

SKRIPSI
LIFESTYLE PENDERITA GINJAL HIPERTENSI
YANG DI RAWAT DI RUMAH SAKIT



Zuhra Ayu Ramadhani

C011181324

PEMBIMBING:

Dr. dr. Irfan Idris, M.Kes

DISUSUN SEBAGAI SALAH SATU SYARAT UNTUK MENYELESAIKAN
STUDI PADA PROGRAM STUDI PENDIDIKAN DOKTER
FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS HASANUDDIN
2021

HALAMAN PENGESAHAN

HALAMAN PENGESAHAN

Telah disetujui untuk dibacakan pada seminar akhir di bagian Departemen Ilmu Fisiologi
Fakultas Kedokteran Universitas Hasanuddin dengan judul :

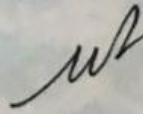
“LIFESTYLE PENDERITA GINJAL HIPERTENSI YANG DI RAWAT DI RUMAH SAKIT ”

Hari, Tanggal : Rabu, 1 Desember 2021

Waktu : 13.00 WITA - Selesai

Tempat : Departemen Fisiologi

Makassar, 1 Desember 2021



(Dr. dr. Irfan Idris, M.Kes)
NIP. 196711031998021001

HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI

“ LIFESTYLE PENDERITA GINJAL HIPERTENSI YANG DI RAWAT DI
RUMAH SAKIT”

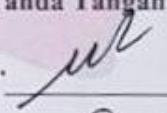
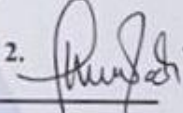
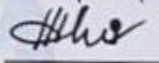
Disusun dan Diajukan oleh

Zuhra Ayu Ramadhani

C011181324

Menyetujui

Dewan Penguji

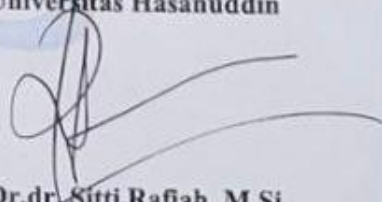
No	Nama Penguji	Jabatan	Tanda Tangan
1	<u>Dr. dr. Irfan Idris, M.Kes</u>	Pembimbing	1. 
2	<u>Dr. M. Aryadi Arsyad, MBIomedSC, Ph.D</u>	Penguji 1	2. 
3	<u>Dr. Andi Ariyandy, Ph.D</u>	Penguji 2	3. 

Mengetahui:

Wakil dekan
Bidang Akademik, Riset & Inovasi
Fakultas Kedokteran
Universitas Hasanuddin


Dr. dr. Irfan Idris, M.Kes
NIP 196711031998021001

Ketua Program Studi Sarjana
Kedokteran Fakultas Kedokteran
Universitas Hasanuddin


Dr. dr. Sitti Rafiah, M.Si
NIP 196805301997032001

LEMBAR PERSETUJUAN CETAK

DEPARTEMEN ILMU FISILOGI

UNIVERSITAS HASANUDDIN

2021

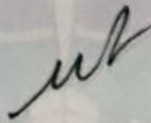
TELAH DISETUJUI UNTUK DICETAK DAN DIPERBANYAK

Skripsi dengan judul:

**“LIFESTYLE PENDERITA GINJAL HIPERTENSI YANG DI RAWAT DI
RUMAH SAKIT”**

Makassar, 1 Desember 2021

Pembimbing,



(Dr. dr. Irfan Idris, M.Kes)

NIP. 196711031998021001

LEMBAR PERNYATAAN ORISINALITAS KARYA

HALAMAN PERNYATAAN ANTI PLAGIARISME

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Zuhra Ayu Ramadhani

NIM : C011181324

Program Studi : Pendidikan Dokter Umum

Dengan ini menyatakan bahwa seluruh skripsi ini adalah hasil karya saya. Apabila ada kutipan atau pemakaian dari hasil karya orang lain berupa tulisan, data, gambar, atau ilustrasi baik yang telah dipublikasi atau belum dipublikasi, telah direferensi sesuai dengan ketentuan akademis.

Saya menyadari plagiarisme adalah kejahatan akademik, dan melakukannya akan menyebabkan sanksi yang berat berupa pembatalan skripsi dan sanksi akademik yang lain.

Makassar, 20 Agustus 2022

Yang Menyatakan



Zuhra Ayu Ramadhani

Nim : C011181324

KATA PENGANTAR

Segala puji syukur Alhamdulillah peneliti panjatkan kehadiran Allah SWT, atas berkat Rahmat, Nikmat, Pertolongan dan Karunia-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini yang berjudul ‘‘*Lifestyle Penderita Ginjal Hipertensi yang di rawat di Rumah Sakit*’’. Salam dan shalawat semoga selalu tercurah kepada junjungan besar Nabi Muhammad SAW beserta keluarga, sahabat dan umatnya yang telah memberikan teladan yang baik bagi seluruh umat manusia.

Peneliti menyadari dalam pembuatan skripsi ini masih banyak kekurangan, keterbatasan kemampuan dan pengetahuan sehingga pembuatan skripsi ini sangatlah jauh dari kata sempurna, namun berkat bantuan dan bimbingan dari berbagai belah pihak sehingga akhirnya penulisan skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik. Oleh karena itu, pada kesempatan ini, dengan segala kerendahan hati peneliti ingin menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Kedua orangtua tercinta, Ibunda **Ratni** dan Ayahanda **Zulhaidir.sp**, yang telah membesarkan, dan tidak pernah merasa lelah dalam mendidik dan memberi cinta yang tulus serta doa yang tidak pernah putus kepada peneliti.
2. Kepada saudara peneliti, **Zafila Rizky Amalia**, yang selalu memberikan dorongan, semangat, kasih sayang, bantuan dan motivasi terus menerus.
3. **Prof. Dr. Dwia Aries Tina Pulubuhu M.A** selaku Rektor Universitas Hasanuddin
4. **Prof. dr. Budu,M.Med.Ed, Sp.M(K)** selaku Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Hasanuddin yang telah meluangkan banyak waktu dan memberikan banyak pembelajaran kepada peneliti mulai dari awal hingga selesainya skripsi ini
5. **Dr. dr Irfan Idris, M Kes** selaku pembimbing, yang telah membekali peneliti dengan berbagai ilmu hingga selesainya skripsi ini
6. Seluruh civitas akademik Fakultas Kedokteran, Staf dosen dan karyawan yang telah memberikan bantuan secara langsung maupun tidak langsung kepada peneliti
7. Teman-teman seperjuangan, **ANGKATAN 2018 “F18ROSA” FK UNHAS** yang selalu memberikan masukan dan semangat dari awal kuliah hingga selesainya skripsi ini

8. Kepada sahabat-sahabat peneliti, “**BUDOK**”, **Dwi Novyana, Ulfiani Alimuddin, Hairunnisa, Rahmi sulestina, Raudhah Nurul, Nadya Halida, Febi Melindah, Afifah Rifa,** dan **Sylvania** yang juga selalu memberikan semangat dan motivasi sehingga skripsi ini dapat selesai tepat waktu
9. Kepada orang-orang yang peneliti anggap sebagai saudara, **Beatrix Tinduku, Nurdiana Sintia Balaka, Avianti Award Lasara, Vira Cindi Cendekia, Fitria Muslimah, Zalya Dwi Ahzana, Yudi Fauzan Jati, Aulia Fahira Agra** yang tidak bosan-bosannya untuk selalu memberikan peneliti dukungan dan semangat baik secara langsung maupun tidak langsung.

Semoga segala bantuan yang tidak ternilai harganya ini mendapat imbalan di sisi Allah SWT sebagai amal ibadah, Amin.

Peneliti menyadari bahwa skripsi ini jauh dari kesempurnaan, oleh karena itu kritik saran yang membangun dari berbagai pihak sangat penulis harapkan demi perbaikan-perbaikan kedepan. *Amin Yaa Rabbal ‘Alamiin.*

Makassar , 27 juli 2021

Peneliti,



Zuhra Ayu Ramadhani

DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN	II
LEMBAR PERSETUJUAN CETAK.....	IV
LEMBAR PERNYATAAN ORISINALITAS KARYA.....	V
KATA PENGANTAR.....	VI
DAFTAR ISI.....	VIII
ABSTRAK	IX
1. PENDAHULUAN	9
RUMUSAN MASALAH.....	10
TUJUAN UMUM PENELITIAN	10
TUJUAN KHUSUS PENELITIAN	10
MANFAAT TEORITIS	10
MANFAAT PRAKTIS	10
2. METODE.....	11
3. HASIL	12
4. DISKUSI	17
5. KESIMPULAN	28
REFERENSI.....	29
LAMPIRAN.....	34



Literature review
Periode: 2021

Lifestyle penderita ginjal hipertensi yang dirawat di rumah sakit

Author:

Fakultas Kedokteran, Univesitas Hasanuddin

Makassar, 2021

Abstrak

Pendahuluan: Tekanan darah tinggi (hipertensi) adalah suatu peningkatan tekanan darah di dalam arteri. Kejadian penyakit gagal ginjal kronis sebagai komplikasi hipertensi cenderung mengalami peningkatan. Penyebab masih tingginya jumlah pasien ginjal hipertensi, dipengaruhi oleh adanya perubahan gaya hidup, dengan berbagai faktor risiko misalnya gemuk atau obesitas, suka merokok, diet yang tidak sehat, kurang mengkonsumsi buah dan sayur, stres, makan garam yang berlebihan, kurang aktivitas fisik serta memiliki gaya hidup yang tidak sehat. **Tujuan:** Tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui lifestyle penderita ginjal hipertensi yang dirawat di rumah sakit (opname). **Metode:** Penelitian online yang dilakukan dengan pengumpulan data pustaka berupa jurnal artikel gratis dalam format PDF, seperti: Pubmed, Scielo, Google Scholar, Science Direct, Elsevier (SCOPUS), Ajodo.org, Cochrane dan sumber relevan lainnya. **Hasil:** Didapatkan 10 artikel Hipertensi dan Ginjal Kronis, dan 5 artikel Lifestyle yang berpengaruh pada penyakit hipertensi ginjal kronis. **Kesimpulan:** Dari data yang diperoleh melalui 14 artikel menunjukkan bahwa pengelolaan lifestyle yang baik, akan berperan penting untuk mengontrol tekanan darah, dan mengurangi keparahan dari pasien dengan riwayat CKD.

Kata Kunci: Lifestyle, hipertensi, ginjal kronik, opnam

1. PENDAHULUAN

Tekanan darah tinggi (hipertensi) adalah suatu peningkatan tekanan darah di dalam arteri. Hipertensi didefinisikan oleh *Joint National Committee on Detection, Evaluation and Treatment of High Blood Pressure (JIVC)* sebagai tekanan yang lebih tinggi dari 140/90 mmHg dan diklasifikasikan sesuai derajat keparahannya. Hipertensi primer berjalan tanpa gejala, dan baru timbul setelah terjadi komplikasi pada organ seperti ginjal, mata, otak dan jantung.¹

Kejadian penyakit gagal ginjal kronis sebagai komplikasi hipertensi cenderung mengalami peningkatan. Diperkirakan insiden penyakit ginjal kronik tahap akhir di Indonesia adalah sekitar 30,7 per juta populasi dan prevalensi sekitar 23,4 per juta populasi.² Penyakit ginjal kronik dan hipertensi merupakan suatu penyakit kronik, berulang dan angka kejadiannya semakin meningkat setiap tahun. Penanganan penderita ginjal hipertensi membutuhkan waktu seumur hidup, serta membutuhkan kepatuhan dalam menjaga pola hidup.³

Dari laporan yang ada, menunjukkan bahwa penyebab masih tingginya jumlah pasien ginjal hipertensi kemungkinan dipengaruhi oleh adanya perubahan gaya hidup, dengan berbagai faktor risiko antara lain gemuk atau obesitas, suka merokok, diet yang tidak sehat, kurang mengonsumsi buah dan sayur, stres, makan garam yang berlebihan, kurang aktivitas fisik serta memiliki gaya hidup yang tidak sehat.⁴ Kebiasaan mengonsumsi makanan yang tinggi garam, stress, merokok, jarang berolahraga, dan minum-minuman alkohol menjadi pemicu timbulnya penyakit ginjal hipertensi.⁵

Lifestyle dapat membantu pengendalian bagi penderita ginjal hipertensi, namun untuk memiliki *lifestyle* yang sehat bukanlah hal yang mudah bagi kebanyakan orang. *Lifestyle* yang sehat merupakan salah satu modal dalam penatalaksanaan ginjal hipertensi secara non farmakologis. Modernisasi cenderung menjadi hambatan yang besar dalam memiliki *lifestyle* yang sehat. Oleh karena karena itu, penelitian studi literatur ini bertujuan untuk mengkaji lebih dalam tentang *lifestyle* penderita ginjal hipertensi yang dirawat di rumah sakit.⁶⁻⁸

Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian dan latar belakang masalah di atas, maka penulis mengangkat rumusan masalah sebagai berikut: “Bagaimana *lifestyle* penderita ginjal hipertensi yang dirawat di rumah sakit?”

Tujuan Umum Penelitian

Tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui *lifestyle* penderita ginjal hipertensi yang dirawat di rumah sakit.

Tujuan Khusus Penelitian

Tujuan khusus dari penelitian ini antara lain: (a). Mengetahui riwayat konsumsi makanan pada penderita ginjal hipertensi yang dirawat di rumah sakit; (b). Mengetahui kebiasaan aktivitas fisik pada penderita ginjal hipertensi yang dirawat di rumah sakit; dan (c). Menganalisis faktor-faktor resiko pada penderita ginjal hipertensi yang dirawat di rumah sakit.

Manfaat Teoritis

Manfaat praktis penelitian ini yaitu sebagai sumber informasi bagi para praktisi kesehatan mengenai *lifestyle* penderita ginjal hipertensi yang dirawat di rumah sakit.

Manfaat Praktis

Adapun beberapa manfaat praktis dari penelitian ini adalah: (a). Bagi petugas kesehatan, Memberikan informasi sebagai bahan referensi untuk melakukan penyuluhan dan pencegahan untuk hipertensi; (b). Bagi masyarakat, bahan masukan untuk menambah wawasan dan pengetahuan dan (c). Bagi penelitian selanjutnya, diharapkan hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan rujukan bagi penelitian selanjutnya.