

**HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK, KONSUMSI NATRIUM DAN STATUS
MEROKOK DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI PADA USIA DEWASA MUDA
(Studi di Wilayah Kerja Puskesmas Tamansari Kota Tasikmalaya)**

SKRIPSI

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Mencapai Gelar Sarjana Kesehatan
Masyarakat dengan Peminatan Epidemiologi



Oleh :
ONIK RUSMIYATI
154101003

**PROGRAM STUDI KESEHATAN MASYARAKAT
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSIAS SILIWANGI
TASIKMALAYA
2019**

© 2019

Hak cipta ada pada penulis


HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi Ini Telah Siap Untuk Dipertahankan Dihadapan Tim Penguji Skripsi
Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Siliwangi Tasikmalaya

Tasikmalaya, 29 Juli 2019

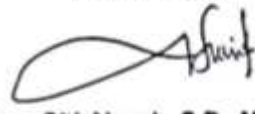
Disetujui

Pembimbing I



Nurlina, SKM, M.kes.
NIDN. 0415077601

Pembimbing II



Iseu Siti Aisyah, S.P., M.Kes.
NIP. 198006242015042002

HALAMAN PENGESAHAN

Judul : Hubungan Aktivitas Fisik, Konsumsi Natrium, dan Status Merokok dengan Kejadian Hipertensi Pada Usia Dewasa Muda (Studi di Wilayah Kerja Puskesmas Tamansari Kota Tasikmalaya)

Disusun Oleh : Onik Rusmiyati

Telah dipertahankan dihadapan tim penguji pada tanggal 9 Agustus 2019 dan telah diperbaiki sesuai dengan masukan dari tim penguji.

Tasikmalaya, Agustus 2019

Pembimbing I



Nurlina, SKM., M.Kes.
NIDN. 0415077601

Pembimbing II



Iseu Siti Aisyah, S.P., M.Kes.
NIP. 198006242015042002

Penguji I




Andik Setiyono, S.KM., M.Kes.
NIDN. 0406027401

Penguji II



H. Yuldan Faturahman, SKM., M.Kes.
NIDN. 0413068102

Mengetahui
Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan



Dr. Asep Suryana Abdurrahmat, S.Pd., M.Kes.
NIP. 196904231994031003

HALAMAN PERSEMBAHAN

Untukmu Kedua Orang Tuaku ,

Terimakasih telah memberi kepercayaan kepada anakmu ini untuk menuntut ilmu jauh dari kampung halaman dan akhirnya saat ini selesai sudah masa-masa itu.

Skripsi ini kupersembahkan untuk kalian sebagai ucapan rasa terimakasih ku kepada kalian, atas doa-doa terbaik, pengorbanan, jerih payah dan dukungan penuh untukku.

Kalianlah satu-satunya motivasiku untuk segera menyelesaikan skripsi ini, terutama mamak yang selalu mengingatkan untuk segera menyelesaikan skripsi, agar tidak perlu bayar UKT lagi hehe

Terima atas cinta kasih kalian

I love u mak pak...

DAFTAR RIWAYAT HIDUP



Nama : Onik Rusmiyati
NPM : 154101003
Tempat/Tanggal Lahir : Sukabumi, 3 Maret 1997
Jenis Kelamin : Perempuan
Agama : Islam
Alamat : RT/RW 003/003 Kampung Bumiharjo, Kecamatan
Buay Bahuga, Kabupaten Way Kanan, Provinsi
Lampung
Email : rusmiationik@gmail.com

Riwayat Pendidikan :

TK : TK PGRI Sukabumi (2002-2003)
SD : SDN 01 Bumiharjo (2003-2009)
SMP : SMPN 1 Buay Bahuga (2009-2012)
SMA : SMAN 1 Belitang (2012-2015)
PT : Kesehatan Masyarakat, Fakultas Ilmu Kesehatan,
Universitas Siliwangi (2015-2019)

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadiran Allah swt. Karena berkat rahmat dan hidayah-Nya penulis telah menyelesaikan skripsi dengan judul “Hubungan Aktivitas Fisik, Konsumsi Natrium, dan Status Merokok dengan Kejadian Hipertensi Pada Usia Dewasa Muda (Studi di Wilayah Kerja Puskesmas Tamansari Kota Tasikmalaya)”. Skripsi ini disusun untuk memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Sarjana Kesehatan Masyarakat Universitas Siliwangi Tasikmalaya. Pada kesempatan yang baik ini penulis mengucapkan terimakasih kepada:

1. Ibu Nurlina, SKM.,M.kes selaku pembimbing I yang telah memberikan bimbingan dan arahan dalam dalam menyusun skripsi.
2. Ibu IseuSiti Aisyah, S.P., M.Kes. selaku pembimbingII yang telah memberikan bimbingan dan arahan dalam dalam menyusun skripsi.
3. Orang tua penulis yang selalu mendukung dan memberi semangat kepada penulis selama penyusunan skripsi
4. Seluruh dosen dan staf di Fakultas Ilmu Kesehatan yang telah membantu dalam proses penyusunan skripsi,
5. Riska Novianti, Siti Shafira, Lintang Dita Karinadan teman-temanku lainnya yang telah membantu penyusunan skripsi ini,
6. Semua pihak yang telah membantu dalam menyelesaikan skripsi,

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa skripsi ini sangat jauh dari kesempurnaan. Oleh karena itu, penulis mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun agar dalam pembuatan laporan berikutnya dapat lebih baik lagi. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi penulis danpembaca.

Tasikmalaya, 29 Juli 2019

Penulis

ABSTRAK

ONIK RUSMIYATI

HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK, KONSUMSI NATRIUM, DAN STATUS MEROKOK DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI PADA USIA DEWASA MUDA (Studi di Wilayah Kerja Puskesmas Tamansari Kota Tasikmalaya)

Hipertensi adalah salah satu penyakit tidak menular yang terjadi apabila ada suatu peningkatan tekanan darah sistolik ≥ 140 mmHg atau tekanan darah diastolik ≥ 90 mmHg. Data WHO 2015 menunjukkan sekitar 1,13 miliar orang di dunia menderita Hipertensi, yang artinya 1 dari 3 orang di dunia terdiagnosis menderita Hipertensi. Kasus penderita hipertensi di Puskesmas Tamansari selama tiga tahun terakhir juga selalu mengalami peningkatan, yaitu pada tahun 2016 sebanyak 336 kasus, 2017 sebanyak 601 kasus dan 2018 sebanyak 931 kasus. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan aktivitas fisik, konsumsi natrium dan status merokok dengan kejadian hipertensi pada usia dewasa muda di wilayah kerja Puskesmas Tamansari kota Tasikmalaya 2019. Jenis penelitian yang digunakan adalah analitik dengan menggunakan pendekatan *Case Control*. Populasi kasus dalam penelitian ini orang yang tercatat sebagai pasien rawat jalan hipertensi berusia 18-40 tahun di Puskesmas Tamansari pada pada 2018 sampai Mei 2019 dan tinggal di wilayah kerja Puskesmas yaitu sebanyak 108 orang. Sampel Kelompok kasus dalam penelitian ini adalah orang yang menderita hipertensi berusia 18-40 tahun dan terdata sebagai pasien rawat jalan di Puskesmas Tamansari sebanyak 51 orang. Pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sample*. Hasil penelitian ini adalah terdapat hubungan antara aktivitas fisik dengan kejadian hipertensi (OR = 6,1). Ada hubungan antara konsumsi natrium dengan kejadian hipertensi (OR = 2,435), dan tidak ada hubungan antara status merokok dengan kejadian hipertensi dewasa muda di Wilayah Kerja Puskesmas Tamansari 2019. Saran untuk peneliti selanjutnya yaitu meneliti hubungan konsumsi lemak dengan kejadian hipertensi.

Kata kunci : hipertensi, aktivitas fisik, natrium, merokok

ABSTRACT

ONIK RUSMIYATI

**RELATIONSHIP OF PHYSICAL ACTIVITIES, SODIUM CONSUMPTION, AND
SMOKING STATUS WITH HYPERTENSION EVENTS IN YOUNG ADULTS
(Study in the Work Area of Tamansari Health Center in Tasikmalaya City)**

Hypertension is a non-communicable disease that occurs when there is an increase in systolic blood pressure ≥ 140 mmHg or diastolic blood pressure ≥ 90 mmHg. WHO 2015 data shows that around 1.13 billion people in the world suffer from hypertension, which means that 1 in 3 people in the world are diagnosed with hypertension. Cases of hypertension sufferers in Tamansari Health Center during the last three years also always increase, in 2016 as many as 336 cases, 2017 as many as 601 cases and 2018 as many as 931 cases. The purpose of this study was to determine the relationship of physical activity, sodium consumption and smoking status with the incidence of hypertension in young adults in the area of Tamansari Health Center in Tasikmalaya 2019. The type of research used was analytic using the Case Control approach. The case population in this study was recorded as hypertensive outpatients aged 18-40 years at the Tamansari Community Health Center in 2018 until May 2019 and living in the working area of the Community Health Center as many as 108 people. Sample The case group in this study were people suffering from hypertension aged 18-40 years old and recorded as outpatients in Tamansari Health Center as many as 51 people. Sampling using a purposive sample technique. The results of this study are that there is a relationship between physical activity and the incidence of hypertension (OR = 6.1). There is a relationship between sodium consumption and the incidence of hypertension (OR = 2,435), and there is no relationship between smoking status and the incidence of hypertension in young adults in Tamansari Health Center 2019 Work Area. Suggestions for further researchers is to examine the relationship of fat consumption with the incidence of hypertension.

Keywords: hypertension, physical activity, sodium, smoking

DAFTAR ISI

| | Halaman |
|--|-------------|
| HALAMAN JUDUL | i |
| HALAMAN HAK CIPTA | ii |
| HALAMAN PERSETUJUAN | iii |
| HALAMAN PENGESAHAN | iv |
| HALAMAN PERSEMBAHAN | v |
| DAFTAR RIWAYAT HIDUP | vi |
| KATA PENGANTAR | vii |
| ABSTRAK | vii |
| ABSTRACT | ix |
| DAFTAR ISI | x |
| DAFTAR TABEL | xiii |
| DAFTAR GAMBAR | xv |
| DAFTAR LAMPIRAN | xvi |
| BAB I PENDAHULUAN | |
| A. Latar Belakang | 1 |
| B. Rumusan Masalah | 5 |
| C. Tujuan Penelitian | 5 |
| D. Ruang Lingkup | 6 |
| E. Manfaat Penelitian | 7 |
| BAB II TINJAUAN PUSTAKA | |
| A. Hipertensi..... | 8 |
| 1. Definisi | 8 |
| 2. Klasifikasi | 9 |
| 3. Jenis Hipertensi..... | 10 |
| 4. Gejala..... | 10 |
| 5. Komplikasi..... | 11 |
| 6. Penatalaksanaan Hipertensi..... | 14 |
| 7. Pencegahan | 15 |
| B. Faktor-faktor Risiko Hipertensi | 16 |
| 1. Faktor yang Dapat Diubah..... | 16 |
| a. Usia | 16 |

| | |
|---|----|
| b. Jenis Kelamin | 17 |
| c. Riwayat Keluarga | 17 |
| 2. Faktor yang Tidak Dapat Diubah | 18 |
| a. Tingkat Stres | 18 |
| b. Aktivitas Fisik..... | 22 |
| c. Obesitas Sentral | 26 |
| d. Konsumsi Garam..... | 28 |
| e. Status Merokok..... | 32 |
| f. Konsumsi Kopi..... | 33 |
| g. Konsumsi Alkohol | 34 |
| h. Penggunaan Pil KB..... | 34 |
| i. Konsumsi Lemak Lebih..... | 35 |
| C. Usia Dewasa Muda | 35 |
| D. Kerangka Teori..... | 38 |
| BAB III METODE PENELITIAN | |
| A. Kerangka Konsep..... | 39 |
| B. Hipotesis Penelitian..... | 40 |
| C. Variabel Penelitian | 40 |
| 1. Variabel Terikat | 40 |
| 2. Variabel Bebas..... | 40 |
| 3. Variabel Luar..... | 40 |
| D. Definisi Operasional | 42 |
| E. Metode Penelitian..... | 43 |
| F. Populasi dan Sampel..... | 43 |
| 1. Populasi | 43 |
| 2. Sampel..... | 44 |
| 3. Besar Sampel..... | 44 |
| 4. Metode Pengambilan Sampel..... | 46 |
| 5. Kriteria Sampel..... | 47 |
| G. Teknik Pengumpulan Data | 48 |
| 1. Instrumen Penelitian..... | 48 |
| 2. Cara Pengumpulan Data | 49 |
| H. Prosedur Penelitian..... | 56 |
| I. Pengolahan dan Analisis Data..... | 57 |

| | |
|---|----|
| 1. Pengolahan Data..... | 57 |
| 2. Analisis Data..... | 61 |
| BAB IV HASIL PENELITIAN | |
| A. Gambaran Umum Puskesmas Tamansari Kota Tasikmalaya..... | 65 |
| 1.Karakteristik Puskesmas | 65 |
| 2.Letak Geografis..... | 65 |
| 3.Wilayah Kerja | 66 |
| B. Deskripsi Hasil Penelitian | 67 |
| 1.Karakteristik Responden | 67 |
| 2.Analisis Univariat..... | 70 |
| 3.Analisis Bivariat..... | 75 |
| 4.Rekapitulasi Analisis Bivariat..... | 77 |
| BAB V PEMBAHASAN | |
| A. Hubungan Aktivitas Fisik dengan Kejadian Hipertensi..... | 78 |
| B. Hubungan Konsumsi Natrium dengan Kejadian Hipertensi | 79 |
| C. Hubungan Status Merokok dengan Kejadian Hipertensi..... | 80 |
| D. Keterbatasan Peneliti | 81 |
| BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN | |
| A. Kesimpulan | 83 |
| B. Saran | 84 |
| DAFTAR PUSTAKA | |
| LAMPIRAN | |

DAFTAR TABEL

| | |
|---|----|
| Tabel 2.1 Klasifikasi Tekanan Daeah Menurut JNC | 10 |
| Tabel 2.2. Jenis pekerjaan (untuk pertanyaan nomor 1) | 22 |
| Tabel 2.3 Jenis Aktivitas Fisik Berdasarkan Intensitas Olahraga..... | 24 |
| Tabel 2.4 Lama olahraga dalam seminggu dan proporsi olahraga dalam satu bulan | 25 |
| Tabel 2.5 Pilihan Jawaban aktivitas diwaktu senggang dibandingkan orang sebaya, berkeringat selama waktu senggang dan olahraga diwaktu senggang | 25 |
| Tabel 3.1 Definisi Operasional..... | 42 |
| Tabel 3.2 OR (<i>Odds Ratio</i>) Penelitian Sebelumnya | 45 |
| Tabel 3.3 Jumlah Sampel Setiap Kelurahan Berdasarkan Proporsi Sasaran | 47 |
| Tabel 3.4 Kategori Aktivitas Fisik | 54 |
| Tabel 3.5 Skor Indeks Pekerjaan | 58 |
| Tabel 3.6 Skor Indeks Olahraga | 58 |
| Tabel 3.7 Skor Indeks Waktu Luang | 58 |
| Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Umur Responden | 67 |
| Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Jenis Kelamin Responden..... | 67 |
| Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Alamat Responden..... | 68 |
| Tabel 4.4 Distribusi Frekuensi Pendidikan Responden | 68 |
| Tabel 4.5 Distribusi Frekuensi Pekerjaan Responden..... | 69 |
| Tabel 4.6 Distribusi Frekuensi Riwayat Keluarga Hipertensi Responden | 69 |
| Tabel 4.7 Distribusi Frekuensi Aktivitas Fisik Respondendi Wilayah Kerja Puskesmas Tamansari 2019..... | 70 |
| Tabel 4.8 Gambaran Indeks Kerja Responden di Wilayah Kerja Puskesmas Tamansari Kota Tasikmalya 2019..... | 70 |
| Tabel 4.9 Gambaran Indeks olahraga Responden di Wilayah Kerja Puskesmas Tamansari Kota Tasikmalya 2019..... | 72 |
| Tabel 4.10 Gambaran Indeks Waktu Senggang Responden di Wilayah Kerja Puskesmas Tamansari Kota Tasikmalya 2019..... | 73 |
| Tabel 4.11 Distribusi Frekuensi Konsumsi Natrium Respondendi Wilayah Kerja | |

| | |
|--|----|
| Puskesmas Tamansari 2019 | 74 |
| Tabel 4.12 Distribusi Frekuensi Kebiasaan Merokok Respondendi Wilayah Kerja Puskesmas Tamansari 2019 | 74 |
| Tabel 4.13 Hubungan Aktivitas Fisik dengan Kejadian Hipertensi Pada Usia Dewasa Muda di Wilayah Kerja Puskesmas Tamansari | 75 |
| Tabel 4.14 Hubungan Konsumsi Natrium dengan Kejadian Hipertensi Pada Usia Dewasa Muda di Wilayah Kerja Puskesmas Tamansari | 76 |
| Tabel 4.15 Hubungan Kebiasaan Merokok dengan Kejadian Hipertensi Pada Usia Dewasa Muda di Wilayah Kerja Puskesmas Tamansari | 76 |
| Tabel 4.16 Daftar Rekapitulasi Analisis Bivariat | 77 |

DAFTAR GAMBAR

| | |
|-----------------------------------|----|
| Gambar 2.1 Kerangka Teori | 38 |
| Gambar 3.1. Kerangka Konsep | 39 |

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 SK Pembimbing

Lampiran 2 Surat Izin Penelitian Kesbangpol

Lampiran 3 Surat Izin Penelitian Puskesmas

Lampiran 4 Surat Balasan Izin Penelitian Kecamatan

Lampiran 5 Surat Balasan Izin Penelitian Kelurahan Mulyasari

Lampiran 6 Surat Balasan Izin Penelitian Kelurahan Setiawargi

Lampiran 7 Surat Balasan Izin Penelitian Kelurahan Setiamulya

Lampiran 8 Surat Balasan Izin Penelitian Kelurahan Sukahurip

Lampiran 9 Kuesioner Penyaring

Lampiran 10 Kuesioner

Lampiran 11 Data Responden Kasus

Lampiran 12 Data Responden Kontrol

Lampiran 13 Dokumentasi

Lampiran 14 Hasil SPSS