

**HUBUNGAN GAYA HIDUP DAN OBESITAS DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI
DI DESA LATUKAN KECAMATAN KARANGGENENG
KABUPATEN LAMONGAN**

SKRIPSI



OREEN SHELLY ANJAR OVIELINGGA

NIM: 1402021533

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

2018

**HUBUNGAN GAYA HIDUP DAN OBESITAS DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI
DI DESA LATUKAN KECAMATAN KARANGGENENG
KABUPATEN LAMONGAN**

SKRIPSI

**Diajukan Kepada Prodi S-1 Keperawatan Stikes Muhammadiyah Lamongan
Sebagai Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan**

OREEN SHELLY ANJAR OVIELINGGA

NIM: 1402021533

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

2018

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

NAMA : OREEN SHELLY ANJAR OVIELINGGA
NIM : 1402011533
TEMPAT, TANGGAL LAHIR : LAMONGAN, 08 JUNI 1996
INSTITUSI : SEKOLAH TINGGI ILMU
KESEHATAN MUHAMMADIYAH
LAMONGAN

Menyatakan bahwa skripsi yang berjudul: “Hubungan Gaya Hidup Dan Obesitas Dengan Kejadian Hipertensi di Desa Latukan Kecamatan Karanggeneng Kabupaten Lamongan” adalah bukan skripsi 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, Maret 2018

Yang menyatakan,



OREEN SHELLY A.O

14.02.01.1533

LEMBAR PERSETUJUAN

Skripsi Oleh : OREEN SHELLY ANJAR OVIELINGGA
NIM : 1402011533
Judul : HUBUNGAN GAYA HIDUP DAN OBESITAS DENGAN
KEJADIAN HIPERTENSI DI DESA LATUKAN
KECAMATAN KARANGGENENG KABUPATEN
LAMONGAN

Telah disetujui untuk diujikan dihadapan Dewan Penguji Skripsi pada
tanggal: April 2018.

Oleh

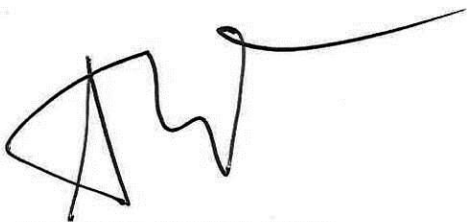
Mengetahui:

Pembimbing I



H. Alifin, SKM, M.Kes
NIK. 196104212005 004

Pembimbing II





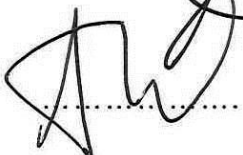
Abdul Majid, SE., MM
NIK. 1986 0206 200709 027

LEMBAR PENGESAHAN

Telah Diuji dan Disetujui oleh Tim Penguji pada Ujian Sidang Skripsi Di Program
Studi S1 Keperawatan STIKES Muhammadiyah Lamongan

Tanggal: April 2018

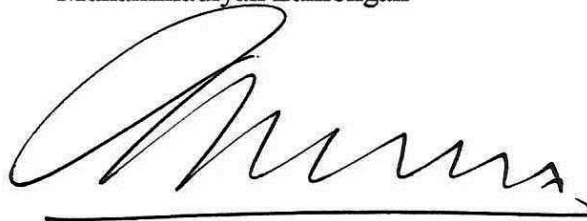
PANITIA PENGUJI

		Tanda Tangan
Ketua	: Virgianti Nur F, S.Kep., Ns., M.Kep	
Anggota	: 1. H. Alifin, SKM., M.Kes	
	2. Abdul Majid, SE., MM	

Mengetahui,

Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKES)

Muhammadiyah Lamongan



Drs. H. Budi Utomo, Amd. Kep., M.Kes
NIK. 19540816 2005 001

CURICULUM VITAE

Nama : OREEN SHELLY ANJAR OVIELINGGA
Tempat Tanggal Lahir : Lamongan, 08 Juni 1996
Alamat Rumah : Dusun Kedangean RT.02 RW.02 Desa Surabayan
Kecamatan Sukodadi Kabupaten Lamongan
Pekerjaan : Mahasiswi
Riwayat Pendidikan :

1. TK Tunas Jaya Surabayan (2000-2002)
2. SD Negeri 1 Surabayan Lamongan (2002-2008)
3. SMP Negeri 2 Pucuk Lamongan (2008-2011)
4. SMA Negeri 3 Lamongan (2011-2014)
5. Prodi S1 Keperawatan STIKES Muhammadiyah Lamongan Tahun 2014
sampai sekarang

MOTTO

“ Di saat kita meraih kesuksesan, tidak perlu tinggi hati.

Di saat kita mengalami kegagalan, tidak perlu rendah diri.

Pastikan untuk tetap yakin dan berjuang”

(Valentino Donna Ariyanto)

Skripsi ini dipersembahkan kepada:

1. Allah SWT atas izin dan karunianya sehingga skripsi ini dibuat dan diselesaikan pada waktu yang tepat
2. Kedua orang tua yang telah memberikan do'a, dukungan moril maupun materi serta motivasi untuk mencapai suatu keberhasilan
3. Bapak dan Ibu dosen yang selama ini telah memeberikan bimbingan dan pengetahuan yang tiada ternilai harganya
4. Saudara yang senantiasa memberikan semangat dalam segala hal
5. Teman-teman yang telah memberikan dukungan sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini dengan bersama-sama

ABSTRAK

Ovielingga, Oreen Shelly Anjar. 2018. Hubungan Gaya Hidup dan Obesitas dengan Kejadian Hipertensi di Desa Latukan Kecamatan Karanggeneng Kabupaten Lamongan. Skripsi Program S1 Keperawatan STIKES Muhammadiyah Lamongan

Hipertensi adalah peningkatan tekanan darah diatas 140/90 mmHg. Hipertensi sering disebut sebagai “*silent killer*” karena penderita hipertensi sebelumnya tidak merasakan gejala. Hipertensi merupakan penyebab kematian nomor ketiga setelah stroke dan tuberkulosis.

Desain penelitian menggunakan metode *Cross Sectional*. Metode sampling yang digunakan adalah *Simple Random Sampling*. Sampel yang diambil sejumlah 77 responden pada bulan Januari 2018. Data penelitian ini menggunakan kuesioner tertutup dan observasi. Setelah ditabulasi data kemudian dianalisis menggunakan uji *Multiple Linier Regression* dengan tingkat kemaknaan 0,05.

Hasil penelitian secara parsial menunjukkan bahwa gaya hidup berhubungan dengan kejadian hipertensi dengan nilai koefisien korelasi sebesar 5,897 dengan tingkat signifikansi 0,000 ($p < 0,05$). Dan Obesitas tidak berhubungan dengan kejadian hipertensi dengan nilai koefisien korelasi sebesar -1,699 dengan tingkat signifikansi 0,094 ($p > 0,05$). Sedangkan secara simultan menunjukkan bahwa gaya hidup dan obesitas berhubungan dengan kejadian hipertensi dengan nilai koefisien korelasi sebesar 17,965 dengan tingkat signifikansi 0,000 ($p < 0,05$).

Untuk mencegah terjadinya hipertensi yaitu pola gaya hidup sehat dan menjaga berat badan ideal. Seperti mengatur pola makan, mengkonsumsi buah-buahan dan sayuran, makanan rendah lemak, olahraga teratur atau melakukan aktivitas ringan, istirahat cukup dan mengendalikan stress.

Kata Kunci: Gaya Hidup, Obesitas, Hipertensi

ABSTRACT

Ovielingga, Oreen Shelly Anjar. 2018. Hubungan Gaya Hidup dan Obesitas dengan Kejadian Hipertensi di Desa Latukan Kecamatan Karanggeneng Kabupaten Lamongan. Skripsi Program S1 Keperawatan STIKES Muhammadiyah Lamongan

Hypertension is an increase above 140/90 mmHg. Hypertension is often called the “silent killer” because patients with previous hypertension don’t feel the symptoms. Hypertension is the third cause of death after stroke and tuberculosis.

Research design using Cross Sectional method. Sampling method used is Simple Random Sampling. Samples taken by 77 respondents in January 2018. The research data using closed questionnaire and observation. After tabulated data then analyzed using multiple linier regression test with level of significance 0,05.

Partial research results indicate that lifestyle associated with hypertension incidence with correlation coefficient value of 5,897 with a significance level of 0,000 ($p < 0,05$). And obesity isn’t related to the incidence of hypertension with correlation coefficient value of -1,699 with a significance level of 0,094 ($p > 0,05$). While stimulant show that lifestyle and obesity related with incidence of hypertension with corelation coefficient value of 17,965 with significance level 0,000 ($p > 0,05$).

To prevent the occurrence of hypertension is healthy lifestyle patterns and maintain ideal body weight. Such as regulating your diet, eating fruits and vegetables, low fat foods, regular exercise or easy activity, adequate rest and stress control.

Keywords: Lifestyle, Obesity, Hypertension

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT, karena berkat rahmat dan hidayahnya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Hubungan Gaya Hidup dan Obesitas dengan Kejadian Hipertensi di Desa Latukan Kecamatan Karanggeneng Kabupaten Lamongan” sesuai waktu yang telah ditentukan.

Skripsi ini penulis susun sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKES) Muhammadiyah Lamongan.

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

1. Drs. H. Budi Utomo, Amd.Kep., M.Kes, selaku Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKES) Muhammadiyah Lamongan.
2. H. Alifin, SKM., M.Kes, selaku pembimbing I yang banyak memberikan petunjuk, saran, dorongan moril selama penyusunan skripsi ini.
3. Abdul Majid, SE., MM, selaku pembimbing II yang telah banyak memberikan petunjuk, saran, dorongan moril selama penyusunan skripsi ini.
4. Drs. H. M. Jiono, selaku Kepala Desa Latukan Kecamatan Karanggeneng yang telah memberikan izin dan fasilitas untuk melakukan penelitian.
5. Seluruh responden yang telah bersedia memberikan informasi dalam penyusunan skripsi ini.

6. Semua pihak yang telah memberikan dukungan moril dan materiil demi terselesaikannya skripsi ini.

Semoga Allah SWT memberi balasan pahala atas semua amal kebaikan yang diberikan. Penulis menyadari skripsi ini masih banyak kekurangan, untuk itu segala kritik dan saran yang bersifat membangun sangat diharapkan, akhirnya penulis berharap semoga skripsi ini bermanfaat bagi penulis pada khususnya dan bagi semua pembaca pada umumnya.

Lamongan, Maret 2018

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
SURAT PERNYATAAN	ii
LEMBAR PERSETUJUAN	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
CURICULUM VITAE	v
MOTTO	vi
ABSTRAK	vii
ABSTRACT	viii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR GAMBAR	xvii
DAFTAR SINGKATAN	xviii
DAFTAR SIMBOL	xx
DAFTAR LAMPIRAN	xxi
BAB 1 PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	7
1.3 Tujuan Penelitian.....	7
1.3.1 Tujuan Umum.....	7
1.3.2 Tujuan Khusus	7
1.4 Manfaat Penelitian	8
1.4.1 Bagi Akademik	8
1.4.2 Bagi Praktisi.....	8
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA	
2.1 Konsep Gaya Hidup.....	9
2.1.1 Definisi Gaya Hidup	9
2.1.2 Karakteristik Gaya Hidup	10

2.1.3	Gaya Hidup Yang Mempengaruhi Hipertensi	10
2.1.4	Indikator Gaya Hidup Sehat	14
2.1.5	Pembentukan Gaya Hidup Sehat	17
2.2	Konsep Obesitas	21
2.2.1	Definisi Obesitas.....	21
2.2.2	Batasan Nilai IMT	22
2.2.3	Tipe-tipe Obesitas	23
2.2.4	Etiologi Obesitas.....	27
2.2.5	Faktor Pencetus Obesitas	28
2.2.6	Komplikasi Obesitas	32
2.3	Konsep Hipertensi	34
2.3.1	Definisi Hipertensi.....	34
2.3.2	Batasan Hipertensi	36
2.3.3	Klasifikasi Hipertensi	36
2.3.4	Etiologi Hipertensi.....	37
2.3.5	Patofisiologi Hipertensi	38
2.3.6	Faktor Yang Mempengaruhi Hipertensi	40
2.3.7	Manifestasi Klinis Hipertensi	44
2.3.8	Komplikasi Hipertensi	45
2.3.9	Penatalaksanaan Hipertensi	46
2.3.10	Pemeriksaan Penunjang Hipertensi	51
2.4	Kerangka Konsep	53
2.5	Hipotesis	54

BAB 3 METODE PENELITIAN

3.1	Desain Penelitian	55
3.2	Tempat dan Waktu Penelitian.....	55
3.3	Kerangka Kerja.....	56
3.4	Identifikasi Variabel	57
3.4.1	Variabel Independen.....	57
3.4.2	Variabel Dependen	57
3.5	Definisi Operasional.....	58

3.6	Populasi, Sampel, dan Sampling	59
3.6.1	Populasi.....	59
3.6.2	Sampel	59
3.6.3	Sampling	60
3.7	Pengumpulan Data dan Analisa Data	61
3.7.1	Pengumpulan Data.....	61
3.7.2	Instrumen Pengumpulan Data.....	61
3.7.3	Analisa Data.....	62
3.8	Etika Penelitian.....	70
3.8.1	<i>Informed Consent</i>	71
3.8.2	<i>Anonimity</i>	72
3.8.3	<i>Confidentiality</i>	72

BAB 4 HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

4.1	Hasil Penelitian.....	73
4.1.1	Data Umum.....	73
4.1.2	Data Khusus.....	76
4.1.3	Analisa Hasil Penelitian.....	79
4.2	Pembahasan	86
4.2.1	Gaya Hidup Pada Penderita Hipertensi di Desa Latukan Kecamatan Karanggeneng Kabupaten Lamongan.....	86
4.2.2	Obesitas Pada Penderita Hipertensi di Desa Latukan Kecamatan Karanggeneng Kabupaten Lamongan.....	89
4.2.3	Kejadian Hipertensi di Desa Latukan Kecamatan Karanggeneng Kabupaten Lamongan.....	91
4.2.4	Gaya hidup Dengan Kejadian Hipertensi di Desa Latukan Kecamatan Karanggeneng Kabupaten Lamongan.....	94
4.2.5	Obesitas Dengan Kejadian Hipertensi di Desa Latukan Kecamatan Karanggeneng Kabupaten Lamongan.....	98
4.2.6	Hubungan Gaya Hidup dan Obesitas Dengan Kejadian Hipertensi di Desa Latukan Kecamatan Karanggeneng Kabupaten Lamongan.....	102

BAB 5 PENUTUP

5.1 Kesimpulan 104

5.2 Saran 105

DAFTAR PUSTAKA 106

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1	Definisi Obesitas Menurut WHO	22
Tabel 2.2	Hubungan nilai IMT dengan risiko komorbiditas	23
Tabel 2.3	Klasifikasi Obesitas	23
Tabel 2.4	Tingkatan Hipertensi	36
Tabel 2.5	Klasifikasi Hipertensi Menurut <i>National Institutes of Health</i>	36
Tabel 2.6	Klasifikasi Hipertensi Menurut JNC (<i>The Joint Committee on Detection, Evaluation and Treatment of high blood pressure</i>) VII	36
Tabel 3.1	Definisi Operasional Hubungan Gaya Hidup dan Obesitas dengan Kejadian Hipertensi	58
Tabel 4.1	Distribusi Jenis Kelamin di Desa Latukan Kecamatan Karanggeneng Kabupaten Lamongan	74
Tabel 4.2	Distribusi Usia di Desa Latukan Kecamatan Karanggeneng Kabupaten Lamongan	75
Tabel 4.3	Distribusi Pendidikan di Desa Latukan Kecamatan Karanggeneng Kabupaten Lamongan	75
Tabel 4.4	Distribusi Pekerjaan di Desa Latukan Kecamatan Karanggeneng Kabupaten Lamongan	76
Tabel 4.5	Distribusi Gaya Hidup Pada Penderita Hipertensi di Desa Latukan Kecamatan Karanggeneng Kabupaten Lamongan .	76
Tabel 4.6	Distribusi Obesitas Pada Penderita Hipertensi di Desa Latukan Kecamatan Karanggeneng Kabupaten Lamongan.....	77
Tabel 4.7	Distribusi Hipertensi di Desa Latukan Kecamatan Karanggeneng Kabupaten Lamongan	77
Tabel 4.8	Tabel Silang Hubungan Gaya Hidup Dengan Kejadian Hipertensi di Desa Latukan Kecamatan Karanggeneng Kabupaten Lamongan	78

Tabel 4.9	Tabel Silang Hubungan Obesitas Dengan Kejadian Hipertensi di Desa Latukan Kecamatan Karanggeneng Kabupaten Lamongan	78
Tabel 4.10	Hasil Uji Multikolinieritas Hubungan Gaya Hidup dan Obesitas dengan Kejadian Hipertensi di Desa Latukan Kecamatan Karanggeneng Kabupaten Lamongan	80
Tabel 4.11	Hasil Uji Autokorelasi Hubungan Gaya Hidup dan Obesitas dengan Kejadian Hipertensi di Desa Latukan Kecamatan Karanggeneng Kabupaten Lamongan	82
Tabel 4.12	Hasil Uji t Test Hubungan Gaya Hidup dan Obesitas dengan Kejadian Hipertensi di Desa Latukan Kecamatan Karanggeneng Kabupaten Lamongan	83
Tabel 4.13	Hasil Pengujian Hipotesis Secara Stimultan Dengan Uji F Gaya Hidup dan Obesitas Dengan Kejadian Hipertensi di Desa Latukan Kecamatan Karanggeneng Kabupaten Lamongan.....	85
Tabel 4.14	Hasil Nilai Koefisien Determinasi Gaya Hidup dan Obesitas Dengan Kejadian Hipertensi di Desa Latukan Kecamatan Karanggeneng Kabupaten Lamongan	86

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1	Kerangka Konsep Hubungan Gaya Hidup Dan Obesitas Dengan Kejadian Hipertensi Di Desa Latukan Kecamatan Karanggeneng Kabupaten Lamongan	53
Gambar 3.1	Kerangka Kerja Hubungan Gaya Hidup dan Obesitas dengan Kejadian Hipertensi di desa Latukan kecamatan Karanggeneng Kabupaten Lamongan	56
Gambar 4.1	Struktur Pengurus Desa Latukan Kecamatan Karanggeneng Kabupaten Lamongan	74
Gambar 4.2	Hasill Uji Normalitas.....	80
Gambar 4.3	Uji Heteroskedastisitas	82

DAFTAR SINGKATAN

ACE	: Angiotensin Converting Enzyme
Amd Kep	: Ahli Madya Keperawatan
BMI	: Body Massa Index
Ca	: Calsium
CO	: karbon monoksida
DASH	: Dietary Approaches to Stop Hypertension
Depkes	: Departemen Kesehatan
dL	: deciliter
DM	: Diabetes Mellitus
Drs	: doktorandus
gr	: gram
H	: Haji
HCT	: Hidroclorotiazid
HDL	: High Density Lipoprotein
IMT	: Indeks Massa Tubuh
JNC	: Joint National Committee
KB	: Keluarga Berencana
kcal	: kilokalori
Kemenkes	: Kementerian Kesehatan
Kg	: Kilogram
Kj	: Kilojoule
LDL	: Low Density Lipoprotein
m	: meter
M.Kes	: Magister Kesehatan
MET	: Metabolic Energy Turnover
mg	: milligram
ml	: milliliter
MM	: Magister Manajemen

mmHg	: millimeter raksa
NHS	: Nurses Health Studies
NIM	: Nomor Induk Mahasiswa
OLS	: Ordinary Least Squares
Poskesdes	: Pos Kesehatan Desa
RAAS	: Renin Angiotensin Aldosteron System
SD	: Sekolah Dasar
SE	: Sarjana Ekonomi
SKM	: Sarjana Kesehatan Masyarakat
SMA	: Sekolah Menengah Atas
SMP	: Sekolah Menengah Pertama
STIKES	: Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan
SWT	: Subhanahu wa Ta'ala
TIA	: Transient Ischemic Attack
TK	: Taman Kanak-kanak
Tk	: Tingkat
VIF	: Variance Inflation Factor
VLDL	: Very Low Density Lipoprotein
WHO	: World Health Organization

DAFTAR SIMBOL

\geq	: lebih dari sama dengan
%	: persen
&	: dan
<	: kurang dari
\dots^2	: kuadrat
\pm	: kurang lebih
>	: lebih dari
α	: alfa
\neq	: tidak sama dengan
p	: signifikansi

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Jadwal Penyusunan Skripsi dan Kegiatan Akademik Program Keperawatan 2017/2018
- Lampiran 2 Surat Izin Survei Awal Dari Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKES) Muhammadiyah Lamongan
- Lampiran 3 Surat Izin Survei Awal di Puskesmas Karanggeneng Kabupaten Lamongan
- Lampiran 4 Surat Izin Survei Awal di desa Latukan kecamatan Karanggeneng kabupaten Lamongan
- Lampiran 5 Surat Permohonan Penelitian Dari Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKES) Muhammadiyah Lamongan
- Lampiran 6 Surat Rekomendasi Penelitian Dari Badan Kesatuan Bangsa dan Politik
- Lampiran 7 Surat Persetujuan Izin Penelitian Dari Dinas Kesehatan Kabupaten Lamongan
- Lampiran 8 Surat Izin Penelitian Dari UPT Puskesmas Karanggeneng Kabupaten Lamongan
- Lampiran 9 Surat Izin Penelitian Dari Desa Latukan Kecamatan Karanggeneng Kabupaten Lamongan
- Lampiran 10 Lembar Permohonan Menjadi Responden
- Lampiran 11 Lembar Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 12 Lembar Kuesioner Gaya Hidup
- Lampiran 13 Lembar Observasi Obesitas
- Lampiran 14 Lembar Kunci Jawaban dan Penilaian Skor Pada Kuesioner Gaya Hidup
- Lampiran 15 Lembar Observasi Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi

- Lampiran 16 Tabulasi Distribusi Kuesioner Gaya Hidup Dengan Kejadian Hipertensi Di Desa Latukan Kecamatan Karanggeneng Kabupaten Lamongan
- Lampiran 17 Tabulasi Distribusi Obesitas Dengan Kejadian Hipertensi Di Desa Latukan Kecamatan Karanggeneng Kabupaten Lamongan
- Lampiran 18 Tabulasi Distribusi Data Hubungan Gaya Hidup Dan Obesitas Dengan Kejadian Hipertensi Di Desa Latukan Kecamatan Karanggeneng Kabupaten Lamongan
- Lampiran 19 Hasil Analisa SPSS Dengan Uji Multiple Linier Regression
- Lampiran 20 Lembar Konsultasi