4.2 Manfaat Praktisi	4
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA	
2.1 Konsep Dasar <i>Obesitas</i>	5
2.1.1 Definisi <i>Obesitas</i>	5
2.1.2 Faktor-faktor yang menyebabkan <i>Obesitas</i>	6
2.1.3 Klasifikasi <i>obesitas</i>	7
2.1.4 Parameter dalam penelitian Berat Badan	7

2.1.5	Resiko Penderita <i>Obesitas</i>	9
2.1.6	Cara Mengatasi <i>Obesitas</i>	10
2.1.7	Penatalaksanaan dalam <i>Obesitas</i>	11
2.2	Konsep Gaya Hidup.....	12
2.2.1	Definisi Gaya Hidup	12
2.2.2	Pembentukan Gaya Hidup Sehat	13
2.2.3	Faktor yang mempengaruhi Gaya Hidup.....	14
2.2.4	Aspek yang berkaitan dengan Gaya Hidup.....	15
2.3	Konsep <i>Hipertensi</i>	16
2.3.1	Definisi <i>Hipertensi</i>	16
2.3.2	Jenis <i>Hipertensi</i>	16
2.3.3	Gejala Terjadinya <i>Hipertensi</i>	17
2.3.4	Faktor yang dapat menimbulkan <i>Hipertensi</i>	17
2.3.5	Kategori <i>Hipertensi</i>	19
2.3.6	Klasifikasi <i>Hipertensi</i>	19
2.3.7	Diagnosa	20
2.3.8	Pencegahan <i>Hipertensi</i>	20
2.3.9	Penatalaksanaan <i>Hipertensi</i>	22
2.3.10	Prognosis.....	24
2.4	Kerangka Konsep.....	26
2.5	Hipotesis	26

BAB 3 METODE PENELITIAN

3.1	Desain Penelitian.....	27
3.2	Waktu dan Tempat Penelitian	27
3.3	Kerangka kerja	28
3.4	Populasi, Sampel dan <i>Sampling</i>	29
3.4.1	Populasi Penelitian.....	29
	Sampel Penelitian.....	29
3.4.2	<i>Sampling</i>	31
3.5	Identifikasi Variabel.....	31
3.5.1	Variabel Independen	31

3.5.2 Variabel Dependen	31
3.6 Definisi operasional	32
3.7 Pengumpulan Data dan Analisa Data.....	34
3.7.1 Pengumpulan Data	34
3.7.2 Instrumen Pengumpulan Data	34
3.7.3 Analisa Data	35
3.8 Etika Penelitian	41
3.8.1 <i>Informed Consent</i>	41
3.8.2 <i>Anonimity</i>	42
3.8.3 <i>Confidentiality</i>	42

BAB 4 HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

4.1. Hasil Penelitian	43
4.1.1. Gambaran umum lokasi penelitian.....	43
4.1.2. Data umum	43
4.1.3. Data khusus	45
4.1.4. Analisis hasil penelitian	46
4.2. Pembahasan.....	53
4.2.1. Kejadian <i>obesitas</i>	54
4.2.2. Kejadian Gaya Hidup	55
4.2.3. Kejadian <i>Hipertensi</i>	56
4.2.4. Hubungan Obesitas dengan kejadian Hipertensi.....	57
4.2.5. Hubungan gaya hidup dengan kejadian hipertensi.....	58

BAB 5 PENUTUP

5.1. Kesimpulan	62
5.2. Saran	63

DAFTAR PUSTAKA

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1	Definisi Operasional Hubungan <i>Obesitas</i> dan Gaya Hidup dengan kejadian <i>Hipertensi</i> di Desa Sumberejo Kecamatan Rengel Kabupaten Tuban.....	32
Tabel 4.1	Distribusi responden berdasarkan pendidikan masyarakat Desa Sumberejo Kecamatan Rengel Kabupaten Tuban.....	43
Tabel 4.2	Distribusi Responden berdasarkan pekerjaan masyarakat Desa Sumberejo Kecamatan Rengel Kabupaten Tuban.....	44
Tabel 4.3	Distribusi responden berdasarkan usia masyarakat Desa Sumberejo Kecamatan Rengel Kabupaten Tuban.....	45
Tabel 4.4	Distribusi frekuensi <i>Obesitas</i> masyarakat Desa Sumberejo Kecamatan Rengel Kabupaten Tuban.....	45
Tabel 4.5	Distribusi frekuensi gaya hidup masyarakat Desa Sumberejo Kecamatan Rengel Kabupaten Tuban.....	45
Tabel 4.6	Distribusi frekuensi <i>hipertensi</i> masyarakat Desa Sumberejo Kecamatan Rengel Kabupaten Tuban.....	46
Tabel 4.7	Distribusi Hasil Uji Multikoloniertas Tentang Hubungan <i>Obesitas</i> Dan Gaya Hidup Dengan Kejadian <i>Hipertensi</i> Di Desa Sumberejo Kecamatan Rengel Kabupaten Tuban.....	47
Tabel 4.8	Distribusi Hasil Uji Autokorelasi Tentang Hubungan <i>Obesitas</i> Dan Gaya Hidup Dengan Kejadian <i>Hipertensi</i> Di Desa Sumberejo Kecamatan Rengel Kabupaten Tuban.....	49
Tabel 4.9	Distribusi Hasil Uji Hipotesis Secara Simultan Dengan Uji F <i>Obesitas</i> Dan Gaya Hidup Dengan Kejadian <i>Hipertensi</i> Di Desa Sumberejo Kecamatan Rengel Kabupaten Tuban.....	52
Tabel 4.10	Distribusi Hasil Uji Nilai Koefisiensi Determinasi <i>Obesitas</i> Dan Gaya Hidup Dengan Kejadian <i>Hipertensi</i> Di Desa Sumberejo Kecamatan Rengel Kabupaten Tuban.....	53

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.4 Kerangka Konsep	26
Gambar 3.1 Kerangka Kerja	28
Gambar 4.1 Uji normalitas	47
Gambar 4.2 Uji Heteroskedastisitas	48

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Jadwal Penyusunan Skripsi
Lampiran 2	Lembar Permohonan Menjadi Responden
Lampiran 3	Lembar Persetujuan Menjadi Responden
Lampiran 4	Lembar Kuesioner
Lampiran 5	Lembar Jawaban Kuesioner
Lampiran 6	Lembar Observasi Hipertensi
Lampiran 7	Lembar Observasi Obesitas
Lampiran 8	Lembar Tabulasi
Lampiran 9	Lembar SPSS
Lampiran 10	Lembar Persetujuan Desa
Lampiran 11	Lembar Persetujuan Kesbangpol
Lampiran 12	Lembar Konsultasi

DAFTAR SIMBOL

%	: Persen
<	: Kurang Dari
>	: Lebih Dari
≤	: Kurang dari atau sama dengan
×	: Kali
+	: Tambah
=	: Sama dengan
-	: Sampai
/	: Atau
H ₁	: Terdapat hubungan yang signifikan
O	: Perlakuan atau intervensi
X ₂	: Data setelah dilakukan perlakuan
∑	: Jumlah
n	: Perkiraan jumlah sampel
N	: Perkiraan besar populasi
Z	: Nilai standart normal
P	: Perkiraan proporsi
d	: tingkat kesalahan yang dipilih
n	: Nilai yang didapat
Sp	: Akor yang didapat
Sm	: Skor tertinggi atau maksimum
Fo	: Frekuensi hasil observasi
Fe	: Frekuensi yang diharapkan
b	: Baris
k	: Kolom

DAFTAR SINGKATAN

FK	: Fakultas Kedokteran
Kab	: Kabupaten
Kaprodi	: Ketua Program Studi
M.Kep	: Magister Keperawatan
M.Kes	: Magister Kesehatan
NIK	: Nomor Induk Kepegawaian
NIM	: Nomor Induk Mahasiswa
No	: Nomor
Ns	: <i>Nurse</i>
Prodi	: Program Studi
PSIK	: Program Studi Ilmu Keperawatan
RT	: Rukun Tetangga
RW	: Rukun Warga
S.Kep	: Sarjana Keperawatan
S1	: Sarjana
SD	: Sekolah Dasar
SMA	: Sekolah Menengah Atas
SMP	: Sekolah Menengah Pertama
SPSS	: <i>Statistical Product and Service Solution</i>
STIKES	: Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan
Yth.	: Yang Terhormat