



**HUBUNGAN ANTARA AKTIVITAS FISIK DAN POLA MAKAN  
TERHADAP KEJADIAN PENYAKIT HIPERTENSI  
DI RUMAH SAKIT ISLAM SULTAN AGUNG  
SEMARANG**

**SKRIPSI**

**Untuk memenuhi persyaratan mencapai Sarjana Keperawatan**

**Oleh:**

**Tia Fitriani  
NIM: 30901501995**

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN  
FAKULTAS ILMU KEPERAWATAN  
UNIVERSITAS ISLAM SULTAN AGUNG  
SEMARANG  
2019**

## SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME

Saya yang bertanda tangan di bawah ini, dengan sebenarnya menyatakan bahwa skripsi saya yang berjudul **“Hubungan Antara Aktivitas Fisik Dan Pola Makan Terhadap Kejadian Penyakit Hipertensi Di Rumah Sakit Islam Sultan Agung Semarang”** saya rangkai tanpa ada tindakan plagiarisme sesuai dengan ketentuan yang sudah di tepatkan oleh Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung Semarang. Dibuktikan oleh uji turnitin dengan hasil 18%, jika dilain hari saya melakukan tindakan plagiarisme saya bertanggung jawab dan siap menerima sanksi yang dijatuhkan oleh Universitas Islam Sultan Agung Semarang kepada saya.

Semarang, Februari .2019

Peneliti,



(Tia Fitriani)



**HUBUNGAN ANTARA AKTIVITAS FISIK DAN POLA MAKAN  
TERHADAP KEJADIAN PENYAKIT HIPERTENSI  
DI RUMAH SAKIT ISLAM SULTAN AGUNG  
SEMARANG**

**SKRIPSI**

**Oleh:**

**Tia Fitriani  
NIM : 30901501995**

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN  
FAKULTAS ILMU KEPERAWATAN  
UNIVERSITAS ISLAM SULTAN AGUNG  
SEMARANG  
2019**

**HALAMAN PERSETUJUAN**

Skripsi berjudul :

**HUBUNGAN ANTARA AKTIVITAS FISIK DAN POLA MAKAN  
TERHADAP KEJADIAN PENYAKIT HIPERTENSI  
DI RUMAH SAKIT ISLAM SULTAN AGUNG  
SEMARANG**

Dipersiapkan dan disusun oleh :

Nama : **Tia Fitriani**

NIM : 30901501995

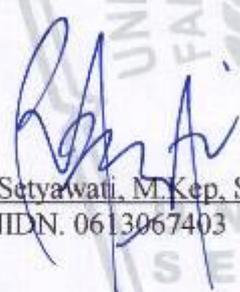
Telah disahkan dan disetujui oleh Pembimbing pada :

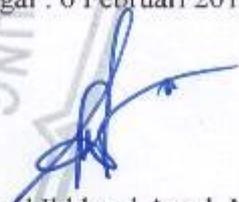
Pembimbing I,

Tanggal : 6 Februari 2019

Pembimbing II,

Tanggal : 6 Februari 2019

  
Ns. Retno Setyawati, M.Kep, Sp.KMB  
NIDN. 0613067403

  
Ns. Ahmad Ikhlasul Amal, MAN  
NIDN. 0605108901

## PALAMAN PENGESAHAN

Skripsi berjudul :

### HUBUNGAN ANTARA AKTIVITAS FISIK DAN POLA MAKAN TERHADAP KEJADIAN PENYAKIT HIPERTENSI DI RUMAH SAKIT ISLAM SULTAN AGUNG SEMARANG

Disusun oleh :

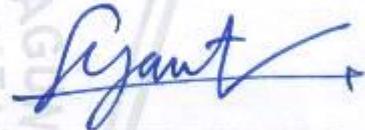
Nama : Tia Fitriani

NIM : 30901501995

Telah dipertahankan di depan dewan penguji pada tanggal 8 Februari 2019 dan dinyatakan telah memenuhi syarat untuk diterima

Penguji I,

Ns. Suyanto, M.Kep., Sp.KMB  
NIDN. 0620068504



Penguji II,

Ns. Retno Setyawati, M.Kep., Sp.KMB  
NIDN. 0613067403



Penguji III,

Ns. Ahmad Ikhlasul Amal, MAN  
NIDN. 0605108901



Mengetahui,  
Dekan Fakultas Ilmu Keperawatan



Iwan Ardian, SKM., M.Kep.  
NIDN. 0622087403

## SURAT PERNYATAAN KEASLIAN

## SURAT PERNYATAAN KEASLIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Tia Fitriani

NIM : 30901501995

Dengan ini saya nyatakan bahwa Karya Tulis Ilmiah yang berjudul

**Hubungan Antara Aktivitas Fisik dan Pola Makan Terhadap Kejadian Penyakit Hipertensi Di Rumah Sakit Islam Sultan Agung Semarang**

Adalah benar hasil karya saya dan penuh kesadaran bahwa saya tidak melakukan tindakan plagiasi atau mengambil alih seluruh atau sebagian besar karya tulis orang lain tanpa menyebutkan sumbernya. Jika saya terbukti melakukan tindakan plagiasi, saya bersedia menerima sanksi sesuai dengan aturan yang berlaku.

Semarang, 8 April 2019



Tia Fitriani

**PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH**  
**PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH**

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Tia Fitriani  
NIM : 30901501995  
Program Studi : S1 Keperawatan  
Fakultas : Ilmu Keperawatan  
Alamat Asal : Jl. Soekarno Hatta, Pekon Sukarami, Kec. Balik Bukit, Kab. Lampung Barat, Provinsi Lampung  
No. HP / Email : 085769465869/tiafitriani22@gmail.com

Dengan ini menyeraikan karya ilmiah berupa Skripsi dengan judul,

**Hubungan Antara Aktivitas Fisik dan Pola Makan Terhadap Kejadian Penyakit Hipertensi Di Rumah Sakit Islam Sultan Agung Semarang**

menyetujuinya menjadi hak milik Universitas Islam Sultan Agung serta memberikan Hak Bebas Royalti Non-eksklusif untuk disimpan, dialihmediakan, dikelola dalam pangkalan data, dan dipublikasikannya di internet atau media lain untuk kepentingan akademis selama tetap mencantumkan nama penulis sebagai pemilik Hak Cipta.

Pernyataan ini saya buat dengan sungguh-sungguh. Apabila dikemudian hari terbukti ada pelanggaran Hak Cipta/Plagiatisme dalam karya ilmiah ini, maka segala bentuk tuntutan hukum yang timbul akan saya tanggung secara pribadi tanpa melibatkan pihak Universitas Islam Sultan Agung.

Semarang, 8 April 2019  
Yang menyatakan,



Tia Fitriani

## **MOTTO DAN PERSEMBAHAN**

### **MOTTO**

*“Kemenangan yang seindah-indahnya dan sesukar-sukarnya yang boleh direbut oleh manusia ialah menundukan diri sendiri”.*

*(Ibu Kartini )*

*“Jangan lihat masa lalu dengan penyesalan; jangan lihat masa depan dengan ketakutan; akan tetapi lihatlah sekitar kita dengan penuh kesadaran”.*

*(Penulis)*

### **PERSEMBAHAN**

Segala puji dan syukur penulis haturkan kepada Allah SWT yang selalu memberi rahmat.

Saya persembahkan karya kecil ini untuk orang-orang yang selalu memberi doa dan mendukung saya :

1. Bapak dan Ibu tercinta, yang telah memberikan do'a, kasih sayang, dan semangat yang tiada henti-hentinya dalam setiap langkahku
2. Sahabat –sahabatku tersayang, Defdi Mulyo, Hadri Sutriatna dan teman-teman satu bimbingan departemen medikal bedah yang selalu mendukung, memberikan semangat dan doa kepada saya
3. Keluarga besar Fakultas Ilmu Keperawatan yang telah membantu dalam pembuatan skripsi ini yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu
4. Almamater Universitas Islam Sultan Agung Semarang yang selalu saya banggakan

## KATA PENGANTAR

*Assalamualaikum warahmatullahi wabarakatuh.*

Puji Syukur peneliti panjatkan kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat, taufiq dan hidayah serta inayah-Nya kepada peneliti sehingga dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Hubungan Antara Aktivitas Fisik Dan Pola Makan Terhadap Kejadian Penyakit Hipertensi Di Rumah Sakit Islam Sultan Agung Semarang ” Peneliti menyadari bahwa dengan selesainya penelitian ini adalah berkat bantuan serta bimbingan dari berbagai pihak. Oleh karena itu perkenankanlah peneliti untuk mengucapkan terimakasih kepada :

1. Ir.Prabowo Setiyawan, M. T., Ph.D, Rektor Universitas Islam Sultan Agung Semarang.
2. Iwan Ardian, SKM, M.Kep., Dekan Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung Semarang.
3. Ns.Tutik Rahayu, M.Kep.,Sp.Kep.Mat., Ketua Progam Studi S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung Semarang.
4. Ns. Retno Setyowati, M.Kep.,Sp.KMB selaku Pembimbing Pertama yang telah memberi bimbingan dan pengarahan dalam menyusun skripsi ini.
5. Ns. Ahmad Ikhlasul Amal., MAN. Selaku pembimbing Kedua yang telah memberikan masukan dan arahan dalam menyusun skripsi ini.
6. Seluruh Dosen pengajar dan Staf Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung Semarang yang telah memberikan bekal ilmu pengetahuan serta bantuan kepada peneliti selama menempuh studi.

7. Keluarga tercinta saya, terutama kepada Bapak Kidam Ariadi dan Ibu Siti Khotimah sebagai kedua orang tua saya tercinta terima kasih atas segala kasih sayang dan pengorbanannya yang telah memberikan do'a serta dukungan moril dan materil.
8. Adik tercinta saya Muhammad Ferdi Yansyah yang telah memberi semangat, dukungan serta doa kepada peneliti dalam penyelesaian skripsi ini.
9. Teman-teman S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung angkatan 2015 yang saling membantu, berbagi ilmu serta sahabat satu perjuangan (Defdi Mulyo, Hadri Sutriatna, dan Anik Lailatul Fitriyah yang saling memberi semangat dalam berjuang selama studi.
10. Semua pihak yang tidak dapat peneliti sebutkan satu per satu, terima kasih atas bantuan dan kerjasamanya yang telah diberikan kepada peneliti.

Dalam penyusunan penelitian ini, peneliti berusaha semaksimal mungkin sesuai dengan kemampuan, dan peneliti menyadari penelitian ini masih jauh dari sempurna, oleh karena itu peneliti mengharapkan kritik dan saran yang membangun dari pembaca guna perbaikan dan penyempurnaan dari penelitian.

*Wassalamualaikum warahmatullahi wabarakatuh.*

Semarang, Februari 2018

Peneliti

Tia Fitriani