

Lampiran 1

CATATAN BIMBINGAN KARYA TULIS ILMIAH

Nama Mahasiswa : Rita

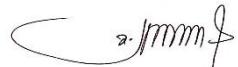
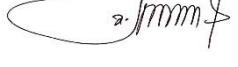
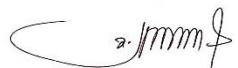
NIM : AKX17118

Judul Karya tulis ilmiah : Gambaran Tingkat Pengetahuan Lansia tentang Hipertensi di Dusun Sukasari RW 10 wilayah UPTD Puskesmas Pamulihan tahun 2021

Pembimbing Utama :

Anri,S.Kep.,Ners.,M.Kep

No	Hari/Tanggal	Catatan Pembimbing	Paraf Pembimbing
1.	Senin, 05 April 2021	- Perbaiki judul, buat lebih efektif	
2.	Senin, 12 April 2021	- Bab 1 : cari data terbaru tentang hipertensi di indonesia, jawa barat, sumedang - Cari data terbaru tentang definisi hipertensi	
3.	Rabu, 14 April 2021	- Masukan jenis komplikasi dari hipertensi - Perbaiki tujuan penelitian - Cari data dari rw	
4.	Jumat, 23 April 2021	- Tempat penelitian sebaiknya di puskesmas - Cari data hipertensi di puskesmas - Perbaiki BAB 2	

5.	Kamis, 20 Mei 2021	<ul style="list-style-type: none"> - Buat kerangka konsep tentang variabel penelitian - Teknik pengumpulan data dengan kuisioner - Pada variabel dan populasi gunakan teknik total sampling. 	
6.	Rabu, 02 juni 2021	<ul style="list-style-type: none"> - Cari data tentang pengetahuan hipertensi - Cari teori menurut lawrence green tentang pengetahuan - Buat kerangka konsep dengan modifikasi dari lawrence green 	
7.	Jumat, 11 juni 2021	<ul style="list-style-type: none"> - Ceritakan demografi puskesmas - Ambil data 1 desa - Perbaiki Bab 1,2,3 	
8.	Jumat, 18 juni 2021	<ul style="list-style-type: none"> - Tambahkan konsep pengetahuan di bab 1 - Perbaiki bab 2 - Tambahkan sub variabel di definisi operasional 	
9.	Selasa, 22 Juni 2021	<ul style="list-style-type: none"> - Acc - Silahkan daftar SUP 	
10.	Sabtu, 14 Agustus 2021	<ul style="list-style-type: none"> - Persingkat pembahasan - Kesimpulan di ambil hasilnya akhirnya - Untuk Saran ke arah saran bukan manfaat 	
11.	Minggu, 15 Agustus 2021	<ul style="list-style-type: none"> - Buat abstrak - Gunakan rumus imran dalam pembuatan abstrak 	
12.	Minggu, 15 Agustus 2021 (20.30)	<ul style="list-style-type: none"> - Abstrak spasi 1 dan yang bahasa inggris miringkan - Saran tidak sperti manfaat 	
13.	Senin 16 Agustus 2021	<ul style="list-style-type: none"> - BAB 5 - BAB 6 - ACC - Silahkan daftar sidang akhir 	

CATATAN BIMBINGAN KARYA TULIS ILMIAH

Nama Mahasiswa : Rita

NIM : AKX17118

Judul Karya tulis ilmiah : Gambaran Tingkat Pengetahuan Lansia tentang Hipertensi di Dusun Sukasari RW 10 wilayah UPTD Puskesmas Pamulihan tahun 2021

Pembimbing Pendamping :

Dede Nur Aziz Muslim,S.Kep.,Ners.,M.Kep

No	Hari/Tanggal	Catatan Pembimbing	Paraf Pembimbing
1.	Sabtu, 17 April 2021	<ul style="list-style-type: none"> - Perbaiki Judul - Bab 1 tambahkan hipertensi primer dan sekunder - Cari fenomena terkait hipertensi 	
2.	Senin, 26 April 2021	<ul style="list-style-type: none"> - Bab 1 : cari data tentang hipertensi - Perbaiki bab 1 - Lanjut bab 2 	
3.	Rabu, 5 Mei 2021	<ul style="list-style-type: none"> - Masukan alasan untuk melakukan penelitian - Masukan konsep hipertensi - Masukan penelitian orang di pendahuluan - Bab 2 ACC 	
4.	Rabu, 9 Juni 2021	<ul style="list-style-type: none"> - Pernyataan dari puskesmas bahwa tidak di lakukan penyuluhan - Judul harus sesuai jangan masyarakat bisa di ganti dengan remaja, dewasa, lansia. 	

5.	Rabu, 16 Juni 2021	<ul style="list-style-type: none"> - Tuliskan Alasan memilih pengetahuan lansia - Urutkan data dari mulai WHO - Masukan sub variabel - Tidak perlu memakai kriteria inklusi dan ekslusi - Lokasi dan waktu penelitian di pisah 	
6.	Rabu, 23 Juni 2021	<ul style="list-style-type: none"> - Acc BAB I,II,III,IV - Silahkan daftar sidang 	
7.	Sabtu, 14 Agustus 2021	<ul style="list-style-type: none"> - Hapus tujuan khusus sesuaikan dengan DO dan pembahasan - Buatlah abstrak - Lakukan dengan rumus imran 	
8.	Minggu, 15 Agustus 2021	<ul style="list-style-type: none"> - Perkecil lagi simpulan - Di pembahasan ambil hasil akhirnya saja 	
9.	Senin, 16 Agustus 2021	<ul style="list-style-type: none"> - Abstrak dimiringkan untuk bahasa inggrisnya - Pembahasan buat 1 hasilnya saja 	
10.	Selasa, 17 Agustus 2021	<ul style="list-style-type: none"> - BAB 5 dan BAB 6 - ACC - Silahkan daftar sidang akhir 	

Lampiran 2

KUESIONER PENELITIAN

GAMBARAN TINGKAT PENGETAHUAN LANSIA TENTANG DIIT HIPERTENSI DI DUSUN SUKASARI RW 10 WILAYAH UPTD PUSKESMAS PAMULIHAN TAHUN 2021

PETUNJUK UMUM

1. Jumlah soal terdiri dari 20 soal pilihan ganda dan setiap butir terdiri atas 4 pilihan jawaban.
2. Jawablah pertanyaan dibawah ini dengan memberikan tanda (X) pada jawaban yang benar yaitu antara jawaban a,b,c, dan d.
3. Diharapkan responden dapat memberikan jawaban pada setiap pertanyaan yang ada.

Pilihlah jawaban yang benar!

1. Suatu keadaan dimana terjadinya peningkatan tekanan darah arteri seseorang melebihi batas normalnya disebut
 - A. Diabetes
 - B. Gaga genial
 - C. Hipertensi**
 - D. Serangan jantung
2. Seseorang dikatakan mengalami Tekanan darah tinggi apabila
 - A. Tekanan darah sebesar 120/90 mmHg
 - B. Tekanan darah lebih dari 140/90 mmHg**
 - C. Sering buang air kecil pada malam hari
 - D. Tekanan darah dibawah 90/70 mmHg
3. Dibawah ini terdapat beberapa penyebab hipertensi, yang termasuk kedalam penyebab hipertensi yang dapat dikontrol adalah

- A. Kegemukan (obesitas)**
 - B. Genetik
 - C. Umur
 - D. Jenis kelamin
4. Selain penyebab hipertensi yang dapat dikontrol, terdapat juga faktor yang tidak dapat dikontrol nya yaitu
- A. Genetik**
 - B. Kegemukan
 - C. Merokok
 - D. Kurang olahraga
5. Tanda dan gejala yang umum sering terjadi pada pasien dengan hipertensi diantaranya
- A. Sakit kepala di bagian tengkuk
 - B. Berdebar jantung
 - C. Penglihatan terasa kabur
- D. Sakit perut**
6. Komplikasi yang sering terjadi akibat hipertensi diantaranya di bawah ini, kecuali
- A. Gagal ginjal
 - B. Kebutaan
 - C. Stroke
- D. Diare**
7. Penyakit hipertensi dapat dicegah dengan melakukan beberapa hal dibawah ini, kecuali
- A. Olahraga teratur
 - B. Batasi konsumsi garam
 - C. Istirahat yang cukup
- D. Banyak konsumsi garam**
8. Terapi atau cara lain yang dapat dilakukan untuk mencegah terjadinya kekambuhan pad pasien dengan hipertensi yaitu
- A. Diet Hipertensi**

- B. Puasa
 - C. Tidak patuh minum obat
 - D. merokok
9. Tujuan dari penerapan pola diit hipertensi yaitu
- A. **Untuk membantu menurunkan tekanan darah dan mempertahankan tekanan darah menuju normal.**
 - B. Untuk meningkatkan tekanan darah menjadi lebih tinggi
 - C. Untuk mencegah terjadinya pusing
 - D. Untuk membantu memperlancar konstipasi
10. Jenis diit yang dianjurkan pada penderita hipertensi yaitu
- A. **Diiit rendah garam**
 - B. Diit kalsium
 - C. Diit glukosa
 - D. Diit rendah lemak
11. Pada jenis diit hipertensi rendah garam (natrium), pasien dengan hipertensi dianjurkan konsumsi garam sebanyak
- A. **Tidak lebih dari $\frac{1}{4}$ - $\frac{1}{2}$ sendok teh per hari**
 - B. 1-2 sendok teh perhari
 - C. 3-4 sendok teh perhari
 - D. 5-6 sendok teh perhari
12. Terdapat 3 jenis diit rendah garam untuk penderita hipertensi, diit rendah garam I dianjurkan pada pasien dengan
- A. Hipertensi ringan
 - B. **Hipertensi berat**
 - C. Hipertensi sedang
 - D. Semua benar
13. Pada diit hipertensi III, Jumlah garam atau natrium yang berikan sebanyak
- A. **1000-1200 mg**
 - B. 600-800 mg
 - C. 200-400 mg
 - D. 0-200 mg

14. Selain diit rendah garam, pada penderita hipertensi juga dianjurkan untuk melakukan diit potassium atau kalium, sumber makanan yang mengandung kalium yaitu
- A. Ikan asin
 - B. Nasi
 - C. Daging
 - D. Jeruk**
15. Fungsi dari pemberian kalium terhadap penderita hipertensi adalah
- A. Memberikan efek penurunan tekanan darah yang ringan**
 - B. Menurunkan tekanan darah dengan signifikan
 - C. Menambah tekanan darah dengan cepat
 - D. Semua salah
16. Diet rendah garam II di berikan kepada pasien dengan hipertensi
- A. Sedang**
 - B. Berat
 - C. Ringan
 - D. Kronik
17. Pemberian konsumsi garam pada pasien dengan diit rendah garam II yaitu sebanyak
- A. 200-400 mg
 - B. 600-800 mg**
 - C. 1000-1200 mg
 - D. 1500-2000 mg
18. Pasien dengan hipertensi yang melakukan diit hipertensi dianjurkan menghindari beberapa makanan dintaranya, kecuali
- A. Daging merah
 - B. Gula
 - C. Minuman manis
 - D. Apel**
19. Selain dengan pemberian obat, beberapa cara dapat dilakukan untuk mengurangi tekanan darah diantaranya, kecuali
- A. Olahraga**

- B. Kurangi konsumsi garam
- C. Menurunkan berat badan
- D. Menaikan berat badan**
20. Makanan yang dianjurkan pada penderita hipertensi diantaranya, kecuali
- A. Daging**
- B. Buah-buahan
- C. Sayuran
- D. Susu rendah lemak

Kisi kisi kuisioner

No .	Variabel	Sub variabel	Indikator	Jumlah soal	Nomor soal
1.	Pengetahuan	Definisi	Pengertian hipertensi	1	1
		klasifikasi	Klasifikasi hipertensi	1	2
		Etiologi	Penyebab yang dapat di kontrol dan tidak dapat di kontrol	2	3,4
		Tanda dan gejala	Tanda dan gejala hipertensi	1	5
		Komplikasi	Kompikasi dari hipertensi	1	6

		Pencegahan	Upaya pencegahan terjadinya hipertensi	1	7
		Diit	Pengertian , tujuan, dan jenis diit hipertensi	12	8,9,10,11,12,13,14,15,16,17 ,18, 20
		Penatalaksanaan	Cara menurunkan tekanan darah	1	19