

**STUDI FENOMENOLOGIS**  
**PENGALAMAN PASIEN HIPERTENSI TERKONTROL**  
**DALAM PENGATURAN DIET HIPERTENSI**  
**DI PUSKESMAS SRONDOL KECAMATAN BANYUMANIK**

**SKRIPSI**

**Disusun untuk memenuhi salah satu syarat Sarjana Keperawatan**



**Oleh :**

**MAYANG SARI**

**NIM G2B 006 035**

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN**  
**FAKULTAS KEDOKTERAN**  
**UNIVERSITAS DIPONEGORO**  
**SEMARANG, JUNI 2010**

## *HALAMAN PERSEMBAHAN*

*Skripsi ini penulis persembahkan kepada:  
Allah SWT atas segala nikmat dan hidayah-Nya yang sangat luar biasa*

*"Kemudian, apabila engkau telah membulatkan tekad, maka bertawakallah  
kepada Allah. Sungguh, Allah mencintai orang yang bertawakal"  
(QS. Ali Imran [3]:159)*

*Sumber inspirasi terbesar dalam hidupku yaitu kedua orang tuaku  
Tn. Iskandar Tasman dan Ny. Sumiati tercinta yang selalu memberikan perhatian,  
nasihat, dukungan serta doanya*

*Adikku tersayang yang telah memberikan semangat dan dukungan*

*Untuk mencapai kesuksesan, kita jangan hanya bertindak,  
tapi juga perlu bermimpi, jangan hanya berencana,  
tapi juga perlu untuk percaya*

*To accomplish great things, we must not only act,  
but also dream, not only plan,  
but also believe  
(Anatole France)*

**PENGESAHAN SKRIPSI**

Yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan bahwa  
skripsi yang berjudul :

**STUDI FENOMENOLOGIS  
PENGALAMAN PASIEN HIPERTENSI TERKONTROL DALAM  
PENGATURAN DIET HIPERTENSI DI PUSKESMAS SRONDOL  
KECAMATAN BANYUMANIK**

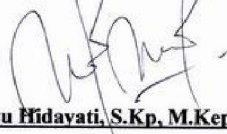
Dipersiapkan dan disusun oleh :

**Nama : Mayang Sari**

**NIM : G2B 006 035**

Telah disetujui sebagai skripsi dan dinyatakan  
telah memenuhi syarat untuk diterima

Pembimbing Utama



**Wahyu Hidayati, S.Kp, M.Kep, Sp.KMB**

NIP. 19751023 200012 2 001

## KATA PENGANTAR

Alhamdulillah segala puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat ALLAH SWT pencipta langit, bumi dan segala isinya yang telah memberikan rahmat, hidayah, berkah dan karunia-Nya, sehingga peneliti dapat menyelesaikan penyusunan riset keperawatan dengan judul **“Studi Fenomenologis Pengalaman Pasien Hipertensi Terkontrol dalam Pengaturan Diet Hipertensi di Puskesmas Srandol Kecamatan Banyumanik Kota Semarang”**.

Laporan riset keperawatan ini disusun sebagai salah satu persyaratan untuk memenuhi tugas mata ajar Riset Keperawatan dan syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan di Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro Semarang.

Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan laporan riset keperawatan ini tidak terlepas dari bantuan, arahan dan bimbingan dari segala pihak semenjak awal penelitian hingga laporan riset keperawatan ini dapat terselesaikan. Oleh karena itu, pada kesempatan ini peneliti ingin mengucapkan terimakasih kepada:

1. Allah SWT yang telah memberikan semua nikmat dan karunia-Nya sehingga peneliti berhasil menyelesaikan Laporan Riset Keperawatan ini.
2. Ibu Meidiana Dwidiyanti, S.Kp., M.Sc, sebagai Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro.
3. Ibu Wahyu Hidayati, S.Kp., M.Kep., Sp.KMB sebagai pembimbing I, atas segala perhatian, bimbingan, saran dan dukungan yang diberikan selama penyusunan Laporan Riset Keperawatan ini.

4. Ibu Sarah Ulliya, S.Kp., M.Kes sebagai koordinator mata ajar Riset Keperawatan.
5. Ibu Ns. Fatikhu Yatuni Asmara, S.Kep. sebagai dosen wali dan semua Staf di Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro, atas segala dukungan dan bantuan yang diberikan.
6. Puskesmas Srandol Kecamatan Banyumanik yang telah memberikan bimbingan dan bantuan dalam pengambilan data untuk menunjang selesainya Laporan Riset Keperawatan ini.
7. Bapak dan Mamah tercinta yang jauh di Palangkaraya sebagai sumber motivasi dan inspirasi hebat yang selalu memberikan perhatian, nasihat, dukungan, doa serta segala bantuannya selama ini sehingga penyusunan Laporan Riset Keperawatan dapat berjalan lancar dan selesai tepat waktu.
8. Adik Nauva Pharasamya tersayang dan seluruh keluarga besar yang telah memberikan semangat dan doanya selama ini.
9. Sahabatku (Wiwik Sekarwati, Nila Titis A.T dan Isni Rakhmi Dianti) yang selalu ada menemaniku dalam suka maupun duka serta memberikan dukungan dan motivasi. Kalian adalah sahabat sejatiku selama di Semarang dan tak akan pernah tergantikan.
10. Kelompok dosen waliku (Udin, Jannah, Nia, Nila Kus, Nila T, Ana Noor, Laili dan Vivi NTB) yang berjuang bersama untuk memperoleh hasil terbaik.
11. Kelompok V (Ana Roh, Anita, Astuti, Endah, Ida, Iim, Mary) yang berjuang bersama-sama melalui masa-masa praktik, kalian tidak akan terlupakan dan akan selalu ada di hatiku.

12. Trio Bauty (Ana Rohmiyati, Anita Pangestuti dan Mayang Sari) yang selalu menemaniku di saat-saat terakhir penyusunan Laporan Riset Keperawatan ini.
13. Teman-teman angkatan 2006 (A06) atas kenangan dan kebersamaan yang telah kita jalani. Semangat teman, masa depan yang cerah menanti kita. Amin...
14. Informan yang telah bersedia mengikuti penelitian ini sehingga penelitian ini berjalan dengan lancar.
15. Semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu per satu, terima kasih atas dukungan dan doanya.

Peneliti menyadari bahwa dalam penyusunan skripsi ini masih terdapat banyak kekurangan, untuk itu peneliti mengharapkan kritik dan saran dari semua pihak yang bersifat membangun guna penyempurnaan skripsi ini. Akhirnya peneliti berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi kita semua.

Semarang, Juni 2010

Penulis

## DAFTAR ISI

	<b>Halaman</b>
<b>HALAMAN JUDUL</b> .....	<b>i</b>
<b>HALAMAN PERSEMBAHAN</b> .....	<b>ii</b>
<b>HALAMAN PENGESAHAN</b> .....	<b>iii</b>
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	<b>iv</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>vii</b>
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	<b>x</b>
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	<b>xi</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	<b>xii</b>
<b>ABSTRAK</b> .....	<b>xiii</b>

### **BAB I PENDAHULUAN**

A. Latar Belakang.....	1
B. Perumusan Masalah.....	6
C. Tujuan Penelitian.....	7
D. Manfaat Penelitian.....	7

### **BAB II TINJAUAN PUSTAKA**

A. Hipertensi.....	9
1. Pengertian Hipertensi.....	9
2. Klasifikasi Hipertensi.....	9
3. Etiologi.....	12
4. Tanda dan Gejala Hipertensi.....	16
5. Patofisiologi.....	16
6. Manifestasi Klinik.....	18
7. Penatalaksanaan Hipertensi.....	18
B. Diet Hipertensi.....	23
1. Diet Rendah Garam.....	24
2. Diet Rendah Kolesterol.....	25

3. Diet Tinggi Serat.....	26
4. Diet Energi Rendah.....	27
C. Kerangka Teori.....	29

### **BAB III METODE PENELITIAN**

A. Fokus Penelitian.....	30
B. Jenis dan Rancangan Penelitian.....	30
C. Populasi dan Sampel Penelitian.....	32
1. Populasi.....	32
2. Sampel.....	32
D. Tempat Penelitian.....	34
E. Definisi Istilah.....	34
F. Validasi Data.....	35
G. Alat Penelitian dan Cara Pengumpulan Data.....	38
1. Alat Penelitian.....	38
2. Cara Pengumpulan Data.....	38
3. Proses Pengambilan Data.....	38
H. Teknik Pengolahan dan Analisis Data.....	40
I. Etika Penelitian.....	42

### **BAB IV HASIL PENELITIAN**

A. Pelaksanaan Penelitian.....	44
B. Karakteristik Informan.....	44
C. Penyajian Data dan Analisa Data.....	46

### **BAB V PEMBAHASAN**

A. Pengetahuan tentang Hipertensi.....	66
B. Gambaran Pelaksanaan Diet Hipertensi.....	69
C. Gambaran Kepatuhan Menjalankan Diet Hipertensi.....	73
D. Hambatan yang Dihadapi Selama Menjalankan Diet Hipertensi.....	76
E. Pola Dukungan terhadap Pelaksanaan Diet Hipertensi.....	78



F. Cara Mengatasi Hambatan yang Timbul selama Menjalankan Diet Hipertensi.....	80
G. Harapan terhadap Pengaturan Diet Hipertensi.....	82

## **BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN**

A. Kesimpulan.....	84
B. Saran.....	86

## **DAFTAR PUSTAKA**

## **LAMPIRAN**

## DAFTAR TABEL

Nomor Tabel	Judul Tabel	Halaman
2.1	Klasifikasi Tekanan Darah Menurut JNC VII	11
2.2	Klasifikasi Tekanan Darah Menurut <i>National Institute of Health</i>	11
2.3	Informasi Kandungan Natrium dalam Beberapa Jenis Makanan	20
2.4	Informasi Kandungan Kalium dalam Beberapa Jenis Makanan	21
2.5	Makanan yang Dianjurkan	24
2.6	Kategorisasi	47
2.7	Tema	50

## DAFTAR GAMBAR

Nomor Gambar	Judul Gambar	Halaman
2.1	Kerangka Teori	29
2.2	Fokus Penelitian	30

## DAFTAR LAMPIRAN

Nomor Lampiran	Keterangan
1	Jadwal Penelitian
2	Surat Permohonan Izin Penelitian
3	Surat Telah Melakukan Penelitian
4	Surat Pernyataan
5	Surat Izin Pengambilan Data
6	Surat Permohonan Menjadi Informan
7	Surat Persetujuan Menjadi Informan
8	Pedoman Wawancara
9	Catatan Lapangan
10	Hasil Transkrip Wawancara

**Program Studi Ilmu Keperawatan  
Fakultas Kedokteran  
Universitas Diponegoro  
Skripsi, Juni 2010**

**ABSTRAK**

**Mayang Sari**

**Pengalaman Pasien Hipertensi Terkontrol dalam Pengaturan Diet Hipertensi di Puskesmas Srandol Kecamatan Banyumanik Kota Semarang**

**(xix + 88 halaman + 7 tabel + 2 gambar + 7 lampiran)**

Pengalaman pasien hipertensi dalam menjalankan diet hipertensi bukan merupakan hal yang mudah hingga dapat mengontrol peningkatan tekanan darah dan menjadi hipertensi terkontrol. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan tentang pengalaman dan makna pasien hipertensi terkontrol dalam pengaturan diet hipertensi di Puskesmas Srandol Kecamatan Banyumanik Kota Semarang. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif dengan *in-depth interview* dan pendekatan fenomenologis. Teknik pengambilan sampel dengan menggunakan metode *purposive sampling* dan jumlah informan sebanyak tiga pasien hipertensi terkontrol. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pengetahuan pasien tentang hipertensi ditunjukkan dengan pernyataan tekanan darah yang tinggi daripada tekanan darah normal. Pelaksanaan diet hipertensi pada pasien hipertensi terkontrol yaitu diet rendah garam dan diet rendah kolesterol. Kepatuhan pasien hipertensi terkontrol dalam menjalankan diet hipertensi berasal dari dalam diri sendiri, dari keluarga dan dari keduanya. Hambatan yang dihadapi selama menjalankan diet hipertensi yaitu banyaknya hambatan dari luar pasien. Pola dukungan terhadap pelaksanaan diet hipertensi dari keluarga, dokter, perawat maupun tetangga. Cara mengatasi hambatan selama menjalani diet hipertensi dengan rutin kontrol tekanan darah dan melakukan perawatan hipertensi di rumah. Harapan pasien hipertensi terkontrol yaitu terus menjalankan diet hipertensi. Pasien hipertensi terkontrol dapat mengetahui jenis-jenis diet hipertensi selain diet rendah garam dan diet rendah kolesterol.

Kata kunci : pengalaman pasien, diet hipertensi, hipertensi terkontrol  
Studi literatur : 31 (1996-2009)

**Nursing Science Program  
Faculty of Medicine  
Diponegoro University  
Final Project, June 2010**

## **ABSTRACT**

**Mayang Sari**

**The Experience of Patient with Controlled Hypertension in Hypertension Dietary Management at Work Area of Public Health Center Sronдол Banyumanik Subdistrict Semarang Regency  
(xix + 88 pages + 7 tables + 2 pictures + 7 appendixes)**

Hypertension patient experience in regulating hypertension dietary is not an easy thing to be able to control the increase of blood pressure and being controlled hypertension. The purpose of the research was to describe the experience and meaning of patient with controlled hypertension in hypertension dietary management at work area of Public Health Center Sronдол Banyumanik Subdistrict Semarang Regency. This study represented a qualitative research method with in-depth interview and phenomenological approach. The sampling technique used purposive sampling method and number of informants in three patients with controlled hypertension. Result of this research indicated that patient knowledge about hypertension showed by the statement that high blood pressure than normal blood pressure. Implementation of hypertension dietary in patient with controlled hypertension was low salt diet and low cholesterol diet. Compliance patient with controlled hypertension was come from themselves, from families and combine from themselves and families. The retards appeared during hypertension dietary management was retard from external patient. Support of patient with controlled hypertension was by giving from family, doctor, nurse and neighbor. How to overcome the retards that emerged during hypertension dietary management was with regular blood pressure control and hypertension treatment at home. Patient with controlled hypertension have a wish to continued hypertension dietary management. Patient with controlled hypertension can know the types of dietary hypertension in addition to low salt diet and low cholesterol diet.

Keywords : patient experience, hypertension dietary, controlled hypertension  
Literature : 31 (1996-2009)