

SKRIPSI

**HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK LANSIA DENGAN HIPERTENSI
DI PUSKESMAS LUBUK KILANGAN KOTA PADANG
TAHUN 2024**

Diajukan sebagai salah satu untuk menyelesaikan
Pendidikan Strata I Keperawatan



Oleh

RESTI MELANI

2014201032

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN ALIFAH PADANG
TAHUN 2024**

PERNYATAAN PERSETUJUAN

PERNYATAAN PERSETUJUAN

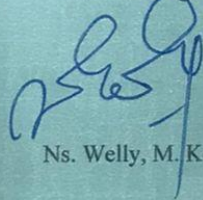
Skripsi ini diajukan oleh:

Nama : Resti Melani
NIM : 2014201032
Program Studi : S1 Keperawatan
Judul : Hubungan Aktivitas Fisik Lansia Dengan Hipertensi Di
Puskesmas Lubuk Kilangan Kota Padang Tahun 2024

Telah berhasil dipertahankan dihadapan Tim Penguji Seminar Hasil Skripsi pada
Program Studi Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Alifah Padang.

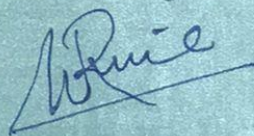
Padang, Agustus 2024

Pembimbing I



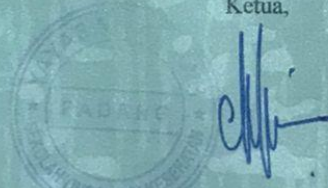
Ns. Welly, M. Kep

Pembimbing II



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

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Alifah Padang
Ketua,



Dr. Fanny Ayudia, M. Biomed

PERNYATAN PENGUJI

PERNYATAN PENGUJI

Skripsi ini diajukan oleh:

Nama : Resti Melani

NIM : 2014201032

Program Studi : S1 Keperawatan

Judul : Hubungan Aktivitas Fisik Lansia Dengan Hipertensi Di
Puskesmas Lubuk Kilangan Kota Padang Tahun 2024

Telah berhasil di pertahankan di hadapan dewan penguji seminar hasil pada
Program Studi Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Alifah Padang.

DEWAN PENGUJI

Pembimbingan I

Ns. Welly, M. Kep

Pembimbing II

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

Penguji I

Dr. Eri Wahyudi, M. Kes

Penguji II

Ns. Amelia Susanti, M. Kep., Sp. Kep. J

Disahkan Oleh

Ketua STIKes Alifah

Dr. Fanny Ayudia, M. Biomed

SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN ALIFAH PADANG

Skripsi, Juli 2024

Resti Melani

Hubungan Aktivitas Fisik Lansia dengan Hipertensi Di Puskesmas Lubuk Kilangan Kota Padang Tahun 2024

xii + 49 Halaman + 9 Tabel + 2 Gambar + 12 Lampiran

ABSTRAK

lansia yang mengalami hipertensi (tekanan darah tinggi) kemungkinan besar akan terjadi banyak gangguan dalam melakukan aktivitas fisik dalam kehidupan sehari - hari. Aktivitas fisik yang kurang pada lansia dapat meningkatkan resiko seseorang untuk mengalami hipertensi. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui adakah Hubungan Aktivitas Fisik Lansia dengan Hipertensi di Puskesmas Lubuk Kilangan Kota Padang Tahun 2024.

Jenis penelitian ini kuantitatif dengan desain *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah 658 lansia. Pengumpulan data telah di lakukan pada tanggal 6 Juni -11 Juni 2024 dengan teknik pengambilan sampel menggunakan *accidental sampling* sebanyak 87 lansia dengan menggunakan pengisian kuesioner, kemudian data dianalisis univariat dan bivariat menggunakan *Uji Chi Square* dengan *p-value* <0,05.

Hasil penelitian ini lebih dari separoh (60,9%) lansia memiliki aktivitas fisik kurang, lebih dari separoh (78,2%) lansia yang mengalami Hipertensi dan lansia dengan aktivitas fisik yang kurang pada lansia dengan hipertensi sebanyak (67,6%) lansia. Penelitian ini menunjukkan bahwa ada hubungan Aktivitas Fisik Lansia dengan Hipertensi di Puskesmas Lubuk Kilangan Kota Padang Tahun 2024 dengan (*p-value* = 0,019).

Kesimpulan penelitian ini ada hubungan aktivitas fisik lansia dengan hipertensi di Puskesmas Lubuk Kilangan Kota Padang Tahun 2024. Hasil penelitian ini dapat di gunakan sebagai bahan masukan bagi pihak Puskesmas untuk pertimbangan bagi praktisi maupun institusi tempat penelitian mengenai hubungan aktifitas fisik lansia dengan hipertensi di Puskesmas Lubuk Kilangan Kota Padang.

Daftar Pustaka : 33 (2007-2023)

Kata Kunci : Lansia, Aktivitas Fisik, Hipertensi

SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN ALIFAH PADANG

Skripsi, Juli 2024

Resti Melani

The Relationship Between Physical Activity in the Elderly and Hypertension at the Lubuk Kilangan Community Health Center, Padang City in 2024

xii + 49 Pages + 9 Tables + 2 Figures + 12 Attachments

ABSTRACT

Elderly people with hypertension (high blood pressure) are likely to experience many disturbances in carrying out physical activities in daily life. Lack of physical activity in the elderly can increase a person's risk of developing hypertension. The purpose of this study was to determine whether there was a Relationship between Elderly Physical Activity and Hypertension at the Lubuk Kilangan Health Center, Padang City in 2024.

This type of research is quantitative with a cross-sectional design. The population in this study was 658 elderly people. Data collection was carried out on June 6-11, 2024 with a sampling technique using accidental sampling of 87 elderly people using questionnaires, then the data was analyzed univariately and bivariately using the Chi Square Test with a p-value <0.05.

The results of this study are more than half (60.9%) of the elderly have less physical activity, more than half (78.2%) of the elderly who experience hypertension and elderly with less physical activity in the elderly with hypertension as many as (67.6%) elderly people. This study shows that there is a relationship between Elderly Physical Activity and Hypertension at the Lubuk Kilangan Health Center, Padang City in 2024 with (p-value = 0.019).

The conclusion of this study is that there is a relationship between elderly physical activity and hypertension at the Lubuk Kilangan Health Center, Padang City in 2024. The results of this study can be used as input for the Health Center for consideration for practitioners and institutions where research is carried out regarding the relationship between elderly physical activity and hypertension at the Lubuk Kilangan Health Center, Padang City.

Bibliography : 33 (2007-2023)

Keywords : Elderly, Physical Activity, Hypertension