



**HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK, STRESS DAN INDIKATOR
ANTROPOMETRI OBESITAS TERHADAP KEJADIAN HIPERTENSI
PADA LANSIA PEREMPUAN DI UPT PUSKESMAS CINERE
TAHUN 2017**

SKRIPSI

**DESSY INTANDEWI ADE ANGGRAENI
1310714074**

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL "VETERAN" JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI S-1 ILMU GIZI
2017**



**HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK, STRESS DAN INDIKATOR
ANTROPOMETRI OBESITAS TERHADAP KEJADIAN HIPERTENSI
PADA LANSIA PEREMPUAN DI UPT PUSKESMAS CINERE
TAHUN 2017**

SKRIPSI

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar
Sarjana Gizi**

**DESSY INTANDEWI ADE ANGGRAENI
1310714074**

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL "VETERAN" JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI S-1 ILMU GIZI
2017**

PERNYATAAN ORISINALITAS

Skripsi ini adalah karya sendiri, dan semua sumber yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Nama : Dessy Intandewi Ade Anggraeni

NRP : 1310714074

Tanggal : 7 Juli 2017

Bilamana dikemudian hari ditemukan ketidaksesuaian dengan pernyataan saya ini, maka saya bersedia dituntut dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Jakarta, 7 Juli 2017

Yang Menyatakan



(Dessy Intandewi Ade Anggraeni)

**PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai civitas akademik Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta, saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Dessy Intandewi Ade Anggraeni
NRP : 1310714074
Fakultas : Ilmu Kesehatan
Program Studi : S1 Ilmu Gizi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta Hak Bebas Royalti Non eksklusif (*Non-Exclusive Royalty Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul:

**HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK, STRESS DAN INDIKATOR
ANTROPOMETRI OBESITAS TERHADAP KEJADIAN HIPERTENSI
PADA LANSIA PEREMPUAN DI UPT PUSKESMAS CINERE
TAHUN 2017**

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti ini Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat dan mempublikasikan Skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Jakarta

Pada Tanggal : 7 Juli 2017

Yang Menyatakan



(Dessy Intandewi Ade Anggraeni)

PENGESAHAN

Skripsi diajukan oleh :

Nama : Dessy Intandewi Ade Anggraeni
NRP : 1310714074
Program Studi : S1 Ilmu Gizi
Judul Skripsi : Hubungan Aktivitas Fisik, Stress dan Indikator Antropometri Obesitas Terhadap Kejadian Hipertensi Pada Lansia Perempuan di UPT Puskesmas Cinere Tahun 2017

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Tim Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar S.Gz pada Program Studi S1 Ilmu Gizi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta.



Iin Fatmawati, S.Gz, MPH
Ketua Penguji



Nanang Nasrulloh, S.TP, M.Si
Penguji I



Firlia Ayu Arini, MKM
Penguji II (Pembimbing)



Desak Nyoman Sithi, SKp. MARS
Dekan FIKES



Ikha Deviyanti Puspita, S.Gz, RD, MKM
Ka. Prodi S1 Ilmu Gizi

Ditetapkan di : Jakarta

Tanggal Ujian : 07 Juli 2017

HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK, STRESS DAN INDIKATOR ANTROPOMETRI OBESITAS TERHADAP KEJADIAN HIPERTENSI PADA LANSIA PEREMPUAN DI UPT PUSKESMAS CINERE TAHUN 2017

Dessy Intandewi Ade Anggraeni

Abstrak

Hipertensi merupakan suatu gangguan pada pembuluh darah yang mengakibatkan suplai oksigen dan nutrisi yang dibawa oleh darah terhambat sampai ke jaringan tubuh yang membutuhkannya. Lansia perempuan merupakan kelompok usia yang berisiko menderita hipertensi. Terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi terjadinya hipertensi seperti aktivitas fisik, stress, IMT, dan RLPP. Tujuan penelitian ini yaitu untuk menganalisis hubungan antara aktivitas fisik, stress dan indikator antropometri obesitas (IMT dan RLPP) dengan kejadian hipertensi pada lansia perempuan di UPT Puskesmas Cinere Tahun 2017. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah *cross sectional*. Pengambilan sampel menggunakan cara kluster sampling dengan besar sampel 66 responden. Instrumen yang digunakan adalah tensimeter digital, timbangan digital, *microtoise*, dan kuesioner. Analisis bivariat menggunakan uji chi-square. Hasil penelitian menunjukkan 71,2% lansia mengalami hipertensi. Hasil analisis bivariat menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara aktivitas fisik ($p=0,031$), IMT ($p=0,003$) dan RLPP ($p=0,001$) dengan kejadian hipertensi. Kesimpulan dalam penelitian ini yaitu terdapat hubungan yang signifikan antara aktivitas fisik, IMT dan RLPP dengan kejadian hipertensi.

Kata kunci : Aktivitas Fisik, Hipertensi, IMT, Lansia, RLPP.

THE CORRELATION OF PHYSICAL ACTIVITY, STRESS AND ANTROPOMETRY INDICATOR OF OBESITY AGAINST THE INCIDENCE OF HYPERTENSION ELDERLY WOMEN IN UPT PUSKESMAS CINERE

Dessy Intandewi Ade Anggraeni

Abstract

Hypertension was a disorder of the blood vessels that result in the supply of oxygen and nutrients carried by the blood obstructed to the body tissues that require it. Elderly women were age groups who were at risk of suffering from hypertension. There were several factors that influence the occurrence of hypertension such as physical activity, stress, BMI, and RLPP. The purpose was to analyzed correlation between physical activity, stress and obesity anthropometry indicator (BMI and waist-hip ratio) with hypertension incidence among elderly women at UPT Puskesmas Cinere 2017. The method of the study was cross sectional. Sampling was done by cluster sampling with sample obtained of 66 respondents, The instruments used were digital tension meters, digital scales, microtoise, and questionnaires. Bivariate analysis by chi-square test. The results showed 71,2% of the elderlys were hypertension. Bivariate analysis showed that there were significant correlation between physical activity ($p = 0,031$), BMI ($p = 0,003$) and Waist-Hip Ratio ($p = 0,001$) with hypertension occurrence. The conclusion there were significant correlation between physical activity, BMI and Waist-Hip Ratio with hypertension occurrence.

Keywords: BMI, Elderly, Hypertension, Physical Activity, Waist-Hip Ratio.

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT atas segala karunia-Nya sehingga skripsi ini berhasil diselesaikan. Judul yang dipilih dalam penelitian ini yang dilaksanakan sejak Mei 2017 ini adalah “Hubungan Aktivitas Fisik, Stress dan Indikator Antropometri Obesitas terhadap Kejadian Hipertensi pada Lansia Perempuan di UPT Puskesmas Cinere Tahun 2017”. Terima kasih penulis ucapkan kepada Ibu Firlia Ayu Arini, MKM dan Bapak Nanang Nasrulloh, S.TP, M.Si selaku dosen pembimbing yang telah banyak memberikan saran yang sangat bermanfaat.

Disamping itu, ucapan terima kasih juga disampaikan kepada Bapak (Alm) Ade Rohman (ayah) dan Ibu Sri Sudarni (ibu) serta seluruh keluarga yang tidak henti-hentinya memberikan penulis semangat dan doa. Penulis juga sampaikan terima kasih kepada teman-teman yang telah membantu dalam penulisan skripsi ini.

Jakarta, 7 Juli 2017

Penulis

Dessy Intandewi Ade Anggraeni

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERNYATAAN ORISINALITAS	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	iii
PENGESAHAN	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACK	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii
BAB I PENDAHULUAN	1
I.1 Latar Belakang.....	1
I.2 Tujuan	4
I.3 Rumusan Masalah.....	4
I.4 Manfaat Penelitian	5
I.5 Hipotesis	5
I.6 Ruang Lingkup	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	7
II.1 Hipertensi	7
II.2 Lanjut Usia	16
II.3 Indikator Antropometri Obesitas	19
BAB III METODE PENELITIAN.....	25
III.1 Waktu dan Tempat Penelitian	25
III.2 Desain Penelitian.....	25
III.3 Populasi & Sampel.....	25
III.4 Teknik Pengumpulan Data.....	27
III.5 Manajemen Data	34
III.6 Analisis Data	34
III.7 Etika Penelitian	35
III.8 Definisi Operasional.....	37
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	39
IV.1 Gambaran Umum Wilayah Kerja UPT Puskesmas Cinere.....	39
IV.2 Analisis Univariat	40
IV.3 Analisis Bivariat.....	45
IV.4 Keterbatasan Penelitian.....	54
BAB V PENUTUP.....	56
V.1 Kesimpulan	56
V.2 Saran.....	56

DAFTAR PUSTAKA	58
RIWAYAT HIDUP	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1	Klasifikasi Tekanan Darah Menurut JNC VII	10
Tabel 2	Kategori Ambang Batas IMT	21
Tabel 3	Klasifikasi IMT	21
Tabel 4	Klasifikasi RLPP	22
Tabel 5	Skor Berdasarkan Jenis Pekerjaan	30
Tabel 6	Skor Jawaban Responden Mengenai Indeks Pekerjaan	30
Tabel 7	Skor Berdasarkan Intensitas Olahraga	31
Tabel 8	Skor Berdasarkan Lamanya Berolahraga	31
Tabel 9	Skor Berdasarkan Proporsi Olahraga	31
Tabel 10	Skor Jawaban Responden Mengenai Indeks Berolahraga	32
Tabel 11	Skor Jawaban Responden Mengenai Waktu Luang	32
Tabel 12	Skor Berdasarkan Waktu Bersepeda/Berjalan	32
Tabel 13	Penilaian Tingkat Stress	33
Tabel 14	Kategori Ambang Batas IMT	33
Tabel 15	Kategori RLPP	34
Tabel 16	Definisi Operasional	37
Tabel 17	Distribusi Hipertensi	41
Tabel 18	Distribusi Aktivitas Fisik	42
Tabel 19	Distribusi Tingkat Stress	42
Tabel 20	Distribusi IMT	43
Tabel 21	Distribusi RLPP	44
Tabel 22	Rekapitulasi Hasil Univariat	44
Tabel 23	Hubungan Aktivitas Fisik dengan Hipertensi	45
Tabel 24	Hubungan Stress dengan Hipertensi	48
Tabel 25	Hubungan IMT dengan Hipertensi	50
Tabel 26	Hubungan RLPP dengan Hipertensi	52
Tabel 27	Rekapitulasi Hasil Bivariat	54

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1	Kerangka Teori.....	23
Gambar 2	Kerangka Konsep	24

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Surat Permohonan Izin Penelitian
- Lampiran 2 Surat Rekomendasi Kesbangpol
- Lampiran 3 Surat Persetujuan Puskesmas
- Lampiran 4 Surat Pernyataan Peneliti
- Lampiran 5 Surat Izin Penelitian Dinas Kesehatan
- Lampiran 6 Surat Izin Permohonan Ethical Clearance
- Lampiran 7 Surat Persetujuan Etik
- Lampiran 8 Kuesioner Penelitian
- Lampiran 9 Berita Acara Komprehensif
- Lampiran 10 Dokumentasi