Pusat Informasi Kesehatan Masyarakat >> S1 - Skripsi

Hubungan Aktivitasi Fisik dengan Tekanan Darah dan Hipertensi di Indonesia (Analisis Data Riskesdas 2013)

Irwana, Tesa

Deskripsi Lengkap: https://lib.fkm.ui.ac.id/detail.jsp?id=127818&lokasi=lokal

---

Abstrak

Peningkatan tekanan darah diperkirakan menyebabkan 7,5 juta kematian atau sekitar 12,8% dari total seluruh kematian secara global. Modifikasi gaya hidup seperti melakukan aktivitas fisik merupakan salah satu rekomendasi utama dalam penurunan tekanan darah. Dengan melakukan aktivitas fisik secara teratur dapat berkontribusi dalam penurunan tekanan darah. Namun demikian, di Indonesia proporsi aktivitas fisik kurang masih tinggi yaitu sebesar 26,1%. Penelitian ini bertujuan untuk melihat hubungan antara aktivitas fisik dengan tekanan darah dan hipertensi. Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif menggunakan data Riskesdas 2013. Analisis regresi linier dan regresi logistik dilakukan pada sampel 717.014 responden yang diperiksa tekanan darah sistolik dan diastolik pada pengukuran pertama, kedua dan ketiga (Pertanyaan Riskesdas K05a, K06a dan K07a). Hasil penelitian multivariabel didapatkan bahwa terdapat asosiasi antara aktivitas fisik dengan tekanan darah dan hipertensi, dengan perbedaan rata-rata tekanan darah sistolik pada responden yang melakukan aktivitas fisik lebih rendah dibandingkan dengan responden yang tidak melakukan aktivitas fisik. Semakin lama intensitas waktu aktivitas fisik, maka akan semakin besar penurunan tekanan darah sehingga risiko untuk mengalami hipertensi juga lebih kecil. Kata kunci: aktivitas fisik, tekanan darah, hipertensi An increase of blood pressure is estimated to cause 7.5 million deaths or about 12.8% of the total global deaths. Lifestyle modifications such as physical activity is one of the main recommendations in decreasing blood pressure. By doing regular physical activity can contribute to the decrease of blood pressure. However, in Indonesia the proportion of less physical activity is still high at 26.1%. This study aims to see the relationship between physical activity with blood pressure and hypertension. This study is a quantitative study using data of Riskesdas 2013. Linear regression and logistic regression analysis was performed on a sample of 717,014 respondents who examined systolic blood pressure and diastolic blood pressure at first, second and third measurements (Question of Riskesdas K05a, K06a and K07a) . The result of multivariable research shows there is an association between physical activity with blood pressure and hypertension, the average difference of systolic blood pressure in respondents who do physical activity is lower than the respondents who do not do physical activity. The longer of time intensity of physical activity, the greater decrease in blood pressure so the risk of hypertension is also smaller. Keyword : physical activity, blood pressure, hypertension