

**GAMBARAN PENERAPAN EDUKASI DIET HIPERTENSI TERHADAP TINGKAT
PENGETAHUAN PADA KELUARGA TN. J DENGAN HIPERTENSI DI DESA
MEKAR KECAMATAN SOROPIA
KAB.KONAWAWE**

KARYA TULIS ILMIAH

*Di ajukan sebagai salah satu persyaratan menyelesaikan Pendidikan program
Diploma III Keperawatan*



SEISNARD GRACIANILA MBARA
NIM : P00320021039

**DIREKTORAT JENDERAL TENAGA KESEHATAN
POLTEKKES KEMENKES KENDARI
PRODI-DIII KEPERAWATAN
KENDARI
2024**

**HALAMAN PERSETUJUAN
GAMBARAN PENERAPAN EDUKASI DIET HIPERTENSI TERHADAP
TINGKAT PENGETAHUAN PADA KELUARGA TN. J DENGAN
HIPERTENSI DI DESA MEKAR KECAMATAN
SOROPIA KAB.KONAWA**

Yang disusun oleh :

SEISNARD GRACIANI LAMBARA
P00320020039

Karya Tulis Ilmiah ini telah diterima dan disetujui untuk dipertahankan di depan
Tim Penguji

Kendari, 29 Mei 2024

Pembimbing :

1. Sitti Rachmi Misbah, S.Kp., M.Kes
2. Indriono Hadi, S.Kep., Ns., M.Kes



Mengetahui :

Ketua Jurusan Keperawatan

Abdul Solihur Hadi, S.Kep., Ns., MM
NIP. 19730201198031001



LEMBAR PENGESAHAN
GAMBARAN PENERAPAN EDUKASI DIET HIPERTENSI TERHADAP
TINGKAT PENGETAHUAN PADA KELUARGA TN. J DENGAN
HIPERTENSI DI DESA MEKAR KECAMATAN SOROPIA
KAB.KONAWAWE

Yang disusun oleh :

SEISNARD GRACIANI LA MBARA

NIM P00320021039

Telah dipertahankan pada Seminar Hasil Karya Tulis Ilmiah Pada
hari/tanggal, 2024

Tim Penguji :

1. Lena Atoy SST, MPH
2. Sitti Rachmi Misbah, S.Kp, M.Kes
3. Muhaimin Saranani, S.Kep.,Ns.,M.Sc
4. Abdul Syukur Bau, S.Kep.,Ns.,MM
5. Indriono Hadi, S.Kep., Ns.M.Kep

()
()
()
()
()

Mengetahui :

Ketua Jurusan Keperawatan



Abdul Syukur Bau, S.Kep.,Ns.,MM

NIP.197312081998031001

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Seisnard Graciani La Mbara
NIM : P00320021039
Instistusi Pendidikan : Prodi D-III Keperawatan Kendari
Judul KTI : Gambaran Penerapan Edukasi Diet Hipertensin
Terhadap Tingkat Pengetahuan Pada Keluarga
Tn. J Degan Hipertensi Di Desa Mekar
Kecamatan Soropia Kabupaten Konawe

Menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa tugas akhir yang saya tulis ini adalah hasil karya saya sendiri, bukan merupakan pengambilalihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai tulisan atau pikiran saya sendiri.

Apabila dikemudian hari terbukti bahwa tugas akhir ini adalah hasil jiplakan (plagiat), maka saya bersedia menerima sanksi atau perbuatan tersebut sesuai peraturan yang berlaku di Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Kendari

Kendari, 6 Juli 2024

Yang Membuat Pernyataan



Seisnard Graciani La Mbara

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN
KARYA TULIS ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIK

Sebagai civitas Poltekkes Kemenkes Kendari, saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Seisnard Graciani La Mbara
Nim : P00320021039
Program Studi/Jurusan : Diploma III/Keperawatan
Judul KTI : “Gambaran Penerapan Edukasi Diet Hipertensi Terhadap Tingkat Pengetahuan Pada Keluarga Tn. J Dengan Hipertensi Di Desa Mekar Kecamatan Soropia Kabupaten Konawe”

Menyatakan bahwa setuju untuk memberikan kepada Poltekkes Kemenkes Kendari Hak Bebas Royalti Non Eksekutif Atas (Skripsi, Karya Tulis Ilmiah, Laporan Tugas akhir) saya yang berjudul **“Gambaran Penerapan Edukasi Diet Hipertensi Terhadap Tingkat Pengetahuan Pada Keluarga Tn. J Dengan Hipertensi Di Desa Mekar Kecamatan Soropia Kabupaten Konawe”**.

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan) Dengan Hak Bebas Royalti Non Eksekutif Ini Poltekkes Kemenkes Kendari berhak menyimpan, mengalihmedia/formatkan, mengelolah bentuk pangkalan data (*database*), merawat dan mempublikasikan Karya Tulis Ilmiah saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis / pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Kendari, juli 2024
Yang membuat pernyataan



Seisnard graciani la mbara
P00320021039

RIWAYAT HIDUP



I. IDENTITAS

1. Nama Lengkap : Seisnard Graciani La Mbara
2. Tempat/Tanggal lahir : Unaaha, 19 Desember 2003
3. Jenis Kelamin : Perempuan
4. Agama : Katolik
5. Suku/Kebangsaan : Muna/Indonesia
6. Alamat : Jl. Jend Panjaitan, Lorong Gereja GP di Victory Toriki,
Sulawesi Tenggara
7. No. Telp/Hp : 0823 1964 1386

II. PENDIDIKAN

1. TK Putra 1 P.I Sultra Tahun 2008 - 2009
2. Sdn lalosabila Tahun 2010 - 2015
3. Smpn 1 Unaaha Tahun 2016 - 2018
4. Sman 1 Unaaha Tahun 2019 – 2021
5. Poltekkes Kemenkes Kendari Tahun 2021-2024

MOTTO

“Pencobaan-pencobaan yang kamu alami ialah pencobaan-pencobaan biasa, yang tidak melebihi kekuatan manusia. Sebab Allah setia dan karena itu Ia tidak akan membiarkan kamu dicobai melampaui kekuatanmu. Pada waktu kamu dicobai Ia akan memberikan kepadamu jalan ke luar, sehingga kamu dapat menanggungnya”

(1 Korintus 10 :13)

“ It will pass, everyting you’ve gone trough, it will pass”

-Rachelvennya-

ABSTRAK

Seisnard Graciani La Mbara (P00320021039) Gambaran Penerapan Edukasi Hipertensi Terhadap Tingkat Pengetahuan Pada Keluarga Dengan Hipertensi Di Desa Mekar Wilayah Kerja Puskesmas Soropia Kabupaten Konawe. Pembimbing I (Sitti Rachmi Misbah, S.Kp.,M.Kes) Pembimbing II (Indriono Hadi, S.Kep., Ns.,M.Kes)

Latar belakang : Hipertensi merupakan kondisi dimana tekanan darah berada di atas normal. Hipertensi dikenal juga dengan penyakit tekanan darah tinggi. Tekanan darah seseorang normalnya setara atau kurang dari 120/80 mmHg. Jika seseorang memiliki tekanan darah diatas 140/90 mmHg maka ia menderita Hipertensi. Hipertensi dapat diatasi dengan beberapa cara, salah satunya diet. Diet adalah salah satu cara untuk mengatasi hipertensi tanpa efek samping yang serius, karena metode pengendaliannya yang alami seperti dalam menghindari jenis makanan yaitu garam, penyedap rasa, *popcorn* asin, keju dan keripik kentang. Keluarga ialah perkumpulan dua orang atau lebih yang dihubungkan oleh ikatan darah, perkawinan atau adopsi dan setiap anggota keluarga selalu berinteraksi satu dengan yang lain. **Tujuan** : mengetahui tingkat pengetahuan pada keluarga sebelum dan sesudah melakukan edukasi diet hipertensi. **Manfaat** : Diharapkan setelah diberikan edukasi berbasis *leaflet* pada kliend dan keluarga dapat meningkatkan tingkat pengetahuan. **Metode** : penelitian deskriptif dengan menggunakan pendekatan studi kasus. **Hasil** : hasil menunjukkan bahwa terjadi peningkatan tingkat pengetahuan sehingga dapat disimpulkan bahwa edukasi berbasis *leaflet* yang telah diberikan menunjukkan peningkatan dari skor 40 (kurang) menjadi skor 90 (sangat baik). **Kesimpulan** : tingkat pengetahuan meningkat pada keluarga Tn.J dengan pemberian edukasi berbasis *leaflet* selama 3 hari.

Kata kunci : Hipertensi, keluarga, *Leaflet*, Tingkat Pengetahuan

ABSTRACT

Seisnard Graciani La Mbara (P00320021039) Description of the Application of Hypertension Diet Education on the Level of Knowledge in Families with Hypertension in the Working Area of the Soropia Health Center Konawe Regency. Supervisor I (Sitti Rachmi Misbah, S.Kp., M.Kes) Supervisor II (Indriono Hadi, S.Kep., Ns,.M.Kes)

Background: Hypertension is a condition where blood pressure is above normal. Hypertension is also known as high blood pressure. A person's blood pressure is normally equal to or less than 120/80 mmHg. If someone has blood pressure above 140/90 mmHg then they suffer from hypertension. Hypertension can be treated in several ways, one of which is diet. Diet is one way to treat hypertension without serious side effects, because it is a natural control method such as avoiding types of food, namely salt, flavorings, salted popcorn, cheese and potato chips. A family is a group of two or more people who are connected by blood ties, marriage or adoption and each family member always interacts with one another. **Objective:** to determine the level of knowledge in families before and after carrying out hypertension diet education. **Benefits:** It is hoped that after providing leaflet-based education to clients and families, the level of knowledge can be increased. **Method:** descriptive research using a case study approach. **Results:** The results show that there has been an increase in the level of knowledge so it can be concluded that the leaflet-based education that has been provided shows an increase from a score of 40 (poor) to a score of 90 (very good). **Conclusion:** the level of knowledge increased in Mr. J's family by providing leaflet-based education for 3 days.

Keywords: Hypertension, family, Leaflet, Level of Knowledge

KATA PENGANTAR

Puji dan Syukur hanya bagi Tuhan Yesus Kristus, oleh karena anugerah-nya yang melimpah, kemurahan dan kasih setia yang besar akhirnya penulis dapat menyelesaikan karya tulis ilmiah ini dengan judul “Gambaran Penerapan Edukasi Diet Hipertensi Terhadap Tingkat Pengetahuan Pada Keluarga Tn.J Dengan Hipertensi Di Desa Mekar Kecamatan Soropia Kabupaten Konawe”.

Dalam penyusunan karya tulis ilmiah ini, tidak lepas dari dukungan berbagai pihak sehingga dapat terselesaikan dengan baik terkhusus kepada kedua orang tua penulis tersayang, Ayahanda **Thomas La Mbara S.KM**, dan ibuda **Antonina Wa Ntagi** yang telah menjadi orang tua terhebat, terima kasih yang tak terhingga atas limpah kasih sayang dan cinta yang tulus, do’a yang tak pernah putus, materi, motivasi, nasehat, perhatian, pengorbanan, semangat yang selalu diberikan membuat penulis bersyukur telah memiliki keluarga yang luar biasa.

Pada kesempatan ini penulis ingin mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada yang terhormat :

1. Bapak Teguh Fathurrahman SKM, MPPM, selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kendari
2. Bapak Abdul Syukur Bau. S.Kep.,Ns.,MM selaku Ketua Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kendari
3. Ibu Nurfantri, S.Kep., Ns., M.Sc selaku Kepala Prodi D-III Keperawatan Politeknik Kesehatan Kendari
4. Ibu Fitri Wijayati S.Kep.,Ns.,M.Kep selaku Sekretaris Jurusan D-III Keperawatan Politeknik Kesehatan Kendari
5. Kepala Puskesmas Kecamatan Soropia Bapak Rano S.Kep.Ns yang telah mengizinkan penulis dalam melakukan penelitian
6. Kepada dosen pembimbing I ibu sitti rachmi misbah, S.Kp.,M.Kes dan dosen pembimbing II bapak indriono hadi, S.Kep.,Ns.,M.Kes yang telah ikhlas dan sabar dalam meluangkan

waktunya untuk membimbing selama penyusunan karya tulis ilmiah ini.

7. Kepada Ibu Lena Atoy SST,.MPH, Bapak Muhaimin Saranani, S.Kep.,Ns,.M.Sc, dan Bapak Abdul Syukur Bau, S.Kep.,Ns.,MM selaku dosen-dosen penguji yang telah memberikan arahan dan masukan-masukan sehingga karya tulis ilmiah ini dapat disusun dengan sebaik-baiknya.
8. Kepada seluruh Dosen dan Staf Politeknik Kesehatan Kendari Jurusan Keperawatan yang membantu penulis dalam menempuh Pendidikan.
9. Teruntuk juga kepada teman-temanku yang tercinta, Rada, imel, Sarah, ocim, risma, nita, ismi, zia, yeni, sesi, nadya, aca, salsa, murni dan kiran yang sama-sama jatuh bangun melewati proses yang cukup panjang hingga sampai pada titik ini.
10. Penulis mengucapkan banyak terima kasih juga kepada teman-teman “Angkatan 2021” Poltekkes Kemenkes Kendari khususnya keperawatan III A, yang sama-sama berjuang dan saling membantu untuk menyelesaikan perkuliahan di Poltekkes Kemenkes Kendari.

Penulis

Seisnard Graciani La Mbara

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	iv
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN KARYA TULIS ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIK	v
RIWAYAT HIDUP	vi
MOTO	vii
ABSTRAK	viii
ABSTRACT	ix
KATA PENGANTAR	x
DAFTAR ISI	xii
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan.....	4
D. Manfaat Studi Kasus.....	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	6
A. Konsep Keluarga	6
1. Pengertian Keluarga.....	6
2. Tipe Keluarga	7
3. Fungsi Keluarga.....	9
4. Tahap Perkembangan Keluarga.....	12
B. Konsep Hipertensi	15
1. Pengertian Hipertensi.....	15
2. Klasifikasi Hipertensi.....	16
3. Etiologi Dan Faktor Resiko.....	17
4. Manifestasi Klinis.....	18
5. Patofisionologi.....	19
6. Komplikasi Hipertensi	24

7. Pemeriksaan Hipertensi.....	25
C. Konsep Asuhan Keperawatan Keluarga dengan Hipertensi.....	27
1. Pengkajian	27
2. Diagnosis Keperawatan Keluarga.....	31
3. Intervensi Keperawatan.....	32
4. Implementasi Keperawatan	33
5. Evaluasi Keperawatan.....	33
D. Konsep Diet Hipertensi.....	34
1. Jenis Diet Hipertensi.....	34
2. Tujuan Diet Rendah Garam.....	35
3. Syarat dan Prinsip Diet	35
4. Macam-macam Diet Rendah Garam.....	36
5. Bahan Makanan Yang Di Anjurkan Dan Tidak Dianjurkan	37
E. Edukasi Diet Dengan Hipertensi	38
1. Definisi.....	38
2. Tujuan Edukasi dalam Perubahan Kesehatan.....	39
3. Tingkat Pengetahuan.....	39
4. Metode Edukasi Kesehatan	40
5. Media Edukasi Kesehatan	41
BAB III METODE PENELITIAN.....	43
A. Desain Penelitian	43
B. Subjek Studi Kasus	43
C. Fokus Studi	44
D. Definisi Operasional	44
E. Tempat dan Waktu Sudi Kasus	46
F. Metode Pengumpulan Data	46
G. Penyajian Data.....	47
H. Etika Studi Kasus	47
BAB IV HASIL STUDI KASUS DAN PEMBAHASAN	49
A. Hasil Studi Kasus	49
B. Pembahasana	53
C. Keterbatasan Dalam Penelitian.....	54
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	55
A. Kesimpulan	55

B. Saran.....	55
DAFTAR PUSTAKA.....	57
LAMPIRAN.....	59

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1. Klasifikasi hipertensi berdasarkan JNC VII	16
Tabel 2.2. Klasifikasi hipertensi berdasarkan WHO	17
Tabel 2.3. Intervensi Keperawatan	32
Tabel 2.1. Luaran Tingkat Pengetahuan L.12111.....	33
Tabel 3.1. Definisi Operasional.....	44
Tabel 4.1. Tingkat Pengetahuan Keluarga Sebelum Dan Sesudah Diberikan Edukasi Berbasis Leaflet	51

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Lembar Pernyataan Persetujuan (<i>Informed Consent</i>) Menjadi Subjek Penelitian	60
Lampiran 2 Format Pengakajian Keluarga	61
Lampiran 3 Lembar Kuisisioner	70
Lampiran 4 Satuan Acara Penyuluhan (SAP).....	73
Lampiran 5 Standar Operasional Prosedur (SOP) Edukasi Hipertensi.....	80
Lampiran 6. Leaflet.....	81
Lampiran 7. Surat pengambilan data awal	82
Lampiran 8. Permohonan Izin Penelitian	83
Lampiran 9 Izin Penelitian.....	84
Lampiran 10 Surat Keterangan Telah Melakukan Penelitian.....	85
Lampiran 11 Surat Keterangan Bebas Pustaka	86
Lampiran 12. Surat Keterangan Bebas Administrasi.....	87
Lampiran 13 Dokumentasi.....	88