

**GAMBARAN FAKTOR RISIKO HIPERTENSI
DI PUSKESMAS ADIPALA 1 KABUPATEN CILACAP**

SKRIPSI



**Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana
Keperawatan (S.Kep) Pada Program Studi S 1 Keperawatan Fakultas Ilmu
Kesehatan Universitas Al Irsyad Cilacap**

**Disusun Oleh :
IKA YULIANI
NIM : 31121241031**

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN UNIVERSITAS AL-IRSYAD
CILACAP
2025**

**GAMBARAN FAKTOR RISIKO HIPERTENSI
DI PUSKESMAS ADIPALA 1 KABUPATEN CILACAP**

SKRIPSI



**Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana
Keperawatan (S.Kep) Pada Program Studi S 1 Keperawatan Fakultas Ilmu
Kesehatan Universitas Al Irsyad Cilacap**

**Disusun Oleh :
IKA YULIANI
NIM : 31121241031**

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN UNIVERSITAS AL-IRSYAD
CILACAP**

2025

HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Ika Yuliani
NIM : 31121241031
Program Studi : S1 Keperawatan
Fakultas : Ilmu Kesehatan
Perguruan Tinggi : Universitas Al-Irsyad Cilacap

Menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa skripsi ini adalah hasil karya saya dan semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar serta bukan hasil penjiplakan dari karya orang lain.

Demikian pernyataan ini saya buat dan apabila kelak dikemudian hari terbukti ada unsur penjiplakan, saya bersedia mempertanggungjawabkan sesuai denganketentuan yang berlaku.

Cilacap, Juli 2025

Yang membuat pernyataan

Ika Yuliani

HALAMAN PERSETUJUAN

GAMBARAN FAKTOR RISIKO HIPERTENSI
DI PUSKESMAS ADIPALA 1 KABUPATEN CILACAP

SKRIPSI

Disusun oleh :

IKA YULIANI
NIM : 31121241031

Proposal Skripsi ini Telah disetujui
Pada tanggal,

Pembimbing Utama : Heru Ginanjar Triyono, M.Kep., Ns., (.....)

Pembimbing Anggota : Trimeilia S, S.Kp., M.Kes., (.....)

Mengetahui

Ketua Prodi Sarjana Keperawatan Fakultas Kesehatan
Universitas Al-Irsyad Cilacap



Kasron, M.Kep., Ns
NIP. 10310 09 718

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi yang diajukan oleh :

Nama : Ika Yuliani
NIM : 31121241031
Program Studi : Sarjana Keperawatan
Judul : Gambaran Faktor Risiko Hipertensi di Puskesmas
Adipala 1 Kabupaten Cilacap.

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Dewan Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan [S.Kep] pada Program Studi S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas AL-Irsyad Cilacap.

DEWAN PENGUJI

Penguji Utama : Suko Pranowo, M.Kep., Ns., (.....)

Penguji Anggota I : Heru Ginanjar Triyono, M.Kep., Ns., (.....)

Penguji Anggota II : Trimeilia Suprihatiningsih, S.Kp., M.Kes., (.....)

Ditetapkan di :
Tanggal :

Mengetahui

Dekan Fakultas Kesehatan
Universitas Al-Irsyad Cilacap



Dr. Johariah, S.ST., M.Keb.,
NIP. 10310 03 470

KATA PENGANTAR

Syukur Alhamdulillah selalu tercurah hanya kepada Allah SWT, karena atas berkat dan rahmat-Nya, saya dapat menyelesaikan proposal skripsi ini. Penulisan skripsi ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Sarjana Keperawatan pada Program Studi S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Al-Irsyad Cilacap. Saya menyadari bahwa, tanpa bantuan dan bimbingan dari 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. Sarwa, AMK., S.Pd., M.Kes., selaku Rektor Universitas Al-Irsyad Cilacap.
2. Dr.Johariah, S.ST., M. Keb, selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Al-Irsyad Cilacap
3. Kasron, M.Kep., Ns., selaku Ketua Program Studi S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Al-Irsyad Cilacap
4. Heru Ginanjar Triono, M.Kep., Ns., selaku dosen pembimbing utama yang telah menyediakan waktu, tenaga, dan pikiran untuk mengarahkan saya dalam penyusunan skripsi ini
5. Trimeilia Suprihatiningsih, S.Kp., M.Kes., selaku dosen pembimbing anggota yang telah menyediakan waktu, tenaga, dan pikiran untuk mengarahkan saya dalam penyusunan skripsi ini
6. Dr.Sri Utami, M.M Kepala Puskesmas Adipala 1 Kabupaten Cilacap yang telah membantu dalam usaha memperoleh data yang saya perlukan

7. Bagus Galih Prabowo, S.H selaku suami yang selalu memberikan dukungan dan motifasi selama pendidikan.
8. Argani Kumara Kresnanta Prabowo dan Aisya Gendhis Kinanthi selaku anak yang selalu memberikan semangat selama pendidikan.
9. Kedua orang tua yang selalu memberikan semangat dan doa selama pendidikan.
10. Serta semua pihak yang telah memberikan dukungan dan bantuan baik fisik maupun moril, sehingga terselesaikan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna dan banyak sekali kekurangan, oleh karena itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun demi kearah yang lebih baik.

Cilacap, Juli 2025

Penulis

HALAMAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai civitas akademika Universitas Al-Irsyad Cilacap dan demi pengembangan ilmu pengetahuan, saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Ika Yuliani
NIM : 31121241031
Program Studi : S1 Keperawatan
Jenis Karya : Skripsi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Al-Irsyad Cilacap Hak Bebas Royalti Noneksklusif [*Non-exclusive Royalty-Free Right*] atas karya ilmiah saya yang berjudul :

Gambaran Faktor Risiko Hipertensi di Puskesmas Adipala 1 Kabupaten Cilacap

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Universitas Al-Irsyad Cilacap berhak menyimpan, mengalihmedia/ mengalihformatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data [*database*], merawat, dan mempublikasikan tugas akhir saya dengan tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis / pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Cilacap

Pada Tanggal : Juli 2025

Yang menyatakan,

Ika Yuliani

GAMBARAN FAKTOR RISIKO HIPERTENSI DI PUSKESMAS ADIPALA 1 KABUPATEN CILACAP

Overview Of Hypertension Risk Factors At Adipala 1 Public Health Center, Cilacap District

Ika Yuliani

Universitas Al-Irsyad Cilacap
Jl. Cerme No. 24 Sidanegara Cilacap

ABSTRAK

Latar Belakang: Hipertensi merupakan salah satu dari penyakit pembuluh darah yang prevalensinya selalu meningkat setiap tahunnya. Peningkatan tekanan darah atau hipertensi dapat disebabkan oleh banyak faktor baik faktor yang dapat dikontrol maupun yang tidak dapat dikontrol. **Tujuan:** Mengetahui gambaran faktor risiko hipertensi di Puskesmas Adipala 1 Kabupaten Cilacap. **Metode:** Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif menggunakan desain deskriptif dengan pendekatan *cross-sectional*. Teknik pengambilan sampel *accidental sampling* dengan sampel adalah pasien hipertensi di Puskesmas Adipala 1 Kabupaten Cilacap sebanyak 57 responden. Instrumen penelitian menggunakan lembar kuesioner. Analisis data menggunakan uji distribusi frekuensi. **Hasil:** Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar responden memiliki usia dalam kategori lansia awal (68.4%), jenis kelamin perempuan (57.9%), tidak bekerja (66.7%) dan lama menderita > 5 tahun (75.4%). Pasien hipertensi sebagian besar memiliki status gizi normal (38.6%), aktivitas fisik sedang (45.6%), pola makan tidak baik (52.6%), perilaku merokok sedang (19.3%), tingkat stress ringan (50.9%) dan ada riwayat keluarga hipertensi (59.6%). **Kesimpulan:** Faktor risiko terjadinya hipertensi meliputi faktor aktivitas fisik, pola makan, perilaku merokok dan riwayat keluarga

Kata Kunci: Faktor, Risiko, Hipertensi

ABSTRACT

Background: Hypertension is one of the blood vessel diseases whose prevalence always increases every year. Increased blood pressure or hypertension can be caused by many factors, both controllable and uncontrollable factors. **Objective:** To determine the description of hypertension risk factors in Adipala 1 Community Health Center, Cilacap Regency. **Method:** This type of research is quantitative research using a descriptive design with a cross-sectional approach. The sampling technique was accidental sampling with samples of hypertension patients at Adipala 1 Community Health Center, Cilacap Regency, totaling 57 respondents. The research instrument used a questionnaire sheet. Data analysis used a frequency distribution test. **Results:** The results showed that most respondents were in the early elderly category (68.4%), female (57.9%), unemployed (66.7%) and had a duration of suffering > 5 years (75.4%). Most hypertensive patients had normal nutritional status (38.6%), moderate physical activity (45.6%), poor diet (52.6%), moderate smoking behavior (19.3%), mild stress levels (50.9%) and a family history of hypertension (59.6%). **Conclusion:** Risk factors for hypertension include physical activity, diet, smoking, and family history.

Keywords: Factors, Risk, Hypertension

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL.....	i
HALAMAN JUDUL	ii
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS.....	iii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iv
HALAMAN PENGESAHAN	v
KATA PENGANTAR.....	vi
HALAMAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	viii
ABSTRAK	ix
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan Penelitian	5
D. Manfaat Penelitian	6
E. Keaslian Penelitian.....	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Tinjauan Teori.....	9
B. Kerangka Teori.....	36
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Kerangka Konsep.....	37
B. Variabel Penelitian.....	37
C. Definisi Operasional	38
D. Desain Penelitian	39
E. Populasi, Sampel dan Teknik Sampel Penelitian.....	40
F. Waktu Dan Lokasi Penelitian.....	42
G. Etika Penelitian	42
H. Teknik Pengumpulan Data.....	45

	I. Prosedur Pengumpulan Data.....	48
	J. Analisis Data.....	49
BAB IV	HASIL PENELITIAN DAN ANALISIS DATA	
	A. Karakteristik Responden.....	54
	B. Status Gizi.....	55
	C. Aktivitas Fisik.....	55
	D. Pola Makan.....	56
	E. Perilaku Merokok.....	56
	F. Tingkat Stres.....	57
	G. Riwayat Keluarga.....	57
BAB V	PEMBAHASAN	
	A. Interpretasi dan Diskusi Hasil.....	59
	B. Keterbatasan Penelitian.....	77
	C. Implikasi Penelitian.....	77
BAB VI	KESIMPULAN DAN SARAN	
	A. Kesimpulan.....	78
	B. Saran.....	79
DAFTAR PUSTAKA		
LAMPIRAN		

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 : Keaslian Penelitian.....	7
Tabel 2.1 : Klasifikasi Hipertensi.....	11
Tabel 2.2 : Interpretasi IMT	24
Tabel 3.1 : Definisi Operasional.....	38
Tabel 3.2 : Kisi-Kisi Kuesioner GPAQ.....	46
Tabel 3.3 : Kisi-Kisi Kuesioner Tingkat Stres	47
Tabel 4.1 : Distribusi Frekuensi Karakteristik Penderita Hipertensi di Puskesmas Jeruklegi 2 Kabupaten Cilacap.....	54
Tabel 4.2 : Faktor Risiko Hipertensi Berdasarkan Status Gizi di Puskesmas Adipala 1 Kabupaten Cilacap.....	55
Tabel 4.3 : Faktor Risiko Hipertensi Berdasarkan Aktivitas Fisik di Puskesmas Adipala 1 Kabupaten Cilacap.....	55
Tabel 4.4 : Faktor Risiko Hipertensi Berdasarkan Pola Makan di Puskesmas Adipala 1 Kabupaten Cilacap.....	56
Tabel 4.5 : Faktor Risiko Hipertensi Berdasarkan Perilaku Merokok di Puskesmas Adipala 1 Kabupaten Cilacap.....	56
Tabel 4.6 : Faktor Risiko Hipertensi Berdasarkan Tingkat Stres di Puskesmas Adipala 1 Kabupaten Cilacap.....	57
Tabel 4.7 : Faktor Risiko Hipertensi Berdasarkan Riwayat Keluarga di Puskesmas Adipala 1 Kabupaten Cilacap.....	57

DAFTAR BAGAN

Bagan 2.1	: Target Tekanan Darah dalam 3 Bulan	17
Bagan 2.2	: Kerangka Teori.....	36
Bagan 3.1	: Kerangka Konsep	37



LAMPIRAN

Lampiran 1 : Surat Permohonan Menjadi Responden

Lampiran 2 : *Informed Consent*

Lampiran 3 : Lembar Kuesioner

Lampiran 4 : Surat Izin Penelitian dari Universitas Al-Irsyad Cilacap

Lampiran 5 : Surat Balasan Izin Penelitian dari Puskesmas Adipala 1 Kabupaten
Cilacap

Lampiran 6 : Master Tabel Penelitian

Lampiran 7 : Hasil Olah Data SPSS

Lampiran 8 : Surat Keterangan Lolos Uji Etik

Lampiran 9 : Lembar Konsultasi Pembimbing 1

Lampiran 10 : Lembar Konsultasi Pembimbing 2