

## **SKRIPSI**

# **HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK DENGAN TEKANAN DARAH *MEAN ARTERIAL PRESSURE* (MAP) PADA PENDERITA HIPERTENSI DI PUSKESMAS ANDALAS PADANG TAHUN 2023**

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan Pendidikan Strata 1 Keperawatan



Oleh

**FADHILA PUTRI**  
**1914201014**

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN**  
**SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN ALIFAH PADANG**  
**TAHUN 2023**

## PERNYATAAN PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi ini diajukan oleh:

Nama : Fadhila Putri

NIM : 1914201014

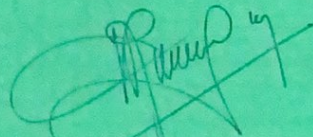
Program Studi : S1 Keperawatan

Judul : Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Tekanan Darah  
*Mean Arterial Pressure (MAP)* Pada Penderita  
Hipertensi Di Puskesmas Andalas Padang Tahun 2023

Telah diseminarkan dan dipertahankan dihadapan Tim Penguji Seminar Hasil  
Program Studi Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Alifah Padang.

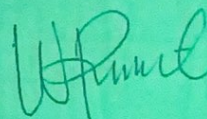
Padang, Juli 2023

Pembimbing I



(Ns.Revi Netqi Ikbal,M.Kep)

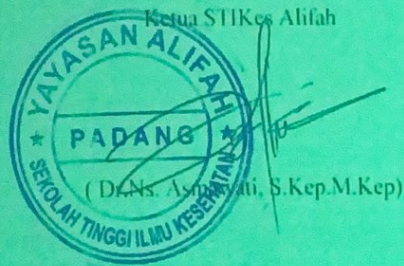
Pembimbing II



(Ns.Willady Rasyid,M.Kep.Sp.Kep MB)

Disahkan oleh

Ketua STIKes Alifah



(Dr.Ns. Asmawati, S.Kep.M.Kep)



## PERNYATAAN PENGUJI

Skripsi ini diajukan oleh:

Nama : Fadhila Putri

NIM : 1914201014

Program Studi : S1 Keperawatan

Judul : **Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Tekanan Darah  
Mean Arterial Pressure (MAP) Pada Penderita  
Hipertensi Di Puskesmas Andalas Padang Tahun 2023.**

Telah diseminarkan dan dipertahankan dihadapan Dewan Penguji Seminar Hasil  
Program Studi Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Alifiah Padang

## DEWAN PENGUJI

Pembimbing I

Ns.Revi Neimi Ikbai,M.Kep

Pembimbing II

Ns.Willady Rasyid,M.Kep,Sp.Kep.MB

Penguji I

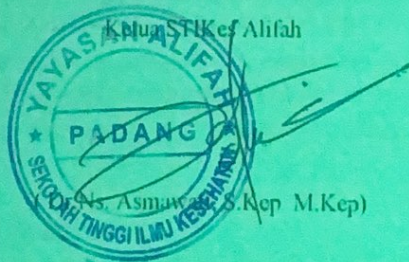
Ns.Hidayatul Rahmi,M.Kep

Penguji II

Ns.Weni Mailita,M.Kep

Disahkan Oleh

KepuastIKes Alifiah



Ns. Asmarwati,S.Kep M.Kep)

## SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN ALIFAH PADANG

Skripsi, Juli 2023

### **Fadhila Putri**

Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Tekanan Darah *Mean Arterial Pressure* (MAP) Pada Penderita Hipertensi Di Puskesmas Andalas Padang Tahun 2023

xiv + 56 halaman + 10 tabel + 2 gambar + 16 lampiran

### **ABSTRAK**

Hipertensi dapat menyebabkan masalah kesehatan yang berdampak kerusakan organ tubuh yang berakibat kecacatan bahkan kematian. Faktor risiko terjadinya hipertensi terkait dengan pola hidup salah satunya yaitu aktivitas fisik, kurangnya aktivitas fisik atau kebiasaan olahraga menyebabkan tekanan darah meningkat melebihi rentang nilai normal 140/90 mmHg, jika dalam waktu lama akan berisiko komplikasi. Selain mengetahui tekanan sistole dan diastole, nilai MAP juga penting untuk diketahui. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan aktivitas fisik dengan tekanan darah *Mean Arterial Pressure* (MAP) pada penderita hipertensi di Puskesmas Andalas Padang tahun 2023.

Jenis penelitian kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi penderita hipertensi yang berobat ke Puskesmas Andalas Padang dari bulan oktober sampai dengan desember 2022 yaitu sebanyak 299 orang dengan jumlah sampel sebanyak 75 responden. Penelitian telah dilakukan pada bulan maret sampai dengan agustus 2023. Pengumpulan data menggunakan kuesioner *baecke questionnaire* dan lembar observasi (pengukuran tekanan darah menggunakan spignomanometer digital), kemudian dianalisis secara univariat dan bivariat dengan uji *Chi-Square* ( $p < 0,05$ ).

Hasil penelitian didapatkan sebagian besar 61 orang (81,3%) tekanan darah *Mean Arterial Pressure* (MAP) dengan stadium 1/ hipertensi ringan dan lebih dari separoh 43 orang (57,3%) aktivitas fisik penderita hipertensi memiliki aktivitas fisik ringan. Ada hubungan aktivitas fisik dengan tekanan darah *Mean Arterial Pressure* (MAP) pada penderita hipertensi di Puskesmas Andalas Padang tahun 2023 dengan  $p\text{ value} = 0,035$ .

Berdasarkan penelitian dilakukan, adanya hubungan aktivitas fisik dengan tekanan darah *Mean Arterial Pressure* (MAP) pada penderita hipertensi. Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai masukan bagi pihak puskesmas agar dapat mengelola aktivitas fisik yang rutin dan terprogram seperti kegiatan yang positif bagi penderita hipertensi karena dapat meningkatkan kesehatan dan mencegah hipertensi.

**Daftar Pustaka : 2019-2022 (33)**

**Kata Kunci : Hipertensi, Tekanan Darah MAP, dan Aktivitas Fisik**

## **SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN ALIFAH PADANG**

*Scription, July 2023*

***Fadhila Putri***

*The Relationship Between Physical Activity and Blood Pressure of Mean Arterial Pressure (MAP) in Hypertention Patients at the Andalas Padang Health Center in 2023*

*xiv + 56 pages + 10 tables + 2 pictures + 16 attachments*

### **ABSTRACT**

*Hypertension can cause health problems that affect organ damage resulting in disability and even death. The risk factors for hypertension are related to lifestyle, one of which is physical activity, lack of physical activity or exercise habits causing blood pressure to increase beyond the normal value range of 140/90 mmHg, if it takes a long time there will be a risk of complications. Apart from knowing the systolic and diastolic pressure, the MAP value is also important to know. The purpose of this study was to determine the relationship between physical activity and Mean Arterial Pressure (MAP) blood pressure in hypertensive patients at the Andalas Padang Health Center in 2023.*

*This type of quantitative research with a cross sectional approach. The population of hypertension sufferers who went to Andalas Padang Health Center from October to December 2022 was 299 people with a total sample of 75 respondents. The study was conducted from March to August 2023. Data were collected using the Baecke questionnaire and observation sheet (blood pressure measurement using a digital spignomanometer), then analyzed univariately and bivariately with the Chi-Square test ( $p < 0.05$ ).*

*The results of the study showed that most of the 61 people (81.3%) with blood pressure Mean Arterial Pressure (MAP) with stage 1/mild hypertension and more than half of the 43 people (57.3%) with physical activity with hypertension had mild physical activity. There is a relationship between physical activity and Mean Arterial Pressure (MAP) blood pressure in hypertensive patients at the Andalas Padang Health Center in 2023 with a  $p$  value = 0.035.*

*Based on the research conducted, there is a relationship between physical activity and blood pressure Mean Arterial Pressure (MAP) in patients with hypertension. The results of this study can be used as input for the puskesmas to be able to manage routine and programmed physical activities such as positive activities for people with hypertension because they can improve health and prevent hypertension.*

***References : 2019-2022 (33)***

***Keywords : Hypertension, Blood Pressure MAP, and Physical Activities***