

SKRIPSI

**HUBUNGAN MEROKOK DAN OLAHRAGA DENGAN
KEJADIAN HIPERTENSI PADA LANSIA DI
PUSKESMAS ANDALAS TAHUN 2019**

Penelitian Keperawatan Komunitas



**RAYSAH SUCI PRATIWI
BP.1811316066**

Dosen Pembimbing:

Elvi Oktarina, M.Kep., Ns.Sp.Kep.MB

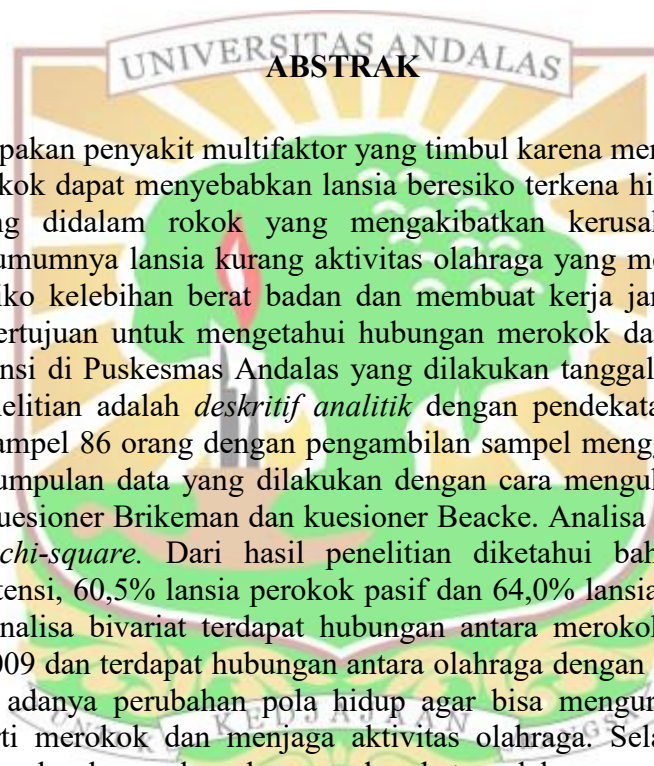
Agus Sri Banowo, M.Kep., M.PH

**PROGRAM STUDI S1 ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS KEPERAWATAN
UNIVERSITAS ANDALAS
2020**

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
FAKULTAS KEPERAWATAN
UNIVERSITAS ANDALAS
DESEMBER 2019**

Nama : Raysah Suci Pratiwi
No. BP : 1811316066

**Hubungan Merokok Dan Olahraga Dengan Kejadian Hipertensi
Pada Lansia di Puskesmas Andalas Tahun 2019**



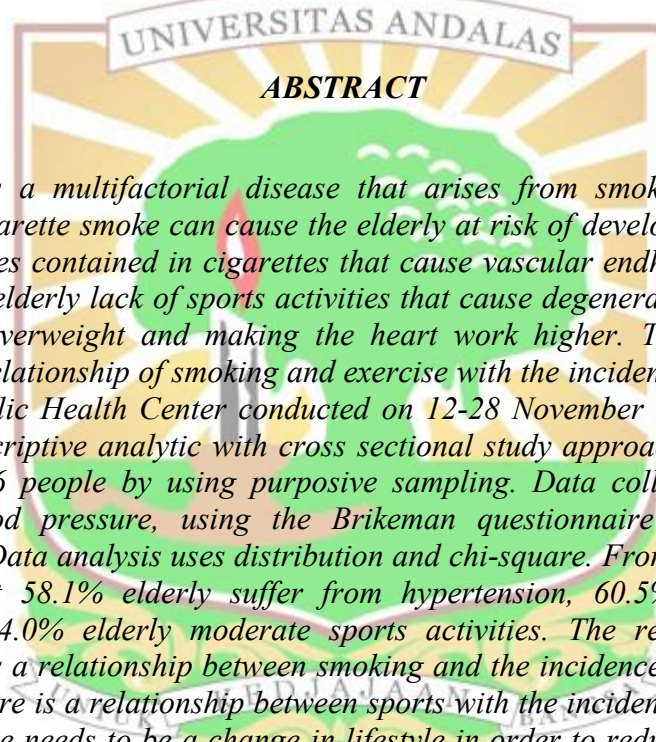
Hipertensi merupakan penyakit multifaktor yang timbul karena merokok dan olahraga. Paparan asap rokok dapat menyebabkan lansia beresiko terkena hipertensi karena zat yang terkandung didalam rokok yang mengakibatkan kerusakan endothelium vaskuler. Pada umumnya lansia kurang aktivitas olahraga yang menyebabkan proses degeneratif, resiko kelebihan berat badan dan membuat kerja jantung lebih tinggi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan merokok dan olahraga dengan kejadian hipertensi di Puskesmas Andalas yang dilakukan tanggal 12- 28 November 2019. Jenis penelitian adalah *deskriptif analitik* dengan pendekatan *Cross sectional study*. Jumlah sampel 86 orang dengan pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*. Pengumpulan data yang dilakukan dengan cara mengukur tekanan darah, menggunakan kuesioner Brikeman dan kuesioner Beacke. Analisa data menggunakan distribusi dan *chi-square*. Dari hasil penelitian diketahui bahwa 58,1% lansia menderita hipertensi, 60,5% lansia perokok pasif dan 64,0% lansia aktivitas olahraga sedang. Hasil analisa bivariat terdapat hubungan antara merokok dengan kejadian hipertensi $p=0,009$ dan terdapat hubungan antara olahraga dengan kejadian hipertensi $p=0,001$. Perlu adanya perubahan pola hidup agar bisa mengurangi faktor resiko hipertensi seperti merokok dan menjaga aktivitas olahraga. Selain itu diharapkan partisipasi dari seluruh aspek pelayanan kesehatan dalam mengendalikan faktor resiko hipertensi dengan melakukan GERMAS (gerakan masyarakat).

Kata kunci : Hipertensi, Merokok, Olahraga
Daftar Pustaka : 69 (2006- 2019)

**S1 NURSING PROGRAM
FAKULTY OF NURSING
ANDALAS UNIVERSITY
DECEMBER 2019**

Name : Raysah Suci Pratiwi
No. BP : 1811316066

*Relationship Between Smoking And Exercise With Hypertension In The Elderly at
Andalas Health Center in 2019*



Hypertension is a multifactorial disease that arises from smoking and exercise. Exposure to cigarette smoke can cause the elderly at risk of developing hypertension due to substances contained in cigarettes that cause vascular endothelium damage. In general, the elderly lack of sports activities that cause degenerative processes, the risk of being overweight and making the heart work higher. This study aims to determine the relationship of smoking and exercise with the incidence of hypertension in Andalas Public Health Center conducted on 12-28 November 2019. This type of research is descriptive analytic with cross sectional study approach. The number of samples was 86 people by using purposive sampling. Data collection is done by measuring blood pressure, using the Brikeman questionnaire and the Beacke questionnaire. Data analysis uses distribution and chi-square. From the results of the study note that 58.1% elderly suffer from hypertension, 60.5% elderly passive smokers and 64.0% elderly moderate sports activities. The results of bivariate analysis there is a relationship between smoking and the incidence of hypertension $p = 0.009$ and there is a relationship between sports with the incidence of hypertension $p = 0.001$. There needs to be a change in lifestyle in order to reduce risk factors for hypertension such as smoking and maintaining sports activities. In addition, it is expected that participation from all aspects of health services in controlling hypertension risk factors by conducting GERMAS (community movement).

Keywords : Hypertension, Smoking, Exercise
Bibliography : 69 (2006- 2019)

