

**PENERAPAN PENDIDIKAN KESEHATAN TENTANG POLA  
HIDUP SEHAT PADA ANGGOTA KELUARGA DENGAN  
HIPERTENSI DI PUSKESMAS TAMANSARI KOTA  
TASIKMALAYA**

**KARYA TULIS ILMIAH**



**Oleh :**

**DEDE APIT FITRIANI  
NIM. P2.06.20.1.19.006**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA  
POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA  
JURUSAN KEPERAWATAN  
PROGRAM STUDI DIII KEPERAWATAN  
TASIKMALAYA**

**2022**

## **KATA PENGANTAR**

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT, karena berkat rahmat dan hidayah-Nya penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah dengan judul “Penerapan Pendidikan Kesehatan tentang Pola Hidup Sehat pada Anggota Keluarga dengan Hipertensi di Puskesmas Tamansari Kota Tasikmalaya”.

Dalam penyusunan KTI ini, penulis banyak mendapatkan bimbingan, nasihat, bantuan, dan dukungan yang sangat membantu dan berpengaruh dari berbagai pihak, maka dari itu penulis mengucapkan banyak terimakasih kepada:

1. Ibu Hj. Ani Radiati, S.Pd., M.Kes, selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kemenkes Tasikmalaya.
2. Bapak Dudi Hartono, S.Kep., Ners., M.Kep, selaku Ketua Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Tasikmalaya.
3. Ibu Lia Herliana, S.Kep., Ners., M.Kep, selaku Ketua Program Studi DIII Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Tasikmalaya.
4. Ibu Kusmiyati, S.Kp, M.Kes, selaku pembimbing kesatu yang selalu memberikan arahan, saran, bimbingan dan dukungan pada penulis selama penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.
5. Ibu Dr. Hj. Betty Suprapti, S.Kp, M.Kes, selaku pembimbing kedua yang selalu memberikan arahan, bimbingan dan dukungan pada penulis dalam penyusunan karya tulis ilmiah ini.
6. Seluruh staf dosen Program Studi D-III Keperawatan Politeknik Kesehatan Kementrian Tasikmalaya yang telah memberi dukungan selama penulis mengikuti perkuliahan.

7. Kedua orang tua tercinta Bapak Salamet dan ibu Hasiti (Alm), yang senantiasa memberikan kasih sayang sepenuhnya serta do'a dan memberikan semua dukungan baik secara moril maupun materi yang penulis butuhkan sampai saat ini.
8. Saudara-saudara tercinta Teh Susi, Teh Sari, Ang Maman, Ang Dani, De Nuri, Teh Maya dan keluarga besar yang telah memberikan kasih sayang, do'a dan semua yang penulis butuhkan baik secara moril maupun materi.
9. Teman-teman angkatan 27 Program Studi DIII Keperawatan Tasikmalaya Politeknik Kesehatan Kemenkes Tasikmalaya khususnya kelas III A yang saling mendukung, membantu dan memberikan semangat serta motivasi.
10. Teman-teman BEM Kabinet Adhyasta dan UNKIMAKES yang selalu memberikan dukungan, do'a serta menghibur penulis.
11. Keluarga Pondok Pesantren Riyadhul Ulum KH. Fakhrudin yang senantiasa memberikan doa serta dukungan.
12. Semua pihak yang tidak bisa disebutkan satu persatu yang telah sangat membantu dalam penyusunan karya tulis ilmiah ini.

Penulis menyadari dalam penulisan karya tulis ilmiah ini masih jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu, penulis sangat mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun guna perbaikan di masa yang akan datang.

Tasikmalaya, 5 Maret 2022

Penulis

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA  
POLTEKKES KEMENKES TSIKMALAYA**

**Dede Apit Fitriani**

**P2.06.20.1.19.006**

**Kusmiyati S.Kp, M.Kes<sup>1</sup>**

**196704211990032013**

**Dr. Hj Betty Suprapti S.Kp, M.Kes<sup>2</sup>**

**195803301981122001**

**“Penerapan Pendidikan Kesehatan Tentang Pola Hidup Sehat pada Anggota Keluarga dengan Hipertensi di Puskesmas Tamansari Kota Tasikmalaya”**

**ABSTRAK**

Hipertensi merupakan tekanan darah tinggi dengan tekanan sistolik >140 mmHg dan tekanan diastolik >90 mmHg. Penderita hipertensi di Tasikmalaya tahun 2019 mencapai 36.466 dan menduduki peringkat kedua dari 10 penyakit terbanyak yang diderita masyarakat. Mencegah dan mengendalikan hipertensi dengan menerapkan pola hidup sehat (nonfarmakologi) sangat penting sebagai pengobatan awal pada penderita hipertensi untuk mencegah timbulnya komplikasi pada beberapa organ tubuh (Sari, Hasanah & Ludiana, 2021). Tujuan penulisan karya tulis ilmiah ini untuk mengetahui gambaran penerapan pendidikan kesehatan pola hidup sehat pada anggota keluarga dengan hipertensi di wilayah Puskesmas Tamansari Kota Tasikmalaya. Jenis desain dalam karya tulis ilmiah ini adalah deskriptif kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Proses asuhan keparawatan dilakukan sejak tanggal 11 April 2022 sampai 23 April 2022 pada dua keluarga penderita hipertensi. Masalah keperawatan yang didapatkan dari hasil pengkajian pada kedua keluarga yaitu manajemen kesehatan keluarga tidak efektif yang diakibatkan karena ketidakmampuan keluarga dalam merawat anggota keluarga yang sakit, ditandai dengan ketidakpatuhan pasien terhadap penerapan pola hidup sehat. Setelah dilakukan pendidikan kesehatan dengan media lembar balik tentang pola hidup sehat pada kedua keluarga selama 5 hari, diperoleh hasil tingkat pengetahuan, sikap dan perilaku keluarga mengalami peningkatan, namun perubahannya tidak terlalu signifikan karena dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya jenis kelamin, tingkat pendidikan, ujian dan jenis pekerjaan. Untuk pemberian asuhan keperawatan yang efektif diharapkan pihak pelayanan kesehatan memberikan edukasi kepada masyarakat khususnya tentang masalah penatalaksanaan hipertensi.

**Kata Kunci : Hipertensi, Pola Hidup Sehat, Pendidikan Kesehatan**

**Daftar Pustaka : 31 (2012-2022)**

**MINISTRY OF HEALTH OF THE REPUBLIC OF INDONESIA  
POLYTEKKES KEMENKES TASIKMALAYA**

**Dede Apit Fitriani**

**P2.06.20.1.19.006**

**Kusmiyati S.Kp, M.Kes<sup>1</sup>**

**196704211990032013**

**Dr. Hj Betty Suprapti S.Kp, M.Kes<sup>2</sup>**

**195803301981122001**

*"The application of health education on healthy living patterns in family members with hypertension in the city of tamansari of tasikmalaya"*

**ABSTRAK**

*Hypertension is high blood pressure with systolic pressure >140 MMHG and diastolic pressure >90 MMHG. Hypertensive people in tasikmalaya in 2019 reached 36,466 and ranked second among the top 10 most common diseases in society. Preventing and controlling hypertension by applying a healthful (nonpharmacological) life pattern is essential as early treatment for hypertensive people to prevent complications from certain organs (saris, hasanah & ludiana, 2021). The purpose of writing this scientific work is to describe the application of health education of healthy living patterns to family members with hypertension in the central region of tasikmalaya city. The type of design in this scientific literature is qualitative descriptive with a case study approach. The process of starvation occurred from April 11, 2022 to April 23, 2022 to two hypertensive families. The problem of nursing obtained from both families is that family health management is ineffective due to family inability to care for sick family members, characterized by the patient's disobedience to the application of a healthy pattern of living. After a health education with a media feedback sheet on healthy living patterns in both families for 5 days, results have increased knowledge, family attitudes and behavior, but the change is less significant because it is influenced by several factors between gender, education level, test and occupation. For effective nursing care, it is expected that the health care administration will educate the public particularly on the issue of hypertensive living.*

*Keywords: hypertension, healthful living patterns, health education*

*Library list: 31 (2012-2022)*

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
LEMBAR PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN .....	iv
LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA TULIS ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS .....	v
KATA PENGANTAR .....	vi
ABSTRAK .....	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	i
DAFTAR BAGAN .....	ii
DAFTAR LAMPIRAN.....	iii
BAB I PENDAHULUAN .....	1
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	3
C. Tujuan Penulisan.....	4
1. Tujuan Umum .....	4
2. Tujuan Khusus .....	4
D. Manfaat Penulisan.....	4
1. Bagi Keluarga.....	4
2. Bagi Penulis .....	4
3. Untuk Puskesmas atau Tempat Karya Tulis Ilmiah.....	5
4. Untuk Institusi Pendidikan .....	5
BAB II.....	6
TIJAUAN PUSTAKA .....	6
A. KONSEP DASAR.....	6
1. Konsep Hipertensi .....	6
2. Penatalaksanaan Hipertensi.....	13
3. Konsep Pola Hidup Sehat.....	14
4. Konsep Keluarga.....	19

5.    Konsep Asuhan Keperawatan Keluarga .....	26
B.    KERANGKA TEORI.....	46
BAB III .....	47
METODOLOGI KARYA TULIS ILMIAH.....	47
A.    Desain Karya Tulis Ilmiah.....	47
B.    Subyek Karya Tulis Ilmiah.....	47
C.    Fokus Studi .....	47
D.    Definisi Operasional.....	48
E.    Batasan Istilah .....	49
F.    Lokasi dan Waktu.....	50
G.    Prosedur Penulisan Karya Tulis Ilmiah .....	50
H.    Teknik Pengumpulan Data .....	52
I.    Instrument dan Pengambilan Data.....	53
J.    Analisis Data .....	53
K.    Etika Studi Kasus .....	54
BAB IV .....	55
HASIL DAN PEMBAHASAN.....	55
A.    Hasil Studi Kasus.....	55
1.    Gambaran Karakteristik Keluarga dengan Masalah Hipertensi .....	55
2.    Gambaran Hasil Studi Kasus.....	60
a.    Gambaran Pengkajian Tahap II .....	60
b.    Gambaran Implementasi dan Evaluasi Penerapan Pendidikan Kesehatan tentang Pola Hidup Sehat .....	65
B.    Pembahasan.....	71
1.    Gambaran Karakteristik Keluarga dengan Masalah Hipertensi.....	71
2.    Pengkajian Tahap II pada Asuhan Keperawatan Keluarga dengan Masalah Hipertensi .....	73
3.    Implementasi dan Evaluasi Penerapan Pendidikan Kesehatan tentang Pola Hidup Sehat .....	75
C.    Keterbatasan .....	76
BAB V.....	77
PENUTUP.....	77
A.    Kesimpulan.....	77
B.    Saran .....	77

DAFTAR PUSTAKA .....	80
----------------------	----



## **DAFTAR TABEL**

Tabel 2.1.Klasifikasi hipertensi menurut JNC-VIII dalam Fikriana (2018). ....	7
Tabel 2.2.Skoring Perhitungan Prioritas Masalah .....	38

## DAFTAR BAGAN

Bagan 2.1 Kerangka Teori.....	47
-------------------------------	----

## **DAFTAR LAMPIRAN**

Lampiran 1 Format Dokumentasi Asuhan Keperawatan

Lampiran 2 Pedoman Wawancara tentang Hipertensi dan Pola Hidup Sehat

Lampiran 3 Surat Permohonan Menjadi Responden

Lampiran 4 Surat Pernyataan Kesiediaan Menjadi Responden

Lampiran 5 Informed Consent

Lampiran 6 Format Log Book Pelaksanaan Asuhan Keperawatan

Lampiran 7 Format Log Book Bimbingan Proposal KTI