

Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Bandung Program Studi  
Keperawatan Bogor

Yucca Mar'atus Tsalis Salsabila

(P17320318086)

Gambaran Pola Hidup Sehat Dan Dukungan Keluarga Pada Pasien Hipertensi Di  
Rumah Sakit PMI Kota Bogor

i-x + 80 halaman, VI BAB, 9 tabel, 5 diagram, 4 skema, 10 lampiran

### **ABSTRAK**

Hipertensi atau yang biasa disebut tekanan darah tinggi merupakan peningkatan tekanan darah sistolik di atas batas normal yaitu lebih dari 140 mmHg dan tekanan darah diastolik lebih dari 90 mmHg. Hipertensi disebut sebagai the silent killer karena sering tanpa keluhan, sehingga penderita tidak mengetahui dirinya menyandang hipertensi dan baru diketahui setelah terjadi komplikasi. Hipertensi dapat dicegah dengan menerapkan pola hidup sehat, pola makan yang sehat, aktivitas fisik yang teratur, pola tidur dan istirahat yang cukup, dll. Selain menjaga pola hidup sehat, dukungan keluarga memiliki posisi yang penting yaitu sebagai dukungan utama dalam mempertahankan kesehatan dan menjalankan pola hidup yang sehat. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran pola hidup sehat dan dukungan keluarga pada pasien hipertensi di poliklinik RS PMI Kota Bogor. Desain penelitian ini adalah desain deskriptif. Cara pengambilan sampel dengan menggunakan purposive sampling dengan jumlah sampel sebanyak 53 responden. Instrumen yang digunakan yaitu kuesioner pola hidup sehat menurut Hartono dan dukungan keluarga menurut Desy Nurwulan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa lebih dari setengahnya pola hidup sehat baik, yaitu sebanyak 31 responden (58%), dan kurang dari setengahnya pola hidup sehat kurang, yaitu sebanyak 22 responden (42%). Adapun hasil penelitian mengenai dukungan keluarga menunjukkan bahwa lebih dari setengahnya dukungan keluarga tinggi, yaitu sebanyak 33 responden (62%), dan kurang dari setengahnya menunjukkan dukungan keluarga rendah yaitu sebanyak 20 responden (38%).

Kata Kunci : Hipertensi, Pola Hidup Sehat, Dukungan Keluarga

Daftar Pustaka : 38 sumber (2011-2021)