

## Hubungan aktivitas fisik dengan risiko kejadian hipertensi tidak terkontrol pada lima wilayah di DKI Jakarta

Tambunan, Hotma Parulian

Deskripsi Lengkap: <https://lib.fkm.ui.ac.id/detail.jsp?id=64003&lokasi=lokal>

---

### Abstrak

<p>Latar Belakang : Peningkatan prevalensi penderita hipertensi di masyarakat DKI Jakarta disebabkan oleh berbagai faktor yang dapat dimodifikasi maupun tidak. Aktivitas fisik sebagai salah satu faktor yang dapat mencegah hipertensi perlu mendapat perhatian yang lebih karena faktor ini termasuk salah satu faktor yang dapat dimodifikasi dengan usaha dan biaya yang tidak terlalu besar. Tujuan penelitian ini adalah diketahuinya besar hubungan antara kejadian hipertensi dengan aktivitas fisik pada masyarakat di lima wilayah DKI Jakarta tahun 2006. Metode : Penelitian ini dilakukan dengan desain cross sectional dan dianalisis secara kohort menggunakan data sekunder dari survey faktor risiko PTM utama di lima wilayah DKI Jakarta tahun 2006. Kasus ekspos adalah subyek yang melakukan aktivitas fisik rendah yang berjumlah 668 orang subyek dan non ekspos adalah subyek yang melakukan aktivitas tinggi sejumlah 668 orang. Perbandingan kasus ekspos dan non ekspos adalah 1:1, hingga jumlah keseluruhan subyek penelitian 1336 subyek. Hasil : Hasil penelitian mendapatkan proporsi hipertensi pada subyek yang beraktivitas rendah sebesar 65,5% dan pada subyek yang beraktivitas tinggi 58,8%. Hasil analisis menunjukkan bahwa aktivitas fisik berhubungan secara signifikan dengan kejadian hipertensi. Dengan nilai p (p value) = 0,0001, setelah dikontrol oleh variabel jenis kelamin dan pekerjaan didapat OR aktivitas tinggi 0,750 dengan 95% CI (0,601- 0,937) menunjukkan bahwa dengan beraktivitas dapat mengurangi risiko untuk menderita penyakit hipertensi sebesar 4 kali. Dalam penelitian ini variabel Jenis kelamin, umur, tingkat pendidikan, status perkawinan, diabetes mellitus, hiperkolesterol, low HDL, IMT, dan pekerjaan semua mempunyai hubungan yang signifikan dengan kejadian hipertensi (nilai p <  $\alpha$ ), sementara variabel merokok, hiper LDL dan kecukupan serat walaupun berhubungan tetapi hubungannya dengan hipertensi tidak signifikan (nilai p >  $\alpha$ ). Kesimpulan : Aktivitas fisik tinggi dapat mengurangi risiko untuk terkena penyakit hipertensi, semakin sering kita melakukan aktivitas fisik semakin rendah risiko untuk menderita penyakit. Subyek yang melakukan aktivitas fisik rendah lebih berisiko untuk terkena hipertensi 4 kali dibanding subyek yang melakukan aktivitas fisik tinggi.</p>