

LAPORAN PENELITIAN
HUBUNGAN OBESITAS SENTRAL DENGAN TEKANAN DARAH
PADA LANSIA PENDERITA HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA
PUSKESMAS BAMBANGLIPURO



ELISABETH ROSA PRISKA JAYA

NPM 202123017

PROGRAM STUDI STUDI KEPERAWATAN PROGRAM SARJANA
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN PANTI RAPIH YOGYAKARTA

2025

LAPORAN PENELITIAN
HUBUNGAN OBESITAS SENTRAL DENGAN TEKANAN DARAH
PADA LANSIA PENDERITA HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA
PUSKESMAS BAMBANGLIPURO



ELISABETH ROSA PRISKA JAYA

NPM 202123017

PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM SARJANA
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN PANTI RAPIH YOGYAKARTA

2025

LAPORAN PENELITIAN
HUBUNGAN OBESITAS SENTRAL DENGAN TEKANAN DARAH
PADA LANSIA PENDERITA HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA
PUSKESMAS BAMBANGLIPURO

Disusun Oleh:
Elisabeth Rosa Priska Jaya
NPM 202123017

Laporan Penelitian ini Telah Diperiksa, Disetujui, dan Dipertahankan dihadapan
Tim Penguji Tugas Akhir Mahasiswa STIKes Panti Rapih Yogyakarta
Yogyakarta, 17 Agustus 2025

Pembimbing I,



Theresia Tatik Pujiastuti, Ns., M. Kep., Ph.D.
NIK 200050001

Pembimbing II,



Dita Hanna Febriani, S. Kep., Ns., MS.
NIK 202050001

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Elisabeth Rosa Priska Jaya

NPM : 202123017

Dengan ini menyatakan dengan sesungguhnya bahwa penelitian dengan judul:

"Hubungan Obesitas Sentral Dengan Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Bambanglipuro"

Yang telah saya laksanakan selama empat bulan dari tanggal 12 Maret 2025 – 26 Juli 2025, seluruhnya merupakan hasil karya sendiri.

Adapun terhadap bagian-bagian tertentu dan penulisan hasil penelitian yang saya kutip secara langsung maupun tidak langsung dari hasil karya orang/pihak lain telah saya tuliskan sumbernya secara jelas sesuai dengan norma, kaidah dan etika penulisan karya ilmiah.

Apabila dikemudian hari ternyata ditemukan seluruh atau sebagian penulisan hasil penelitian ini terbukti bukan karya sendiri atau terdapat indikasi adanya plagiat, maka saya bersedia menerima sanksi moral, sanksi administratif serta dituntut ganti rugi dan atau pidana sesuai dengan ketentuan perundang-undangan yang berlaku.

Pernyataan keaslian penelitian ini saya buat dengan sebenarnya, tanpa tekanan dari siapapun dan atau dari pihak manapun.

Yogyakarta, 26 Juli 2025

Yang membuat pernyataan,


Elisabeth Rosa Priska Jaya

SKRIPSI

**HUBUNGAN OBESITAS SENTRAL DENGAN TEKANAN DARAH PADA
LANSIA PENDERITA HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS
BAMBANGLIPURO**

Disusun Oleh:
Elisabeth Rosa Priska Jaya
202123017

Telah dipertahankan dan diuji didepan dewan penguji STIKes Panti Rapih
Untuk memnuhi Tugas Akhir Mahasiswa Prodi Sarjana Keperawatan
Pada Tanggal 07 Agustus 2025

Mengesahkan,

Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Panti Rapih Yogyakarta


Yulia Wardani, MAN
NIK 201450001

Penguji:

Ketua : M.I. Ekatrina Wijayanti, Ns., MSN.



Anggota : 1. Theresia Tatik P., Ns., M. Kep., Ph. D.



2. Dita Hanna Febriani, S. Kep., Ns., MS.



MOTTO

In The Name Of Jesus Christ

“Aku ditolak dengan hebat sampai jatuh, tetapi TUHAN menolong aku.”

(Mazmur 118:13)

”You don’t have to be too impatient. You shouldn’t think it’s necessary to graduate from college and make money just because you’re an adult. Look for what you want to do slowly. It’s never too late to start something. Age really doesn’t matter. You should find what you want to do and enjoy working without regrets.”

Na Jaemin – NCT Dream

”You’re doing fine. Sometimes you’re doing better. Sometimes you’re doing worse, but at the end, IT’S.. YOU! So I just want you to have no regret. I want you to feel yourself grow and I just want you to also love yourself.”

Mark Lee – NCT

“The act of wanting to pursue something maybe even more precious than actually becoming that thing. So I feel like just being in the process itself is a prize and so you shouldn’t think of it as a hard way and even if you do get stressed out you should think of it as happy stress. Just enjoy while pursuing it ‘cause it’s that precious.”

Mark Lee – NCT

*”Karena kamu manusia, ngebandingin diri itu wajar. Tapi kalau kamu terus ngebandingin, kamu lupa. **Tuhan kasih kamu jalan yang beda.** Bukan jadi saingan, tapi buat jadi versi terbaik dari diri kamu.”*

Unknown Agz

”Kadang yang gak kelihatan bersinar itu, justru dia yang nyalain lampu buat orang lain. Sampai dia juga lupa kalau dia berhak dapat cahayanya.”

Aqella Agz

HALAMAN PERSEMBAHAN

Puji dan syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, atas kasih dan penyertaan-Nya yang senantiasa hadir dalam setiap langkah-baik dalam terang maupun gelap. Melalui kemurahan-Nya, penulis mampu melewati proses ini: proses yang tidak selalu murah, tidak selalu cepat, namun penuh makna. Skripsi ini bukan hanya hasil dari pikiran dan upaya, tetapi juga buah dari iman, air mata, dan keteguhan hati yang terus dijaga. Dengan kerendahan hati, penulis mempersembahkan karya ini kepada:

1. Tuhan Yesus Kristus, sumber dari segala kekuatan yang tak kasat mata tetapi selalu nyata. Yang tak pernah meninggalkan, bahkan saat peneliti sendiri nyaris ingin menyerah. Dalam malam *overthinking*, ketika dada terasa sesak dan pikiran seperti berantakan, doa yang seringkali hanya terdengar lirih, bahkan kadang hanya air mata, rupanya tetap sampai di hadapan-Nya. Tuhan yang peneliti sembah, adalah Tuhan yang tidak tergesa-gesa, tetapi selalu tepat waktu. Tanpa Dia, bukan hanya skripsi ini tak selesai, tetapi penulis pun mungkin tak akan pernah kembali utuh.
2. Orang tua penulis, Bapak Andreas Fitarto dan Mama Christina Sudiwiasih, dua jiwa yang paling sabar memahami diam dan letih yang tak terucap. Terima kasih untuk cinta yang tidak pernah lelah meski tak selalu terlihat, untuk doa yang diam-diam mengalir setiap malam, dan untuk semua bentuk dukungan yang tidak bisa penulis balas satu per satu. Kalian hadir bukan hanya sebagai rumah, tetapi juga sebagai alas pijak yang tak pernah goyah, yang menampung setiap keluh kesah, dan tetap memilih untuk percaya, bahkan ketika peneliti sendiri ragu. Untuk kakakku Yakobus Krisfadana Widjaya, *my love-hate brotha sista*. Terima kasih telah mengajarkan bagaimana cara bertahan dari kerasnya dunia, meski dengan cara yang tak biasa.
3. Ibu Theresia Tatik P., Ns., M. Kep., Ph. D. selaku pembimbing I dan Ibu Dita Hanna Febriani, S. Kep., Ns., MS. selaku pembimbing II, terima kasih telah menjadi kompas di tengah labirin panjang berlabel skripsi. Di antara revisi, catatan, dan koreksi yang tak sedikit, penulis tahu dibalik itu semua,

terdapat niat tulus agar peneliti bukan hanya sebagai mahasiswa yang lulus, tetapi sebagai manusia yang belajar bersikap, berpikir, dan bertanggung jawab. Terima kasih atas waktu, perhatian, dan bimbingan yang tak selalu penulis balas dengan sempurna.

4. Teman-teman penulis, Agnes Larasati S.P., Adrianus Ardi, Yoana Adventha P, Atanasia Tiara Anindyagita, Mosa Aura W., dan Theresa E. Cheisya P., yang tidak hanya ada untuk merayakan hasil, tetapi juga bersedia menemani proses yang panjang, melelahkan, bahkan membosankan. Kalian tahu betapa tidak mudahnya menulis kata demi kata, betapa dunia ini kadang terlalu sunyi bahkan ketika kita sedang dikelilingi banyak orang. Terima kasih telah menjadi suara yang mengingatkan sesederhana apapun itu, telah menyelamatkan penulis berkali-kali.
5. Mereka yang pernah menyakiti, meninggalkan, meremehkan bahkan menghancurkan. Penulis tidak lagi menyimpan dendam, luka yang diberikan telah menjelma menjadi pelajaran yang tak ada di buku manapun. Penulis sempat runtuh, sempat hilang arah, tetapi justru dari situ, penulis belajar bagaimana cara bertahan dan bertumbuh. Dan kini, penulis telah sampai di titik ini, dengan hati yang mungkin tak utuh, tetapi lebih kuat dari sebelumnya.
6. Diri sendiri Elisabeth Rosa Priska Jaya, yang pernah patah tapi memilih untuk tidak menghilang. Yang pernah ingin berhenti, namun justru menemukan alasan baru untuk terus melangkah. Terima kasih telah bertahan, bahkan saat tidak ada yang melihat. Terima kasih tetap berjuang, meskipun banyak yang ingin menjatuhkan. Terima kasih telah menyusun ulang serpihan yang sempat pecah, dan tetap mempercayai bahwa semua luka ini tidak sia-sia. Ini bukan akhir, ini hanyalah jeda sebelum babak baru dimulai. Selanjutnya peneliti akan melangkah maju menyelesaikan jenjang profesi Ners. Perjalanan yang masih panjang, berat, dan penuh tanggung jawab. Semoga kaki kecil ini tetap kuat, tetap berlari demi ribuan mimpi yang belum usai. Semoga hati ini tetap hangat dan selalu ingat, bahwa menjadi manusia seutuhnya, kadang cukup dengan “tidak menyerah.”

INTISARI

Nama : Elisabeth Rosa Priska Jaya
NPM : 202123017
Judul : Hubungan Obesitas Sentral Dengan Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Bambanglipuro
Tanggal Ujian : 07 Agustus 2025
Pembimbing : Theresia Tatik Pujiastuti, Ns., M.Kep., Ph.D.
Dita Hanna Febriani, S. Kep., Ns., MS.
Jumlah Pustaka : 141 Pustaka (tahun 2003 – 2025)
Jumlah Halaman : xiv, 107 halaman, tabel, lampiran

Hipertensi pada lansia merupakan masalah kesehatan yang sering dijumpai dan berkaitan dengan berbagai faktor, salah satunya adalah penumpukan lemak di area perut atau obesitas sentral. Lemak visceral yang berlebih dapat mempengaruhi keseimbangan tekanan darah melalui mekanisme hormonal dan saraf yang kompleks. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara obesitas sentral dengan tekanan darah pada lansia yang sudah terdiagnosis hipertensi. Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif analitik korelasional dengan pendekatan *cross-sectional*. Sejumlah 194 lansia di ambil sebagai responden menggunakan teknik *accidental sampling*, pada kelas hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Bambanglipuro. Analisis data menggunakan uji Somers'd. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden (69,1%) mengalami obesitas sentral, dan memiliki tekanan darah pada kategori pre hipertensi (32,5%) dan hipertensi *grade* 1 (35,6%). Uji statistik menunjukkan ada hubungan yang signifikan antara obesitas sentral dengan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi ($p = 0,002$; $r = 0,198$). Kesimpulan penelitian menunjukkan bahwa lansia obesitas sentral memiliki tekanan darah yang lebih tinggi dibandingkan yang tidak obesitas sentral. Oleh karena itu, disarankan agar tenaga kesehatan dan kader di wilayah kerja Puskesmas Bambanglipuro meningkatkan pemantauan lingkaran perut secara berkala, serta memberikan edukasi yang berkelanjutan mengenai obesitas sentral, guna mencegah peningkatan tekanan darah dan komplikasi hipertensi pada usia lanjut.

Kata kunci: lansia, hipertensi, obesitas sentral, tekanan darah

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, atas berkat rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan laporan penelitian mengenai “Hubungan Obesitas Sentral Dengan Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Bambanglipuro” ini dengan lancar dan tepat waktu. Penelitian ini merupakan bentuk kepedulian peneliti dalam rangka mengembangkan ilmu pengetahuan, terlebih mengenai faktor risiko obesitas sentral yang mempengaruhi tekanan darah dan kejadian hipertensi pada lansia. Tidak dapat dipungkiri, dalam penyusunan penelitian ini, penulis tentu mengalami kesulitan. Namun, berkat bimbingan, dukungan dan semangat dari orang-orang terdekat, penulis mampu menyelesaikannya dengan baik. Penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Ibu Yulia Wardhani, MAN, selaku Ketua STIKes Panti Rapih Yogyakarta;
2. Ibu Theresia Tatik Pujiastuti, Ns., M.Kep., Ph.D., selaku dosen pembimbing I yang telah membimbing dan memberikan motivasi serta dukungan selama proses penelitian ini berlangsung;
3. Ibu Dita Hanna Febriani, S. Kep., Ns., MS., selaku dosen pembimbing II yang telah membimbing dan memberikan motivasi serta dukungan selama proses penelitian ini berlangsung;
4. Pihak Puskesmas Bambanglipuro, kader setempat, dan responden penelitian yang telah bersedia membantu penelitian ini.

Penulis menyadari, bahwasanya dalam penelitian ini, masih terdapat banyak kesalahan dan kekurangan. Oleh karena itu, penulis sangat terbuka untuk semua kritik dan saran yang membangun dari semua pihak dalam penelitian ini, sehingga nantinya akan penulis gunakan untuk perbaikan di masa mendatang.

Demikian proposal penelitian mengenai “Hubungan Obesitas Sentral Dengan Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Bambanglipuro” ini penulis susun. Atas perhatiannya penulis ucapkan terima kasih.

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iii
PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN	iv
LEMBAR PENGESAHAN	v
MOTTO.....	vi
HALAMAN PERSEMBAHAN	vii
INTISARI.....	ix
KATA PENGANTAR.....	x
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB 1 TINJAUAN PUSTAKA.....	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	4
1.3 Tujuan Umum	4
1.4 Tujuan Khusus.....	4
1.5 Manfaat Penelitian	4
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA.....	6
2.1 Tinjauan Teori	6
2.2 Hubungan Obesitas Sentral dengan Tekanan Darah	44
2.3 Kerangka Teori.....	47
2.4 Kerangka Konsep	48

2.5 Hipotesis Penelitian.....	48
BAB 3 METODOLOGI PENELITIAN.....	49
3.1 Desain Penelitian.....	49
3.2 Definisi Operasional.....	49
3.3 Populasi dan Sampel	51
3.4 Tempat dan Waktu Penelitian	54
3.5 Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data	54
3.6 Etika Penelitian	58
3.7 Analisis Data	59
BAB 4 PEMBAHASAN.....	64
4.1 Gambaran Lokasi Penelitian.....	64
4.2 Hasil dan Pembahasan	65
4.3 Kelemahan penelitian.....	86
4.4 Keterbatasan penelitian	86
BAB 5 SIMPULAN DAN SARAN.....	87
5.1 Simpulan	87
5.2 Saran	87
DAFTAR PUSTAKA.....	89
LAMPIRAN	108

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Klasifikasi Tekanan Darah Pada Orang Dewasa (Usia $\geq$ 18 Tahun)...	15
Tabel 2. 2 Klasifikasi IMT	17
Tabel 3. 1 Definisi Operasional.....	49
Tabel 4. 1 Gambaran Karakteristik Responden Lansia Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Bambanglipuro (n = 194)	65
Tabel 4. 2 Gambaran Status Obesitas Sentral Responden Lansia Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Bambanglipuro	76
Tabel 4. 3 Gambaran Tekanan Darah Responden Lansia Hipertensi Di Wilayah Puskesmas Bambanglipuro	78
Tabel 4. 4 Hubungan Obesitas Sentral Dengan Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Bambanglipuro.....	82

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Teori Promoting Cardiovascular Wellness in <i>Older Adults</i>	34
Gambar 2. 2 Kerangka Teori Promoting Wellness in <i>Older Adults</i>	47
Gambar 2. 3 Kerangka Konsep Penelitian	48