

**PLAN OF ACTION**  
(November 2020 - April 2021)

Nama : Hardiyani Achmad

NIM : P17210183069

Judul : Gambaran Pelaksanaan Gerakan Masyarakat Hidup Sehat Pada Klien Dengan Hipertensi Di Desan Bayeman Kabupaten Pasuruan

No	Kegiatan Penelitian	November 2020				Desember 2020				Januari 2021				Februari 2021				Maret 2021				April 2021			
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
<b>I</b>	<b>Tahap Persiapan</b>																								
	a. Penentuan Judul																								
	b. Mencari Literatur																								
	c. Penyusunan Proposal																								
	d. Konsultasi Proposal																								
	e. Perbaikan proposal																								
	f. Ujian sidang proposal																								
	g. Revisi Proposal																								
	h. Pengurusan ijin																								
<b>II</b>	<b>Tahap Pelaksanaan</b>																								



LEMBAR PERMOHONAN MENJADI RESPONDEN

Dengan hormat,

Saya sebagai mahasiswa Program Studi DIII Keperawatan Malang,

Nama : Hardiyan Achmad

NIM : P1210183069

Bermaksud melakukan penelitian tentang “Gambaran Pelaksanaan Gerakan Masyarakat Hidup Sehat Pada Klien Dengan Hipertensi Di Desa Bayeman Kabupaten Pasuruan”. Sehubungan dengan ini, saya memohon kesediaan saudara untuk menjadi responden dalam penelitian saya yang akan saya lakukan. Kerahasiaan data saudara akan saya sangat jaga dan informasi yang saya dapatkan akan saya gunakan untuk kepentingan penelitian ini.

Demikian permohonan saya, atas perhatian dan kesedian saudara saya ucapkan terima kasih.

Pasuruan, 2021

Responden

**LEMBAR PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN**

*(inform Consent)*

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya :

Nama :  
Jenis kelamin :  
Usia :  
Alamat :  
Pendidikan :  
Pekerjaan :

Setelah mendapat penjelasan dan keterangan yang secukupnya serta mengetahui manfaat dan tujuan penelitian yang berjudul “Gambaran Pelaksanaan Gerakan Masyarakat Hidup Sehat Pada Klien Dengan Hipertensi Di Desa Bayaman Kabupaten Pasuruan ” maka saya menyatakan

**BERSEDIA / TIDAK BERSEDIA**

Saya telah memberikan jawaban yang sejujur-jujurnya sehingga berkenan untuk ikut serta sebagai responden, dengan catatan bila sewaktu-waktu merasa dirugikan dalam bentuk apapun berhak membatalkan persetujuan ini. Saya percaya apa yang saya sampaikan akan dijamin kerahasiaannya, serta persetujuan ini saya buat dengan sukarela tanpa ada unsur paksaan.

Pasuruan, 2021

Responden

### PEDOMAN WAWANCARA UNTUK RESPONDEN

Nama Pewawancara	
Tanggal dan Waktu Wawancara	
Tempat Wawancara	

#### A. Petunjuk Umum Wawancara

1. Sampaikan ucapan terima kasih kepada responden atas kesediaannya dan waktu yang telah diluangkan untuk diwawancarai.
2. Jelaskan waktu dan tujuan wawancara.

#### B. Petunjuk Khusus Wawancara

1. Wawancara dilakukan oleh pewawancara yaitu peneliti sendiri.
2. Responden bebas untuk menyampaikan pendapat, pengalaman, saran dan komentar.
3. Jawaban tidak ada yang benar atau salah, karena wawancara ini untuk kepentingan penelitian dan tidak ada penilaian.
4. Semua pendapat, pengalaman, saran dan komentar akan dijamin kerahasiaannya.
5. Wawancara akan direkam menggunakan *Handphone* untuk membantu ingatan peneliti.

#### C. Pelaksanaan Wawancara

1. Perkenalan diri pewawancara
2. Perkenalan diri responden dengan menyebutkan nama, pendidikan dan status kepegawaian.
3. Wawancara dimulai setelah perkenalan diri.

## **I. Identitas Responden**

1. Nama :
2. Umur :
3. Agama :
4. Pendidikan terakhir :
5. Pekerjaan :
6. Suku/kebangsaan :

## **II. Pertanyaan Wawancara**

### **A. Aktifitas fisik**

1. Apakah anda setiap harinya melakukan aktifitas fisik ringan seperti mencuci piring, memasak, dan menyapu ?
2. Apakah anda setiap harinya melakukan aktifitas fisik sedang seperti naik tangga, bersepeda, dan berkebun ?
3. Apakah anda setiap harinya melakukan aktifitas fisik berat seperti jogging, berenang, dan mencakul ?
4. Jika anda melakukan aktifitas fisik berat berapa menit setiap harinya ?
5. Jika anda melakukan aktifitas fisik ringan berapa menit setiap harinya ?
6. Jika anda melakukan aktifitas fisik sedang berapa menit setiap harinya?
7. Apakah anda rutin olahraga setiap minggunya ? Jika anda melakukan olahraga berapa lama yang anda butuhkan ?
8. Jenis olahraga apa yang anda lakukan ?
9. Setelah melakukan aktifitas fisik apakah ada yang anda keluhkan ?
10. Apakah anda merasa sehat setelah melakukan aktifitas fisik ?

B. Konsumsi buah dan sayur

1. Berapa kali anda makan dalam sehari ?
  2. Apakah anda rutin mengkonsumsi buah dan sayur setiap minggunya ?
  3. Jenis buah dan sayur apa yang sering anda konsumsi ?
  4. Apakah anda sering mengkonsumsi makanan junk food ?
  5. Apakah anda tahu manfaat buah dan sayur bagi kesehatan ?
  6. Apakah anda mengkonsumsi makanan tinggi serat, seperti kacang-kacangan, jagung, dan tomat ?
  7. Jenis makanan kalsium apa yang anda konsumsi, seperti kacang kedelai, jeruk, alpukat dan berapa kali yang anda konsumsi setiap minggunya ?
  8. Jenis makanan kalium apa yang anda konsumsi, seperti pisang, susu, seafood dan berapa kali yang anda konsumsi setiap minggunya ?
  9. Jenis makanan magnesium apa yang anda konsumsi, seperti coklat, ikan, dan berapa kali yang anda konsumsi setiap minggunya ?
  10. Berapa jumlah makanan berkalium,berkalsium dan magnesium yang di konsumsi tiap minggunya ? Periksa kesehatan berkala
- 
1. Berapa kali dalam sebulan anda melakukan pemeriksaan kesehatan untuk mencegah hipertensi ?
  2. Apakah anda diberikan obat setelah melakukan pemeriksaan kesehatan ?
  3. Apakah anda rutin cek tekan darah setiap bulan sekali ?
  4. Apakah anda rutin cek kadar glukosa darah sebulan sekali ?
  5. Apakah anda rutin cek kadar kolesterol darah sebulan sekali ?
  6. Apakah anda rutin cek kadar asam urat darah sebulan sekali ?

7. Dimana biasanya anda cek kesehatan ?
8. Apakah anda mengkonsumsi obat-obatan tertentu ?
9. Apakah anda mempunyai riwayat hipertensi ?
10. Apakah anda merokok ?

## SURAT IZIN PENELITIAN



KEMENTERIAN KESEHATAN RI  
BADAN PENGEMBANGAN DAN PEMBERDAYAAN SUMBER DAYA MANUSIA KESEHATAN  
**POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MALANG**



- Kampus Utama : Jalan Besar Ijen No. 77 e Malang. 65112. Telepon (0341) 566075, 571388. Fax (0341) 556746  
- Kampus I : Jalan Srikoyo No. 106 Jember. Telepon (0331) 496613  
- Kampus II : Jalan Ahmad Yani Sumberporong Lawang. Telepon (0341) 427847  
- Kampus III : Jalan Dr. Soetomo No. 46 Blitar. Telepon (0342) 801043  
- Kampus IV : Jalan KH. Wakhid Haayim No. 64 B Kediri. Telepon (0354) 773095  
- Kampus V : Jalan Dr. Soetomo No. 5 Trenggalek. Telepon (0355) 791293  
- Kampus VI : Jalan Dr. Cipto Mangunkusumo No. 82 A Ponorogo. Telepon (0352) 461792

Website: [Http://www.poltekkes-malang.ac.id](http://www.poltekkes-malang.ac.id) Email: [direktorat@poltekkes-malang.ac.id](mailto:direktorat@poltekkes-malang.ac.id)

Nomor : LB.02.03/3/0337 /2021  
Lampiran : 1 (Satu) Exp.  
Perihal : Ijin Pengambilan Data untuk Penyusunan Karya Tulis Ilmiah  
Mahasiswa Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Malang

Kepada Yth:  
Kepala Desa Bayeman  
Desa Bayeman RT. 02 RW. 05, Kec. Gondangwetan  
di –  
Kab. Pasuruan

Bersama ini kami mohon bantuan demi terlaksananya kegiatan Pengambilan Data untuk bahan penyusunan Karya Tulis Ilmiah bagi Mahasiswa Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Malang di wilayah kerja Desa Bayeman. Pengambilan data yang dimaksud dilaksanakan mulai tanggal 15 Maret – 12 April 2021.

Adapun mahasiswa yang akan melaksanakan Ijin Pengambilan Data adalah:

Nama : Hardiyana Achmad  
NIM/Semester : P17210183069 / VI  
Asal Program Studi : D-III Keperawatan Malang  
Judul Karya Tulis Ilmiah: Gambaran Pelaksanaan Gerakan Masyarakat Hidup Sehat Pada Klien Dengan Hipertensi di Desa Bayeman Kabupaten Pasuruan

Demikian atas perhatian dan kerjasamanya disampaikan terima kasih.

Malang, 15 Maret 2021



a.n. Direktur  
Ketua Jurusan Keperawatan,

Iman Subekti, S.Kp., M.Kep., Sp.Kom.  
NIP. 196512051989121001

Tembusan disampaikan kepada Yth:  
1. Ketua Prodi D-III Keperawatan Malang

**LEMBAR PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN**

*(inform Consent)*

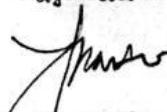
Yang bertanda tangan di bawah ini, saya :

Nama : Tn. Yanto  
Jenis kelamin : Laki-laki  
Usia : 64  
Alamat : Bayeman  
Pendidikan : SLTA  
Pekerjaan : Pensiunan

Setelah mendapat penjelasan dan keterangan yang secukupnya serta mengetahui manfaat dan tujuan penelitian yang berjudul "Gambaran Pelaksanaan Gerakan Masyarakat Hidup Sehat Pada Klien Dengan Hipertensi Di Desa Bayeman Kabupaten Pasuruan " maka saya menyatakan

BERSEDIA / ~~TIDAK BERSEDIA~~

Saya telah memberikan jawaban yang sejujur-jujurnya sehingga berkenan untuk ikut serta sebagai responden, dengan catatan bila sewaktu-waktu merasa dirugikan dalam bentuk apapun berhak membatalkan persetujuan ini. Saya percaya apa yang saya sampaikan akan dijamin kerahasiaannya, serta persetujuan ini saya buat dengan sukarela tanpa ada unsur paksaan.

Pasuruan, 2021  
  
Responden

## LEMBAR PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN

(*inform Consent*)

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya :

Nama : Ny. Arkatami  
Jenis kelamin : Perempuan  
Usia : 52  
Alamat : Bayeman  
Pendidikan : SD  
Pekerjaan : Ibu Rumah tangga

Setelah mendapat penjelasan dan keterangan yang secukupnya serta mengetahui manfaat dan tujuan penelitian yang berjudul "Gambaran Pelaksanaan Gerakan Masyarakat Hidup Sehat Pada Klien Dengan Hipertensi Di Desa Bayeman Kabupaten Pasuruan " maka saya menyatakan

BERSEDIA / ~~TIDAK BERSEDIA~~

Saya telah memberikan jawaban yang sejujur-jujurnya sehingga berkenan untuk ikut serta sebagai responden, dengan catatan bila sewaktu-waktu merasa dirugikan dalam bentuk apapun berhak membatalkan persetujuan ini. Saya percaya apa yang saya sampaikan akan dijamin kerahasiaannya, serta persetujuan ini saya buat dengan sukarela tanpa ada unsur paksaan.

Pasuruan, 2021



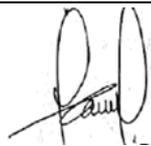
Responden

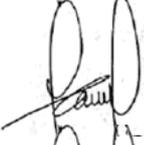
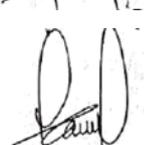
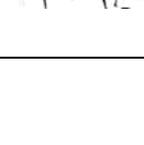


## LEMBAR BIMBINGAN KTI

NIM : P17210183069

Nama pembimbing : Taufan Arif, S.Kep., Ns.,  
M.Kep

NO	TANGGAL	REKOMENDASI PEMBIMBING	TANDA TANGAN PEMBIMBING
1.	2 November 2020	Konsultasi judul ” Gambaran Pelaksanaan Gerakan Masyarakat Hidup Sehat Pada Klien Dengan Hipertensi Di Desan Bayeman Kabupaten Pasuruan	
2.	4 Januari 2021	Konsul BAB 1 Latar belakang, rumusan masalah, tujuan, manfaat	
3.	7-20 Januari 2021	Revisi BAB 1 Penulisan sitasi, perbaikan masalah di latar belakang, perbaikan skala data, perbaikan tujuan khusus dan umum, perbaikan manfaat penelitian.	
4.	20 Januari 2021	Revisi BAB1 ke BAB 2 penambahan penggolongan usia lansia, skala data diurut dari tingkat dunia- kabupaten Pasuruan, cari literature yang mengarah pada aktifitas, perbaiki mengenai patofisiologi hipertensi, menambahkan jurnal internasional	
5.	21 Januari 2021	Revisi BAB 1 ke 3 Memperbaiki kalimat yang tidak sesuai SPOK, perbaikan sitasi, perbaiki tujuan umum, Boleh lanjut BAB 2	
6.	26 Januari 2020	Revisi BAB 1 dan 2 Line spasi dibuat 2, tambahkan kejadian hipertensi di tahun 2018-2019, tambahkan konsep tekanan darah di BAB 2, perbaikan model tabel, memperbaiki bahasa yang	

		tidak baku, tambahkan masalah yang terjadi pada lansia, perbanyak konsep germas dan gambar-gambar Bisa lanjut BAB 3	
7.	1 Febuari 2021	Revisi BAB 1-3 Perbaiki cover sesuai panduan, perbaiki kata di latar belakang, tambahkan jumlah subjek di bab 3, tambahkan lansia yang usia berapa, perbaiki tekanan darah, perbaiki penulisan instrument penelitian, perbaiki penyajian data	
8.	14 Febuari 2021	Revisi BAB 1-3 ke 2 : Tambahkan cover dalam, perbaiki kalimat di kata pengantar, perbaiki gelar pada kata pengantar, perbaiki halaman pada bab 2, perbaiki daftar pustaka sesuai kaidah	 
9.	15 Febuari 2021	ACC Proposal Karya Tulis Ilmiah	
10.	17 Febuari 2021	Ujian Proposal	
11.	1 Mei 2021	Konsul BAB 4	
12.	13 Juli 2021	Revisi BAB 4 dan 5 Perbaiki pada gambaran umum lokasi, perbaiki pada tabel gambaran umum subjek penelitian, perbaiki pada data fokus dan hasil wawancara	
13.	15 Juli 2021	Bimbingan melalui zoom Revisi hasil, pembahasan, BAB 5 dan abstrak.	
14.	16 Juli 2021	ACC Karya Tulis Ilmiah	

--	--	--	--

**Nama mahasiswa : Hardiyan Achmad**



PEMERINTAH KABUPATEN PASURUAN  
KECAMATAN GONDANGWETAN  
KANTOR DESA BAYEMAN  
Raya Bayeman No. 07 Telp. 0343 441559 Kode Pos 67174  
PASURUAN

**SURAT PENGANTAR IJIN PENELITIAN**

Nomor : 648/ 389 / 424.304.203/ VI / 2021

Yang bertanda tangan dibawah ini Kepala Desa Bayeman Kecamatan Gondangwetan Kabupaten Pasuruan menerangkan dengan sebenarnya bahwa :

Nama Lengkap : **HARDIYAN ACHMAD**  
Jenis Kelamin : Laki - laki  
Tempat/Tgl. Lahir : Pasuruan, 11-10-1998  
Pekerjaan : Mahasiswa  
Alamat sekarang : Bayeman RT 002/ RW 005 (Dsn Krajan)  
Kecamatan Gondangwetan Kabupaten Pasuruan  
Ijin untuk : Penelitian Dalam Memenuhi Penyusunan Tugas Akhir  
KTI, Yang ditempatkan di Desa Bayeman Kecamatan  
Gondangwetan Kabupaten Pasuruan

Demikian surat keterangan ini kami buat dengan sebenarnya, harap menjadikan periksa dan untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Dikeluarkan di : Desa Bayeman  
Pada Tanggal : 10 - 03 - 2021

Tanda tangan / Cap Jempol  
Yang bersangkutan

**HARDIYAN ACHMAD**

