

**HUBUNGAN FAKTOR GAYA HIDUP AKTIVITAS FISIK DENGAN
RIWAYAT HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS
SIDOMULYO**

SKRIPSI



**DIAJUKAN OLEH
AYU DIPA SEPTIANE
1911102413080**

**PROGRAM STUDI S1 KESEHATAN MASYARAKAT
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH KALIMANTAN TIMUR**

2023

**Hubungan Faktor Gaya Hidup Aktivitas Fisik dengan Riwayat
Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Sidomulyo**

SKRIPSI

Diajukan sebagai persyaratan untuk memperoleh
Gelar Sarjana Kesehatan Masyarakat



DIAJUKAN OLEH

Ayu Dipa Septiane

1911102413080

**PROGRAM STUDI S1 KESEHATAN MASYARAKAT
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH KALIMANTAN TIMUR
2023**

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Yang Bertanda Tangan dibawah ini :

Nama : Ayu Dipa Septiane
Nim : 1911102413080
Program studi/Peminatan : S1 Kesehatan Masyarakat/ AKK
Judul Skripsi : Hubungan faktor gaya hidup aktivitas fisik dengan riwayat hipertensi di puskesmas sidomulyo

Menyatakan bahwa penelitian yang saya tulis ini benar-benar hasil karya saya sendiri, bukan merupakan pengambilan alihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai tulisan saya atau pikiran saya sendiri.

Samarinda, 12 Juli 2023



Ayu Dipa Septiane
Nim. 1911102413080

LEMBAR PERSETUJUAN
HUBUNGAN FAKTOR GAYA HIDUP AKTIVITAS FISIK DENGAN
RIWAYAT HIPERTENSI DI PUSKESMAS SIDOMULYO

SKRIPSI

DISUSUN OLEH :

AYU DIPA SEPTIANE

1911102413080

Disetujui untuk diujikan


Pada Tanggal, Juli 2023

Mengetahui,
Koordinator Mata Ajar Skripsi,



Lisa Wahidatul Oktaviani, Ph.D
NIDN. 1108108701

Pembimbing


Ainur Rachman, M.Kes
NIDN. 1123058301

LEMBAR PENGESAHAN

HUBUNGAN FAKTOR GAYA HIDUP AKTIVITAS FISIK DENGAN
RIWAYAT HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS
SIDOMULYO

SKRIPSI

DISUSUN OLEH :
Ayu Dipa Septiane
1911102413080

Disetujui dan Diujikan
Pada tanggal, 15 Juli 2023

Penguji I



Mardiana, M.Kes
NIDN. 1109029501

Penguji II




Ainur Rachman, M.Kes
NIDN. 112305801

Mengetahui,
Ketua

Program Studi S1 Kesehatan Masyarakat




Nida Amalia M.PH
NIDN. 1101119301

Hubungan Faktor Gaya Hidup Aktivitas Fisik dengan Riwayat Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Sidomulyo

Ayu Dipa Septiane^{1*}, Ainur Rachman²

¹²Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur, Samarinda, Indonesia.

*Kontak Email: 1911102413080@umkt.ac.id dan ar152@umkt.ac.id

INTISARI

Tujuan Studi: penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antaran Faktor gaya hidup Aktivitas Fisik dengan riwayat hipertensi di puskesmas sidomulyo.

Metodoligi : penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan rancangan case control, data di peroleh menggunakan kuesioner aktivitas fisik (IPAQ). Populasi penelitian ini adalah pasien yang terkena Hipertensi dan pasien yang tidak terkena hipertensi, yang di ambil menggunakan jenis probability sampling. Uji statistic penelitian menggunakan uji *Chis quare*

Hasil : Terdapat Hubungan Antara Aktivitas Fisik dengan Riwayat Hipertensi di peroleh p *value* 0,000

Manfaat : pada penelitian ini disimpulkan bahwa kebanyakan dari penderita ini melakukan Aktivitas fisik sedang, Bentuk dari Aktivitas fisik yang biasa dilakukan responden adalah kegiatan seperti olahraga secara ringan yang merupakan kegiatan sehari hari yang biasa dilakukan di rumah seperti menyapu lantai, berjalan kaki, agar tidak terjadi peningkatan darah atau hipertensi .

Kata Kunci : *Aktivitas fisik, Hipertensi*

***The Relationship between Lifestyle Factors,
Physical Activity with a History of Hypertension in the Sidomulyo Health Center
area***

Ayu Dipa Septiane^{1*}, Ainur Rachman²

¹²Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur, Samarinda, Indonesia.

***Kontak Email: 1911102413080@umkt.ac.id dan ar152@umkt.ac.id**

ABSTRACT

Purpose of study : This study aims to determine whether there is a relationship between Lifestyle factors Physical Activity with a history of hypertension at the Sidomulyo Health Center.

Methodology : This study used quantitative methods with case control design, data obtained using physical activity questionnaires (IPAQ). The population of this study was patients affected by hypertension and patients who were not affected by hypertension, which was taken using a type of probability sampling. Research statistical test using Chis quare test.

Result : There is a Relationship Between Physical Activity and History of Hypertension in the probtained p value of 0.000

Benefit : In this study it was concluded that most of these sufferers do moderate physical activity, a form of physical activity that is usually done Respondents are activities such as light exercise which is a daily activity that is usually done at home such as sweeping the floor, walking, so as not to increase blood or hypertension.

Keywords : Physical activity, Hypertension

KATA PENGANTAR



Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Puji Syukur penulis haturkan atas Kehadirat Allah SWT, shalawat serta salam kepada Nabi Muhammad SAW atas rahmat dan kasih-Nya penulis dapat menyelesaikan Skripsi yang berjudul “**Hubungan Faktor Gaya Hidup Aktivitas Fisik Dengan Riwayat Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Sidomulyo**” yang menjadi salah satu syarat kelulusan sarjana Kesehatan Masyarakat Program Studi Kesehatan Masyarakat Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.

Pada penyusunan proposal ini, penulis mendapat banyak bimbingan dan dukungan dari berbagai pihak. Dengan ini, yang telah memberi bantuan, dorongan, dan motivasi.

penulis ingin mengucapkan terima kasih sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Bambang Setiaji selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.
2. Bapak Ghozali, M.H., M.Kes., Ph.D selaku Dekan Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.
3. Ibunda Sri Sunarti, M.PH selaku Wakil Dekan I Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.
4. Ibu Nida Amalia, M.PH selaku Ketua Program Studi S1 Kesehatan Masyarakat Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.
5. Ibu Lisa Wahidatul Oktaviani, Ph.D selaku Koordinator Mata Ajar Skripsi tahun 2022 Program Studi S1 Kesehatan Masyarakat.
6. Bapak Ainur Rachman, M.Kes selaku Dosen Pembimbing Kolaborasi Dosen Mahasiswa yang telah membimbing dan memberikan ilmu, masukan, serta dukungan kepada penulis hingga proposal ini dapat terselesaikan.

7. Seluruh staf pengajar dan Civitas Akademika Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.
8. Kedua orang tua saya, Bapak Dede Suherman dan Ibu saya, Ai Herlina serta saudara kandung saya, yang menjadi sumber semangat, tak henti memberikan kasih sayang dan dukungan hingga penulis menyelesaikan proposal ini.
9. Kepada teman-teman satu kelompok Kolaborasi Dosen dan Mahasiswa (KDM) yang telah bekerja sama untuk mendapatkan hasil yang maksimal dalam proses pembuatan proposal skripsi.
10. Sahabat-sahabat penulis, Rahmadani Nur, Raudatul Adawiyah, Vijili Kinitaon yang telah selalu menjadi *support system* penulis.
11. Rekan-rekan mahasiswa S1 Kesehatan Masyarakat angkatan 2019 atas kerjasamanya selama menuntut ilmu di Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.

Walaupun penulis telah berusaha dalam menyelesaikan proposal penelitian ini dengan sebaik mungkin, namun penulis menyadari bahwa proposal penelitian memiliki banyak kekurangan. Oleh karenanya, penulis mengharapkan saran dan kritik membangun kepada para pembaca agar dapat menyempurnakan segala kekurangan dalam penyusunan penelitian ini.

Akhir kata, penulis berharap kepada Allah SWT agar membalas segala kebaikan pihak-pihak yang telah membantu penyelesaian penulisan proposal ini.

Samarinda, 15 Juli 2023



Ayu Dipa Septiane
1911102413080

DAFTAR ISI

HALAMAN COVER.....	ii
KEASLIAN PENELITIAN.....	iii
LEMBAR PERSETUJUAN.....	iv
LEMBAR PENGESAHAN.....	v
INTISARI.....	vi
<i>ABSTRACT</i>	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR SINGKATAN.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang Masalah.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	6
1.3 Tujuan Penelitian.....	7
1.4 Manfaat penelitian.....	7
1.5 Kerangka Konsep.....	8
1.6 Hipotesis / pertanyaan penelitian.....	8
BAB II METODE PENELITIAN.....	10
2.1 Desain Penelitian.....	10
2.2 Populasi dan Sampel.....	10
2.3 Waktu dan populasi.....	13
2.4 Definisi Operasional.....	13
2.5 Instrumen Penelitian.....	15
2.6 Prosedur penelitian.....	17
BAB III HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	21
3.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian.....	21
3.2 Hasil Penelitian.....	21
3.3 Pembahasan.....	25

3.4 Keterbatasan Penelitian	33
BAB IV KESIMPULAN DAN IMPLIKASI	35
4.1 Kesimpulan	35
4.2 Saran	35
DAFTAR PUSTAKA.....	37
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Definisi Operasional	14
Tabel 2.2 Uji Validitas	16
Tabel 2.3 Reabilitas statistik aktivitas fisik	17
Tabel 3.1 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Usia di puskesmas Sidomulyo pada bulan Januari, febuari, Maret tahun 2023	22
Tabel 3.2 distribusi Frekuensi responden berdasarkan jenis kelamin di puskesmas Sidomulyo pada bulan Januari,Februari,Maret Tahun 2023 ...	22
Tabel 3.3 distribusi Frekuensi responden berdasarkan Hipertensi di puskesmas Sidomulyo pada bulan Januari,Februari,Maret Tahun 2023 ...	23
Tabel 3.4 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan aktivitas fisik.....	23
Tabel 3.5 Hasil analisis Uji FISHER Hubungan Aktivitas Fisik dengan Hipertensi	24

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1.1 Kerangka Konsep.....	8
---------------------------------	---

DAFTAR SINGKATAN

WHO	: <i>World Health Organization</i>
ASEAN	: <i>Association of Southeast Asian Nations</i>
SIKDA	: Sistem Informasi Kesehatan Daerah
PKM	: Puskesmas
DINKES	: Dinas Kesehatan

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1** *Biodata Peneliti*
- Lampiran 2** *Surat Izin Penelitian*
- Lampiran 3** *Surat Balasan Penelitian*
- Lampiran 4** *Lembar Kuisisioner*
- Lampiran 5** *Output SPSS*
- Lampiran 6** *Jurnal*
- Lampiran 7** *Lembar Konsultasi*
- Lampiran 8** *Dokumentasi Kegiatan*
- Lampiran 9** *Hasil Uji Turnitin*