

**HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK DENGAN PROFIL LIPID
PASIEN HIPERTENSI PADA KEGIATAN PROLANIS
DI KLINIK MUTIARA MEDIKA TAHUN 2024**



Skripsi

**Diajukan ke Fakultas Kedokteran Universitas Andalas sebagai Pemenuhan
Salah Satu Syarat Untuk Mendapatkan
Gelar Sarjana Kedokteran**

Oleh:

**VILYA CINDARAMADHIA
NIM : 2210312047**

Dosen Pembimbing:

- 1. dr. Mutia Lailani, M.Sc**
- 2. Dr. dr. Efrida, M.Kes, Sp.PK, Subsp.I.K.(K)**

**FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS ANDALAS
PADANG
2026**

ABSTRACT

THE ASSOCIATION BETWEEN PHYSICAL ACTIVITY AND LIPID PROFILE AMONG HYPERTENSIVE PATIENTS IN THE PROLANIS PROGRAM AT MUTIARA MEDIKA CLINIC IN 2024

By

**Vilya Cindaramadhia, Mutia Lailani, Efrida, Yose Ramda Ilhami, Rismawati
Yaswir, Husnil Kadri**

Hypertension is a common health problem frequently accompanied by dyslipidemia, which increases the risk of cardiovascular disease. Physical activity is known to control blood pressure and improve lipid profiles. This study aimed to determine the association between physical activity and lipid profile among hypertensive patients participating in the Prolanis program at Mutiara Medika Clinic in 2024.

This was an analytic observational study with a cross-sectional design using secondary data from medical records. Physical activity was assessed using the Global Physical Activity Questionnaire (GPAQ). A total of 30 hypertensive patients were included as study samples. The association between physical activity and total cholesterol, LDL, and triglycerides were analyzed using the Independent Sample T-Test, while the association with HDL was analyzed using the Mann-Whitney U test. Statistical significance was defined as $p < 0.05$.

Most respondents were aged ≥ 60 years (73.3%), female (73.3%), had obesity class I (36.7%), and had uncontrolled blood pressure (83.3%). The majority reported moderate-to-vigorous physical activity (73.3%). The mean total cholesterol level and LDL were categorized as borderline, while HDL was normal, and triglycerides were normal. Statistical analysis showed no significant association between physical activity and total cholesterol ($p=0.287$), LDL ($p=0.523$), HDL ($p=0.638$), or triglycerides ($p=0.119$).

In conclusion, physical activity is not significantly associated with lipid profile among hypertensive patients.

Keywords: Dyslipidemia, GPAQ, hypertension, lipid profile, physical activity

ABSTRAK

HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK DENGAN PROFIL LIPID PASIEN HIPERTENSI PADA KEGIATAN PROLANIS DI KLINIK MUTIARA MEDIKA TAHUN 2024

Oleh

**Vilya Cindaramadhia, Mutia Lailani, Efrida, Yose Ramda Ilhami, Rismawati
Yaswir, Husnil Kadri**

Hipertensi merupakan masalah kesehatan yang sering disertai dislipidemia dan dapat meningkatkan risiko penyakit kardiovaskular. Aktivitas fisik berperan dalam membantu mengontrol tekanan darah dan memperbaiki profil lipid. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan aktivitas fisik dengan profil lipid pasien hipertensi pada kegiatan Prolanis di Klinik Mutiara Medika tahun 2024

Penelitian ini merupakan studi analitik observasional dengan desain potong lintang menggunakan data sekunder rekam medis. Aktivitas fisik diukur menggunakan *Global Physical Activity Questionnaire* (GPAQ). Sebanyak 30 pasien yang memenuhi kriteria inklusi dijadikan sampel. Hubungan aktivitas fisik dengan kolesterol total, LDL, dan trigliserida dianalisis menggunakan uji *Independent Sample T-Test*, sedangkan dengan HDL menggunakan uji Mann-Whitney U. Hasil dinyatakan bermakna jika $p < 0,05$.

Sebagian besar responden berusia ≥ 60 tahun (73,3%), perempuan (73,3%), dengan indeks massa tubuh obesitas tingkat I (36,7%), serta tekanan darah tidak terkontrol (83,3%). Mayoritas memiliki aktivitas fisik intensitas sedang-berat (73,3%). Rerata kolesterol total dan LDL berada pada kategori sedikit tinggi (*borderline*), median HDL dalam kategori normal, dan rerata trigliserida dalam kategori normal. Analisis statistik menunjukkan hubungan aktivitas fisik dengan kolesterol total ($p=0,287$), LDL ($p=0,523$), HDL ($p=0,638$), dan trigliserida ($p=0,119$).

Simpulan penelitian ini menunjukkan bahwa aktivitas fisik tidak berhubungan signifikan dengan profil lipid pada pasien hipertensi.

Kata Kunci: Aktivitas fisik, dislipidemia, GPAQ, hipertensi, profil lipid