

KARYA TULIS ILMIAH

**EFEK PUASA DAUD TERHADAP PERUBAHAN TEKANAN DARAH
PADA USIA LEBIH DARI 50 TAHUN DI KABUPATEN SLEMAN
DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA**

Disusun dan diajukan oleh:


Lubaba Rizqiyah
13711091


Telah diseminarkan tanggal: 13 Maret 2017

Dan telah disetujui oleh:

Penguji

Pembimbing


dr. Ttitis Nurmasitoh, M.Sc


dr. Nur Aisyah Jamil, M.Sc

Tanggal: 20 Maret 2017

Tanggal: 17 Maret 2017

Ketua Program Studi Pendidikan Dokter


dr. Erlina Marfianti, M.Sc, Sp.PD

Disahkan oleh:

Dekan Fakultas Kedokteran



dr. Linda Kusita, M.Kes, Sp.PK

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	
LEMBAR PENGESAHAN.....	i
DAFTAR ISI.....	ii
DAFTAR TABEL.....	iii
DAFTAR GAMBAR.....	iv
HALAMAN PERNYATAN.....	v
KATA PENGANTAR.....	vii
INTISARI.....	vii
BAB I. PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	3
1.3 Tujuan Penelitian.....	3
1.4 Manfaat penelitian.....	4
1.5 Keaslian Penelitian.....	4
BAB II. TINJAUAN PUSTAKA.....	7
2.1 Telaah Pustaka.....	7
2.1.1 Lansia.....	7
a. Pengertian lansia.....	7
b. Klasifikasi lansia.....	7
c. Mekanisme penuaan.....	9
2.1.2 Hipertensi.....	12
a. Pengertian Hipertensi.....	12
b. Patofisiologi Hipertensi.....	12
2.1.3 Puasa.....	
a. Pengertian Puasa.....	15
b. Manfaat Puasa.....	16
c. Puasa dan hipertensi.....	17
2.2 Kerangka Teori.....	19
2.3 Kerangka Konsep.....	20
2.4 Hipotesis.....	20

BAB III. METODE PENELITIAN	21
3.1 Jenis dan Rancangan Penelitian.....	21
3.2 Waktu dan Tempat Penelitian.....	21
3.3 Populasi dan Sampel Penelitian.....	21
3.4 Variabel Penelitian.....	23
3.5 Definisi Operasional.....	23
3.6 Instrumen Penelitian.....	24
3.7 Alur Penelitian.....	24
3.8 Analisis Data.....	26
3.9 Etika Penelitian.....	26
3.10Jadwal Penelitian.....	27
BAB IV. HASIL DAN PEMBAHASAN	
4.1 Hasil.....	28
4.1.1 Gambaran Umum.....	28
4.1.2 Karakteristik Responden.....	28
4.1.3 Deskripsi Data.....	30
4.2 Pembahasan.....	31
4.3 Konsekuensi Penelitian.....	36
4.4 Keterbatasan Penelitian.....	37
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	
5.1 Kesimpulan.....	38
5.2 Saran.....	38
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Tabel Klasifikasi Hipertensi.....	12
Tabel 2. Tabel Karakteristik Responden	28
Tabel 3. Tabel Tekanan Darah <i>Baseline</i>	29
Tabel 4. Tabel Tekanan Darah Setelah dan Sebelum puasa	30



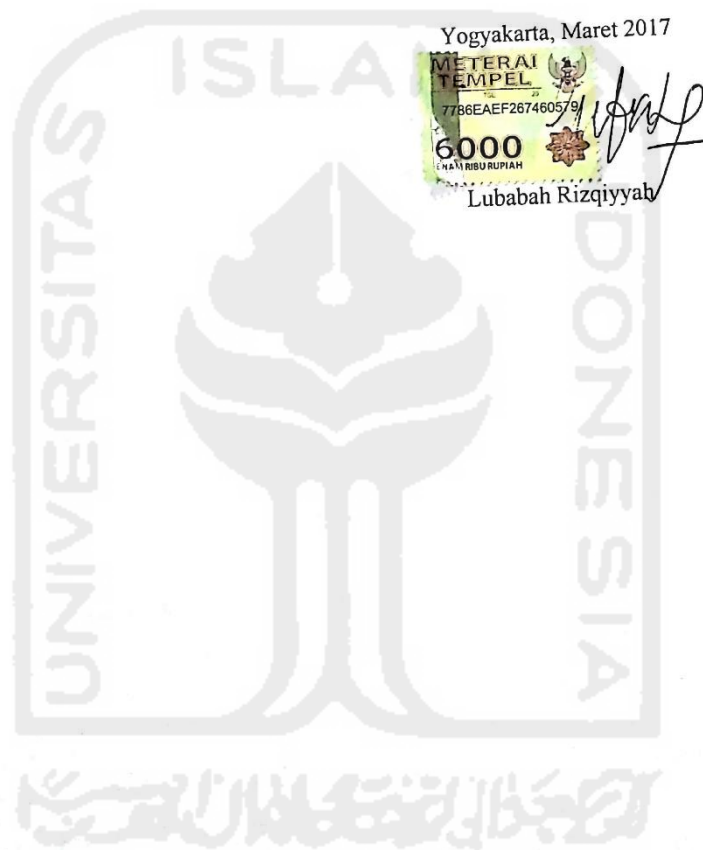
DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Patofisiologi Hipertensi	13
Gambar 2. Patofisiologi Hipertensi	14



PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam Karya Tulis Ilmiah ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan tercantum dalam daftar pustaka.



KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Alhamdulillahirabbil'aalamiin, segala puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah swt atas limpahan rahmat, hidayah serta karunia-Nya, sehingga karya tulis ilmiah dengan judul “Efek Puasa Daud Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Usia Lebih Dari 50 Tahun di Kabupaten Sleman Daerah Istimewa Yogyakarta” dapat diselesaikan dengan baik. Shalawat dan salam penulis haturkan kepada Nabi Muhammad SAW, keluarga, sahabat serta pengikutnya yang kelak akan memberikan syafa'at di hari akhir nanti.

Karya tulis ilmiah ini dapat diselesaikan atas bimbingan, arahan, dukungan serta bantuan dari banyak pihak. Penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. dr. Linda Rosita, M.Kes, Sp.PK selaku dekan Fakultas Kedokteran Universitas Islam Indonesia.
2. dr. Erlina Marfianti, M.Sc, Sp.PD selaku ketua program studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Islam Indonesia.
3. dr. Nur Aisyah Jamil, M.Sc selaku dosen pembimbing karya tulis ilmiah ini, yang telah banyak memberikan bimbingan, dukungan, arahan, masukan serta waktu dalam penyusunan karya tulis ilmiah ini.
4. dr. Titis Nurmasitoh, M.Sc selaku dosen penguji, yang telah banyak memberikan arahan, masukan serta waktu dalam penyusunan karya tulis ilmiah ini.
5. Kedua orang tua yang sangat penulis sayangi yaitu Bapak Syarief Abdullah dan Ibu Cicih Thoyyib, yang telah membesarkan dengan penuh kasih sayang serta mendidik penulis dan memberikan segala bentuk dukungan, motivasi, perhatian, semangat dan do'a kepada penulis.
6. Saudara penulis yaitu, Anah Nurjanah beserta keluarga, Syaima Thoyyibah dan Nadhiroh Thoyyibah yang sangat penulis sayangi, terima kasih atas dukungan dan do'anya.
7. Teman yang terlibat dalam proses pengerjaan karya tulis ilmiah, yang membantu pengambilan data penelitian dan teman satu pembimbing KTI yaitu Aqmarina Firda Izzaturrahmi yang selalu mengingatkan dan memberi semangat dalam proses karya tulis ilmiah ini.

8. Sahabat penulis yaitu Siti Solichatul Makkiyyah, Latifah, M. Farhan Fauzan, Nurfitriyani, Destika Purnama Sari, Halida Hasyati Aima, Husna Nadiyya, Teguh Sulistiyanto, Amelia Kurniawati dan teman-teman lainnya yang tidak dapat penulis sebutkan satu per satu. Semoga kita senantiasa saling mengingatkan dalam kebaikan.
9. Teman-teman seperjuangan angkatan 2013 FK UII, terima kasih atas kebersamaannya selama 3,5 tahun.
10. Pengasuh Ponpes Sunan Pandanaran komplek V yaitu Bapak K.H. Masykur Mohammad dan keluarga. Serta teman-teman Ponpes Sunan Pandanaran komplek V: Latifah, Mbak Rochyati, Rosyda Nur Fauziyah, Azkiya Bariroh, Ulfatul Munawaroh, Indi Nailufar Hamro, Chilfatul Hamidah, Aileen Futzi Nadia, Ar Ruum Andini, Sabella Nailil, Aufa Amalina, Atiya Laila, Mbak Yaya, Eci Adria Sari, Safira Salsabilla, Emma Halim dan dan teman-teman lainnya yang tidak dapat penulis sebutkan satu per satu. Terima kasih atas doa dan semangatnya.
11. Seluruh pihak yang ikut membantu penyelesaian karya tulis ilmiah ini dan tidak dapat penulis sebutkan satu per satu. Terima kasih atas seluruh bantuan yang diberikan pada penulis.

Penulis menyadari bahwa karya tulis ilmiah ini jauh dari kata sempurna, maka penulis menerima kritik dan saran yang membangun. Semoga karya tulis ilmiah ini dapat memberikan manfaat yang baik bagi penulis dan pembaca.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Yogyakarta, Maret 2017

Lubabah Rizqiyah

INTISARI

Latar belakang : Hipertensi merupakan penyakit dengan prevalensi tertinggi pada lansia di Yogyakarta. Pengendalian hipertensi non farmakologi adalah melakukan pola hidup sehat dengan mengurangi *intake* makanan atau mengurangi stress, salah satunya adalah dengan berpuasa.

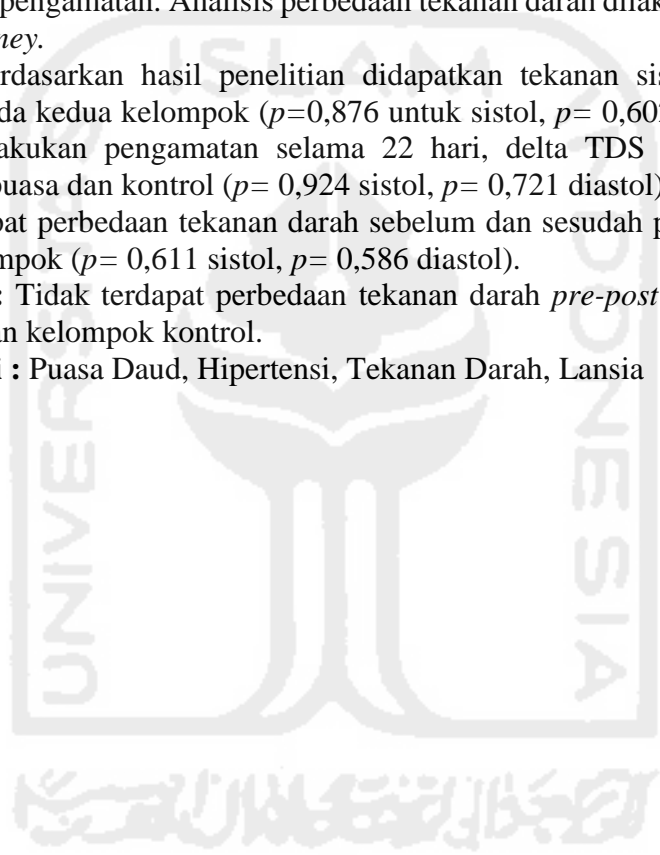
Tujuan : Untuk mengetahui hubungan puasa daud pada kelompok puasa dan kontrol terhadap perbedaan tekanan darah pada usia lebih dari 50 tahun di Kabupaten Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta.

Metode : Penelitian ini merupakan *pre-post control design*, melibatkan 48 lansia >50 tahun sehat (GDS dan Hb normal) yang terbagi dalam 2 kelompok, yaitu yang berpuasa daud 11 kali (22 hari pengamatan) dan kelompok kontrol yang tidak berpuasa daud di Kab. Sleman, DIY. Subjek diukur tekanan darah sebelum dan setelah pengamatan. Analisis perbedaan tekanan darah dilakukan dengan uji *Mann Whitney*.

Hasil : Berdasarkan hasil penelitian didapatkan tekanan sistol dan diastol *baseline* pada kedua kelompok ($p=0,876$ untuk sistol, $p= 0,602$ untuk diastol). Setelah dilakukan pengamatan selama 22 hari, delta TDS dan TDD pada kelompok puasa dan kontrol ($p= 0,924$ sistol, $p= 0,721$ diastol). Demikian pula tidak terdapat perbedaan tekanan darah sebelum dan sesudah puasa daud pada kedua kelompok ($p= 0,611$ sistol, $p= 0,586$ diastol).

Simpulan : Tidak terdapat perbedaan tekanan darah *pre-post* pada kelompok berpuasa dan kelompok kontrol.

Kata kunci : Puasa Daud, Hipertensi, Tekanan Darah, Lansia



ABSTRACT

Background: Hypertension is a disease with the highest prevalence in the elderly in Yogyakarta. One of non-pharmacological control of hypertension is a healthy lifestyle by reducing food intake or reducing stress, one of which is by fasting.

Objective: To determine the relationship of fasting daud in fasting and control group to differences in blood pressure at the age of over 50 years in Sleman, Yogyakarta.

Methods: This study is a pre-post control design, involving 48 elderly >50 years of healthy (Normal glucose and Hb) were divided into two groups, the fasting daud group which is 11 times fasting (22 days of observation) and the control group who did not fast daud in Kab.Sleman, Yogyakarta. Subject measured blood pressure before and after the observation. Analysis of the difference in blood pressure by Mann Whitney test.

Results: Based on the results of systolic and diastolic pressure baseline in both groups ($p = 0.876$ for systolic, $p = 0.602$ for diastolic). After observation for 22 days, delta SBP and DBP in the fasting and the control group ($p = 0.924$ systole, $p = 0.721$ diastole). Similarly, there were no differences in blood pressure before and after fasting daud in both groups ($p = 0.611$ systole, diastole $p = 0.586$).

Conclusions: There were no differences in pre-post fasting daud with blood pressure in fasting and control group.

Keywords: Fasting Daud, Hypertension, Blood Pressure, Elderly.