HUBUNGAN ANTARA INDEKS MAKAN SEHAT DENGAN KUALITAS HIDUP LANSIA PENDERITA HIPERTENSI DI WILAYAH PUSKESMAS DADAPAYAM KECAMATAN SURUH KABUPATEN SEMARANG

SKRIPSI

Diajukan sebagai salah satu syarat

Untuk meraih gelar Sarjana Keperawatan

Disusun Oleh :

Devi Triana Sari

J210.134.005

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA

2017

HALAMAN PERSETUJUAN

Yang bertanda tangan dibawah ini menyatakan bahwa
Skripsi yang berjudul:

HUBUNGAN ANTARA INDEKS MAKAN SEHAT DENGAN KUALITAS HIDUP LANSIA PENDERITA HIPERTENSI DI WILAYAH PUSKESMAS DADAPAYAM KECAMATAN SURUH KABUPATEN SEMARANG

Disusun oleh :

DEVI TRIANA SARI

J 210.134.005

Telah memenuhi syarat dan disetujui untuk mengikuti ujian skripsi
Program Pendidikan Sarjana Studi Ilmu Keperawatan
Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Surakarta

Oleh :
Pembimbing

(Supratman, S.KM., M.Kep., PhD)
Tanggal: 08 Juni 2017

HALAMAN PENGESAHAN

HUBUNGAN ANTARA INDEKS MAKAN SEHAT DENGAN KUALITAS HIDUP LANSIA PENDERITA HIPERTENSI DI WILAYAH PUSKESMAS DADAPAYAM KECAMATAN SURUH KABUPATEN SEMARANG

Oleh:

DEVI TRIANA SARI

J210.134.005

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji

Fakultas Ilmu Kesehatan

Universitas Muhammadiyah Surakarta

Pada hari Senin, 8 Juni 2017

dan dinyatakan telah memenuhi syarat

Dewan Penguji:

Supratman, SKM., M.Kes., Ph.D (.....)
(Ketua Dewan Penguji)

Fahrun Nur Rosyid. S.Kep., Ns., M.Kes (.....)
(Anggota I Dewan Penguji)

Arina Maliya. S.Kep., Ns., M.Si.Med (.....)
(Anggota II Dewan Penguji)

Dekan,

(Dr. Mutsilazimah, SKM., M.Kes)
NIK. 786

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan orang lain, kecuali secara tertulis diacu dalam naskah dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Apabila kelak terbukti ada ketidakbenaran dalam pernyataan saya di atas, maka akan saya pertanggungjawabkan sepenuhnya.

Surakarta, 08 Juni 2017

ulis

DEVI TRIANA SARI

J 210.134.005

HALAMAN MOTTO

"Maka sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan. Sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan"

(Q.S. Al-Insyirah : 5 – 6)

" Mohonlah pertolongan (Kepada Allah) dengan sabar dan sholat. Sungguh, Allah beserta orang-orang sabar"

(Q.S. Al-Baqarah : 153)

"Bersikap apa adanya, bermanfaat bagi sesama, bertindak lurus di Jalan KeRidhoanNya"

(Devi Triana Sari)

"SAJUTA=Sabar, Jujur, Tabah, Tawakal"

(Muhammad Waluyo)

KATA PENGANTAR

بسم الله الرحمن الرحيم

Assalamu'alaikum. Wr. Wb

Puji syukur saya panjatkan Kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan rahmat-Nya, saya dapat menyelesaikan proposal penelitian ini. Penulisan skripsi ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Sarjana Keperawatan Jurusan Keperawatan pada Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta. Saya menyadari bahwa, tanpa bantuan dan bimbingan dan berbagai pihak, dari masa perkuliahan sampai pada penyusunan skripsi ini, sangatlah sulit bagi saya untuk menyelesaikan skripsi ini. Oleh karena itu, saya mengucapkan terima kasih kepada :

1) Ibu Dr.Mutalazimah, SKM., M.Kes dekan Fakultas Ilmu Kesehatan yang telah memfasilitasi terlaksananya skripsi ini.
2) Ibu Okti Sri Purwanti, S.Kep,. M.Kep., Ns., Sp. Kep. M.B selaku ketua program studi keperawatan yang telah memberikan dukungan, administratif penyusunan skripsi ini.
3) Bapak Supratman P.hD selaku dosen pembimbing dan dosen penguji I yang telah menyediakan waktu, tenaga dan pikiran untuk mengarahkan saya dalam penyusunan skripsi ini.
4) Bapak Fahrun Rosyid, S.Kep., Ns., M.Kes selaku dosen penguji II serta Arina Maliya, S.Kep., Ns., M.Si.Med selaku dosen penguji III.
5) Pihak Puskesmas Dadapayam Kecamatan Suruh Kabupaten Semarang yang banyak membantu dalam usaha memperoleh data yang saya perlukan.
6) Kedua orang tua saya Bapak Muhammad Waluyo dan Ibu Siti Aminah serta kakak-kakak saya yaitu Eko Budiyanto, Lena Mulyawati, M.Dwi Prasetyo dan Irena Rachmawati yang telah memberikan bantuan dukungan doa, material dan moral.
7) Sahabat terbaik saya audi, erza, dan anissa yang telah membantu

mendukung saya.

8) Teman-teman sekelas saya irfan, angga, oktavia, lupi, atika, rose, mahya, fericka yang telah banyak membantu saya dalam menyelesaikan skripsi ini.
9) Serta teman-teman Pesma Kh.Mas Mansyur yang sudah membantu membangunkan semangat saya.

Kesempurnaan hanya milik Allah SWT semata, dan jika ada kesalahan itu datangnya dari penulis serta penulis meminta maaf sebesar-besarnya, untuk itu penuh menginginkan kritik dan saran demi kesempurnaan skripsi ini karena penulis yakin skripsi ini masih jauh dari sempurna.

Akhir kata, saya berharap Tuhan Yang Maha Esa berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga skripsi ini membawa manfaat bagi pengemban ilmu pegetahuan khususnya bidang keperawatan.

Wassalamu'alaikum. Wr. Wb

Surakarta, 08 Juni 2017

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL i
HALAMAN PERSETUJUAN ii
HALAMAN PENGESAHAN iii
HALAMAN PERNYATAAN iv
HALAMAN MOTTO v
KATA PENGANTAR vi
DAFTAR ISI vii
DAFTAR GAMBAR x
DAFTAR TABEL xi
DAFTAR SINGKATAN xii
DAFTAR LAMPIRAN xiii
ABSTRAK xiv
ABSTRACT xv
BAB 1 PENDAHULUAN 1
A. Latar Belakang Masalah 1
B. Rumusan Masalah 7
C. Tujuan Penelitian 8
1. Tujuan Umum 8
2. Tujuan Khusus 8
D. Manfaat Penelitian 8
E. KeaslianPenelitian 9
BAB II LANDASAN TEORI 13
A. Tinjauan Pustaka 13
1. Konsep Lanjut Usia 13
2. Konsep Hipertensi 18
3. Konsep Kualitas Hidup 20
4. Konsep Nutrisi 24
B. Kerangka Teori 36
C. Kerangka Konsep 37
D. Hipotesis Penelitian 38

BAB III METODE PENELITIAN 39
A. Jenis Penelitian 39
B. Tempat dan Waktu Penelitian 39
C. Populasi dan Sample 40
1. Populasi Penelitian 40
2. Sampel Penelitian 40
3. Kriteria Responden 43
D. Variabel Penelitian 43
E. Definisi Operasional 44
F. Instrumen Penelitian 45
G. Uji Validitas dan Reliabilitas 47
1. Uji Validitas 47
2. Uji Reliabilitas 48
H. Etika Penelitian 49
I. Pengolahan Data 50
J. Analisa Data 51
K. Jalannya Penelitian 53
1. Tahap Persiapan 53
2. Tahap Pelaksanaan Penelitian 53
3. Tahap akhir 54
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN 56
A. Hasil Penelitian 56
1. Profil Puskesmas Dadapayam Semarang 56
2. Analisa Univariat 57
3. Analisa Bivariat 62
B. Pembahasan 63
C. Keterbatasan Penelitian 70
BAB V SIMPULAN DAN PENUTUP 72
A. Simpulan 72
B. Penutup 72
DAFTAR PUSTAKA
LAMPIRAN

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Teori 35

Gambar 2.2 Kerangka Konsep 36

DAFTAR TABEL

Tabel	Kategori Derajat Hipertensi.....	18
Tabel	Faktor-Faktor Berpengaruh Pada Gizi Lansia.....	26
Tabel	Waktu Penelitian	39
Tabel	Jumlah Sampel Tiap Posyandu Lansia.....	41
Tabel	Definisi Operasional.....	43

DAFTAR SINGKATAN

UHH	: Usia Harapan Hidup
BPS	: Badan Pusat Statistik
RISKESDAS	: Riset Kesehatan Dasar
LANSIA	: Lanjut Usia
PUSKESMAS	: Pusat Kesehatan Masyarakat
ISPA	: Infeksi Saluran Pernafasan Atas
ISK	: Infeksi Saluran Kencing
PROLANIS	: Pelayanan Lanjut Usia Penyakit Kronis
WHO	: *World Health Organization*
URT	: Ukuran Rumah Tangga
Kkal	: Kilo Kalori
DKBM	: Daftar Komposisi Bahan Makanan
AKG	: Angka Kecukupan Gizi
WHOQOL	: *World Health Organization Quality Of Life*
SPSS	: *Statistical Package for Social Science*

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 : Lembar Pernyataan Penelitian

Lampiran 2 : Lembar Persetujuan Menjadi Responden

Lampiran 3 : Kuesioner Penelitian *Food Recall*

Lampiran 4 : Kuesioner Penelitian Kualitas Hidup *WHOQOLBREF*

Lampiran 5 : Daftar Komposisi Bahan Makanan (DKBM)

Lampiran 6 : Data Validitas

Lampiran 7 : Data Reliabilitas

Lampiran 8 : Data Penelitian

Lampiran 9 : Hasil Statistik Penelitian

Lampiran 10 : Surat Perizinan Penelitian

HUBUNGAN INDEKS MAKAN SEHAT DENGAN KUALITAS HIDUP LANSIA PENDERITA HIPERTENSI DI WILAYAH PUSKESMAS DADAPAYAM KECAMATAN SURUH KABUPATEN SEMARANG

Abstrak

Peningkatan kualitas hidup lanjut usia salah satunya dipengaruhi oleh nutrisi. Status gizi merupakan salah satu faktor yang dapat berdampak pada penurunan kualitas hidup lanjut usia (lansia). Adanya penurunan kualitas hidup khususnya pada lanjut usia diduga disebabkan karena kurang terpenuhinya angka kecukupan gizi perhari atau indek makan sehat perhari. Indek makan sehat perhari yang belum dapat terpenuhi secara optimal dan prilaku lanjut usia dalam mengkonsumsi makanan yang tidak dianjurkan dan sangat berisiko dapat menurunkan kualitas hidup lanjut usia jika tidak dilakukan perubahan. Penelitian bertujuan untuk hubungan antara indeks makan sehat dengan kualitas hidup lansia penderita hipertensi di Wilayah Puskesmas Dadapayam Kecamatan Suruh Kabupaten Semarang. Penelitian ini termasuk jenis penelitian *analitik* dengan rancangan *cross sectional.* sampel sebanyak 96 orang lansia dengan hipertensi di Wilayah Puskesmas Desa Dadapayam Kecamatan Suruh Kabupaten Semarang. Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik *Propotional Random Sampling.* Pengukurann indeks makanan sehat diukur berdasarkan metode *Food Recall 24 jam.* Kuesioner kualitas hidup menggunakan kuesioner WHOQOL (*World Health Organization Quality Of Life*) BREF. Analisa data menggunakan uji *chi square* untuk taraf signifikan 95%. Hasil penelitian. 1) Indeks makan sehat lansia penderita hipertensi sebagian besar dengan dengan kategori baik. 2). Kualitas hidup lansia penderita hipertensi sebagian besar dengan dengan kategori baik. Hasil analisa *chi square* dengan hasil p value sebesar 0,001 dan nilai *Odd ratio* (OR) sebesar 27,56. Simpulan: Ada hubungan signifikan antara indeks makan sehat dengan kualitas hidup lansia penderita hipertensi di Wilayah Puskesmas Dadapayam Kecamatan Suruh Kabupaten Semarang

Kata Kunci: Lansia, hipertensi, indeks makan sehat, kualitas hidup

HUBUNGAN INDEKS MAKAN SEHAT DENGAN KUALITAS HIDUP LANSIA PENDERITA HIPERTENSI DI WILAYAH PUSKESMAS DADAPAYAM KECAMATAN SURUH KABUPATEN SEMARANG

Abstract

Wellbeing of elderly one influenced by nutrition .Nutritional status of is one of the factors that could impact on the decline of the quality of life of elderly. A decrease in quality of life in particular elderly probably caused the fulfillment the because of a lack of adequate nutrition a day or healthy index eating a day. healthy eating index per day which could not met optimally and civil elderly in consume food not advocated and very risky can be lowered the quality of life of elderly if not the changes. This research target is to know the correlation between healthy eating index with quality of life for elderly with hypertension at Dadapayam Health Center Suruh Sub District Semarang District. This research using analytic design with cross sectional approach. Sample in this research is 96 elderly. The sampling technique use propotional random sampling. Research instrument for healthy eating index using Food recall 24 hours. Quality of life questionnaire using the WHOQOL (World Health Organization Quality Of Life) BREF questionnaire. Data analysis using chi square test for significant level 95%. The results of the research:.1) healthy eating index elderly patients hypertension mostly with to a good category. 2).The quality of life elderly patients hypertension mostly with to a good category. The results of chi square test p value : 0,001 and odd ratio (OR) as much 27,56. Conclusion: there is a significant correlation between healthy eating index with quality of life for elderly with hypertension at Dadapayam Health Center Suruh Sub District Semarang District.

Keywords: Elderly, Hypertension, Healthy Eating Index, Quality Of Life