

SKRIPSI

**HUBUNGAN AKTIFITAS FISIK DENGAN KEJADIAN
HIPERTENSI PADA LANSIA**

(DI DUSUN GOGOR DESA MADURESO KECAMATAN
DAWARBLANDONG KABUPATEN MOJOKERTO)



oleh :

LAILATUS SHOLIAH
NIM : 202007008)

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
BINA SEHAT PPNI
MOJOKERTO**

2022

LEMBAR PERNYATAAN ORISINALITAS TUGAS AKHIR

Yang bertanda tangan dibawah ini,

Nama : Lailatus Sholihah
Nim : 202007008
Program Studi : S-1 Ilmu Keperawatan
Judul : Hubungan Aktifitas Fisik Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia Di Dusun Gogor Desa Madureso Kecamatan Dawarblandong Kabupaten Mojokerto.

Dengan ini menyatakan bahwa karya beserta laporan tugas akhir ini adalah benar merupakan hasil karya sendiri bukan duplikasi dan hasil karya orang lain. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini maka saya bersedia menerima sanksi sesuai dengan aturan yang berlaku

Mojokerto, 13 Agustus 2022



(Lailatus Sholihah)

LEMBAR PERSETUJUAN

Skripsi ini telah disetujui untuk diajukan ujian skripsi dengan

Judul : HUBUNGAN AKTIFITAS FISIK DENGAN KEJADIAN
HIPERTENSI PADA LANSIA DI DUSUN GOGOR DESA
MADURESO KECAMATAN DAWARBLANDONG
KABUPATEN MOJOKERTO

Nama : LAILATUS SHOLIHAH

Nim : 202007008

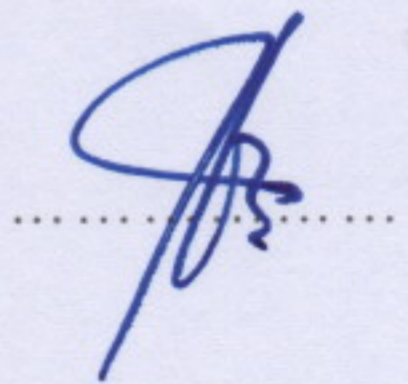
Pada Hari/ Tanggal : 13 Agustus 2022

Pembimbing I : Dr. WINDU SANTOSO, S.Kp., M.Kep

Pembimbing II : CATUR PRASASTIA L.D, S.Kep.Ns., M.Kes







LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi ini diajukan oleh :

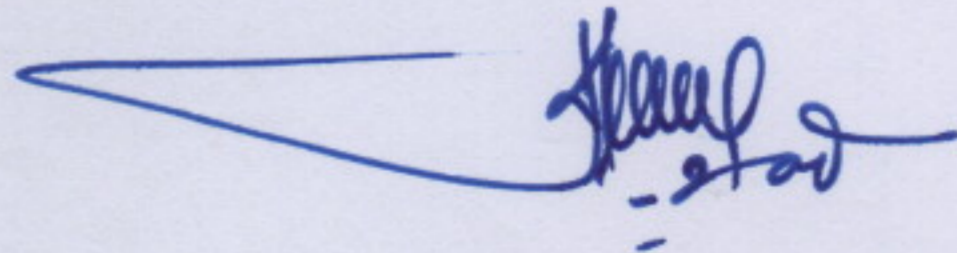
Nama : LAILATUS SHOLIAH
NIM : 202007008
Program Studi : S-1 ILMU KEPERAWATAN
Pada Tanggal : 13 Agustus 2022
Judul Skripsi : "HUBUNGAN AKTIFITAS FISIK DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI PADA LANSIA DIDUSUN GOGOR DESA MADURESO KECAMATAN DAWARBLANDONG"

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Dosen Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana pada Program Studi ILMU KEPERAWATAN STIKES Bina Sehat PPNI Mojokerto.

DOSEN PENGUJI

Penguji Utama : Heri Tri Wibowo, S.Kep.Ns.,M.Kes (.....)
Pembimbing Satu : Dr. Windu Santoso, M.Kep (.....)
Pembimbing Dua : Catur Prasastia Lukita Dewi, S.Kep.Ns.,M.Kes (.....)

Ditetapkan di : Mojokerto
Tanggal : 12 September 2022
Ka. Prodi S-1 Ilmu Keperawatan



Ana Zakiyah, M.Kep
NIK : 162 601 036



STIKES BINA SEHAT PPNI PERPUSTAKAAN

Jl. Raya Jabon Km. 06 – Mojoanyar, Mojokerto 61364
Telp/ Fax. (0321) 0321-390203
E-mail : perpustakaanpni@gmail.com

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademika STIKES Bina Sehat PPNI, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Lailatus Sholihah
NIM : 202007008
Program Studi : S-1 Ilmu Keperawatan
E-mail address : laylatussholihah1@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Perpustakaan STIKES Bina Sehat PPNI, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah :

Skripsi/ Tugas Akhir Tesis Desertasi Artikel/ Jurnal
 Lain-lain (.....) yang berjudul :

Hubungan Aktifitas Fisik Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia di Dusun Gogor Desa Madureso Kecamatan Dawarblandong Kabupaten Mojokerto.

beserta perangkat yang diperlukan (bila ada). Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Perpustakaan STIKES Bina Sehat PPNI berhak menyimpan, mengalih-media/format-kan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (database), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di Internet atau media lain secara **fulltext** untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan STIKES Bina Sehat PPNI, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini yang saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Mojokerto
Pada Tanggal : 13 Agustus 2022

Mengerahui

Penulis

(Lailatus Sholihah)

nama terang dan tanda tangan

Dosen Pembimbing I

(Dr. Windu Santoso, S.Kp., M.Kep)

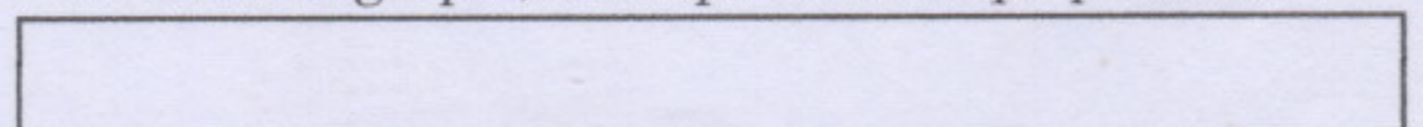
nama terang dan tanda tangan

Dosen Pembimbing II

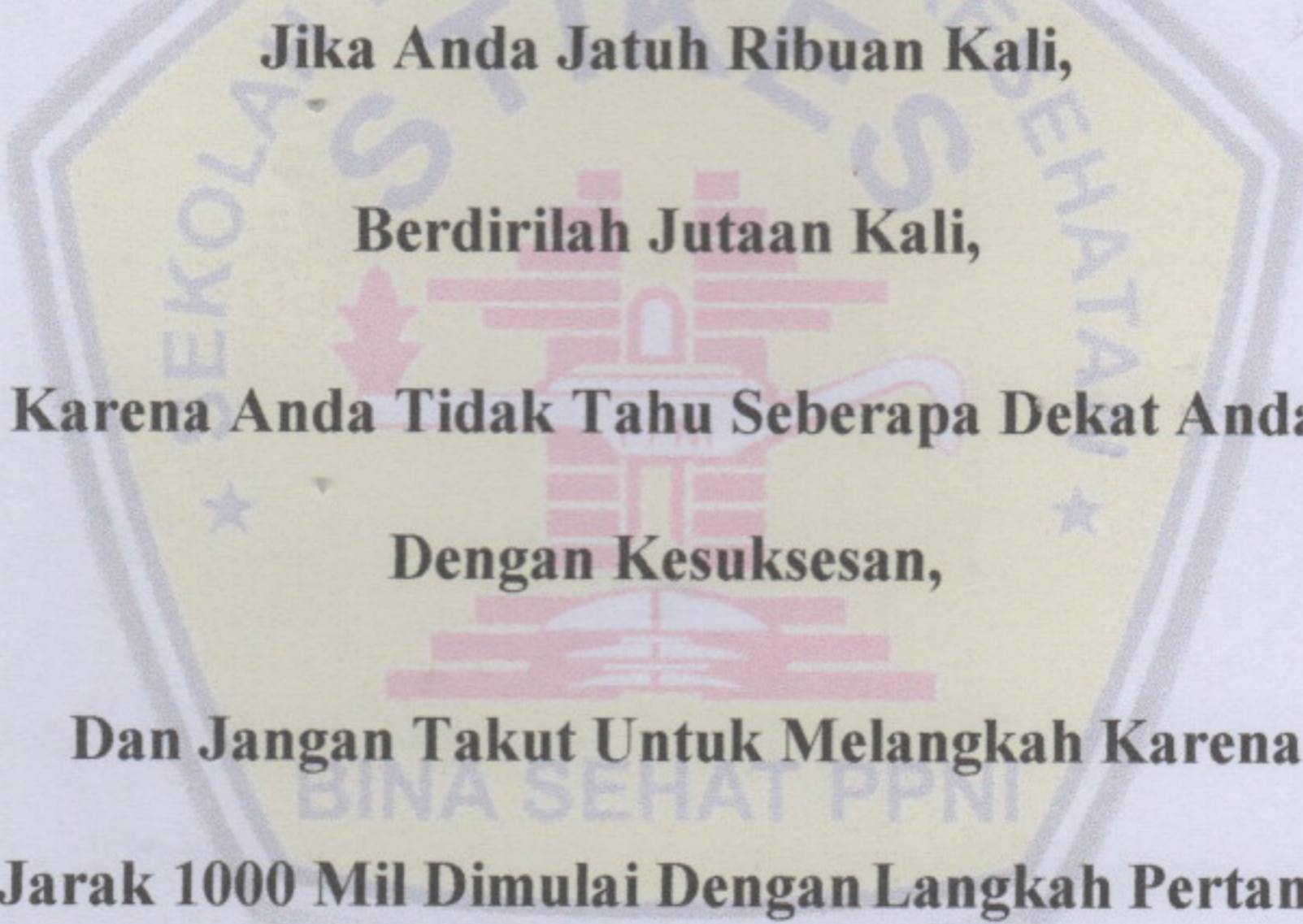
(Catur Prasastia I.D, S.Kep.Ns., M.Kes)

nama terang dan tanda tangan

Dibuat rangkap 2, untuk penulis dan perpustakaan

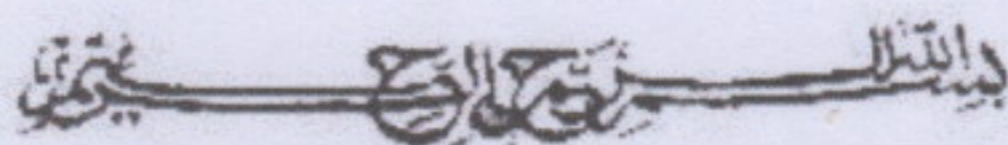


MOTTO



**Jika Anda Jatuh Ribuan Kali,
Berdirilah Jutaan Kali,
Karena Anda Tidak Tahu Seberapa Dekat Anda
Dengan Kesuksesan,
Dan Jangan Takut Untuk Melangkah Karena
Jarak 1000 Mil Dimulai Dengan Langkah Pertama.**

PERSEMBAHAN



Yang utama dari segalanya, Puji syukur kehadirat Allah SWT yang telah memberikan karunia dan hidayahNya,serta kemudahan sehingga karya sederhana ini dapat terselesaikan. Kupersembahkan karya sederhana ini kepada :

1. Suamiku tersayang beserta kedua anakku yang menjadi motivasi dalam perjalanan hidupku serta memberikan segala dukungan, cinta dan kasih sayang yang tiada terhingga. Begitu banyak pengorbanan yang dilakukan melebihi yang aku harapkan. Semoga Allah SWT senantiasa memberikan kebahagiaan dunia sampai akhirat, amin.
2. Keluargaku yang selalu mendukungku secara tidak langsung, terimakasih atas kritiknya yang selalu memecut rasaku, sehingga timbul motivasi selalu maju dan menjadi lebih baik.
3. Bapak Windu Santoso, S. Kep.,Ns. M. Kes. Dan Ibu Catur Prasastia L.D, S.Kep.,Ns. M.Kes. yang tiada bosan dan lelah dalam membimbing dan mengarahkan serta memberikan ilmu dan pengalaman yang luar biasa sehingga saya dapat menyelesaikan karya sederhana ini.
4. Teman-temanku seperjuangan STIKES Bina Sehat PPNI yang tak mungkin penulis sebutkan satu persatu, terimakasih atas dukungan serta bantuannya selama ini.

KATA PENGANTAR

Puji syukur Alhamdulillah kehadirat Allah SWT, karena atas limpahan rahmat dan hidayah- Nya penulis dapat menyelesaikan Skripsi yang berjudul **“Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia di Dusun Gogor Desa Madureso Kecamatan Dawarblandong Kabupaten Mojokerto”** ini dengan sebaik-baiknya.

Penulis menyadari bahwa dalam penulisan Skripsi ini tidak akan terselesaikan tanpa bimbingan dari berbagai pihak. Penulis mengucapkan terima kasih kepada Ana Zakiiyah, S.Kep.Ns.,M.Kep., selaku Kaprodi S1 Keperawatan, Dr. Windu Santoso, S.Kp., M.Kep selaku pembimbing utama yang memberikan bimbingan kepada penulis selama proses penyusunan skripsi, Catur Prasastia L.D, S.Kep.Ns.,M.Kes selaku pembimbing kedua yang memberikan bimbingan penulisan dan pengarahan kepada penulis, Kepala STIKES BINA SEHAT PPNI Mojokerto beserta Bapak Ibu dosen dan teman-teman yang ikut serta memberikan saran dan kritik sehingga penelitian ini dapat terselesaikan.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa dalam penyusunan Proposal ini masih jauh dari sempurna. Oleh karena itu penulis mengharapkan kritik dan saran dari para pembaca demi penyempurnaan Proposal dan semoga Proposal ini bermanfaat bagi penulis pada khususnya dan bagi pembaca pada umumnya, Amin.

Mojokerto, 13 Agustus 2022

Penulis

3.2 Populasi.....	54
3.3 Sampel	55
3.4 Sampling	55
3.5 Identifikasi Variabel & Definisi Operasional	55
3.6 Tehnik Pengumpulan Data	58
3.7 Analisa Data	60
3.8 Kerangka Kerja	63
3.9 Etika Penelitian	64
3.10 Keterbatasa	65

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

4.1 Hasil Penelitian	66
4.2 Pembahasan	70

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan	82
5.2 Saran	82

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN - LAMPIRAN



DAFTAR ISI

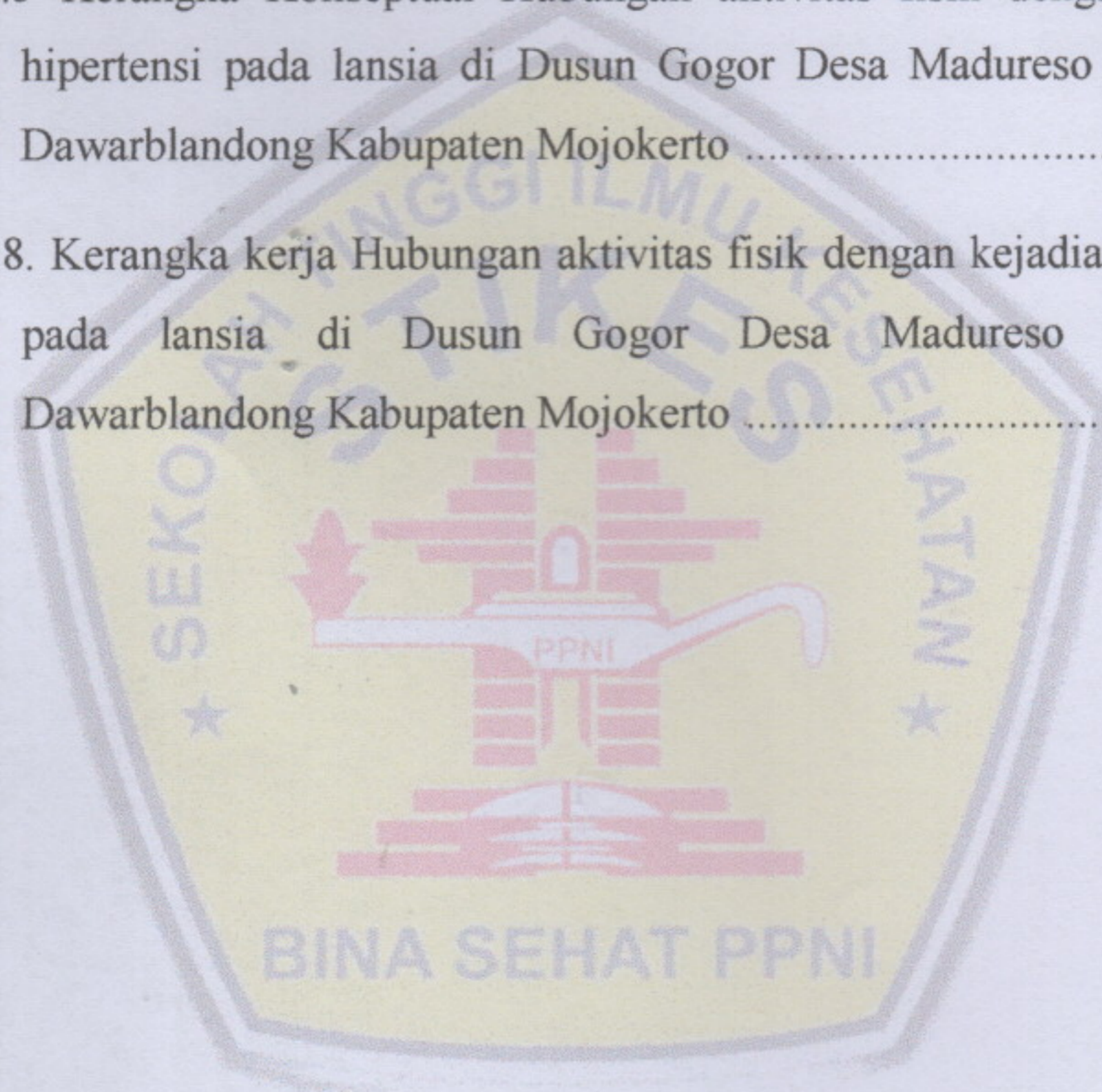
HALAMAN JUDUL	i
SURAT PERNYATAAN	ii
LEMBAR PERSETUJUAN	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
MOTTO & HALAMAN PERSEMBAHAN	v
KATA PENGANTAR	vii
ABSTRACK	viii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	5
1.3 Tujuan Penelitian	6
1.4 Manfaat Penelitian	6
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA	
2.1 Konsep Aktifitas Fisik	8
2.2 Konsep Lansia	21
2.3 Konsep Hiertensi	37
2.4 Kerangka Teori	52
2.5 Kerangka Konseptual	53
BAB 3 METODE PENELITIAN	
3.1 Desain Penelitian	54

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Skor tingkat aktivitas fisik seseorang Menurut (Baecke JAH Burema J Frijters ER, 1982)	12
Tabel 2.2 Kuesioner singkat untuk pengukuran kebiasaan aktifitas fisik (Baecke JAH Burema J Frijters ER, 1982)	15
Tabel 2.3 Klasifikasi Hipertensi Menurut JNC VII ~ <i>Joint National Committee on the prevention, detection, evaluation and treatment of high blood pressure, yang berpusat di Amerika</i> , 2003	37
Tabel 2.4 Klasifikasi Indeks Massa Tubuh (IMT) Populasi Asia menurut WHO (Kemenkes RI, 2013)	41
Table 2.5 Batasan Kadar Lipid/ Lemak Dalam Darah menurut NCP (<i>National Cholesterol Educational Program</i>), 2002	43
Tabel 3.5 Definisi operasional Hubungan aktivitas fisik dengan kejadian hipertensi pada lansia di Desa Madureso Kecamatan Dawarblandong Kabupaten Mojokerto	57
Tabel 4.1 Distribusi frekuensi karakteristik responden	66
Tabel 4.2 Karakteristik responden berdasarkan derajat hipertensi	69
Tabel 4.3 Karakteristik responden berdasarkan derajat hipertensi	69
Tabel 4.4 <i>Cross Tab</i> hubungan aktifitas fisik dengan kejadian hipertensi pada lansia Dusun Gogor Desa Madureso	70

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 3 Patofisiologi Hipertensi	47
Gambar 2.4 Kerangka Teori Hubungan Aktifitas Fisik Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia Di Dusun Gogor Desa Madureso Kecamatan Dawarblandong Kabupaten Mojokerto	52
Gambar 2.5 Kerangka Konseptual Hubungan aktivitas fisik dengan kejadian hipertensi pada lansia di Dusun Gogor Desa Madureso Kecamatan Dawarblandong Kabupaten Mojokerto	53
Gambar 3.8. Kerangka kerja Hubungan aktivitas fisik dengan kejadian hipertensi pada lansia di Dusun Gogor Desa Madureso Kecamatan Dawarblandong Kabupaten Mojokerto	63



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Pernyataan Kesediaan Menjadi Responden (*Inform Consent*)

Lampiran 2 Kuesioner Aktifitas Fisik

Lampiran 3 Surat Pengantar Penelitian

Lampiran 4 Sura Balasan Penelitian

Lampiran 5 Surat Keterangan Pelaksanaan Penelitian

Lampiran 6 Rekap Hasil Penelitian

Lampiran 7 Hasil Tabulasi Silang Dengan SPSS



LAMPIRAN



PERMOHONAN MENJADI RESPONDEN

Kepada
Yth. Calon Responden Penelitian
Di
Tempat

Dengan hormat,

Saya Mahasiswa Prodi S1 Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bina Sehat PPNI Kabupaten Mojokerto, bermaksud melaksanakan penelitian dengan Judul “Hubungan Aktifitas Fisik Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia Di Dusun Gogor Desa Madureso Kecamatan Dawarblandong Kabupaten Mojokerto”

Saya berharap partisipasi anda dalam penelitian yang saya lakukan, saya menjamin kerahasiaan dan identitas anda. Informasi yang anda berikan hanya semata-mata digunakan untuk pengembangan ilmu keperawatan dan tidak digunakan untuk maksud lain.

Apabila anda bersedia menjadi responden, anda mengisi dan menandatangani lembar persetujuan menjadi responden.

Atas perhatian dan kesediaan anda saya ucapkan terima kasih.

Mojokerto, 29 Mei 2022

Peneliti

(**Lailatus Sholihah**)

PERNYATAAN PERSETUJUAN
Inform Consent

Saya menyatakan bersedia untuk berpartisipasi dalam pengambilan data atau sebagai responden pada penelitian yang dilakukan oleh mahasiswa Prodi S1 Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bina Sehat PPNI Kabupaten Mojokerto, dengan judul penelitian :

Judul : Hubungan Aktifitas Fisik Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia Di Dusun Gogor Desa Madureso Kecamatan Dawarblandong Kabupaten Mojokerto.
Nama Peneliti : Lailatus Sholihah
Nim : 202007008

Saya percaya yang saya informasikan sesuai dengan kenyataan yang saya alami. Dengan secara sukarela dan tidak ada unsur paksaan dari siapapun, saya bersedia berperan serta dalam penelitian.

Mojokerto, 30 Mei 2022

Peneliti

Responden

(Lailatus Sholihah)

(.....)

**PENELITIAN HUBUNGAN ANTARA AKTIVITAS FISIK
DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI PADA LANSIA DIDUSUN
GOGOR DESA MADURESO KECAMATAN
DAWARBLANDONG KABUPATEN MOJOKERTO**

A. DATA UMUM

1. Nama Responden	:
2. Jenis Kelamin	:	1. Laki -laki 2. Perempuan
3. Umur	:Th
4. Pendidikan	:
5. Alamat	:
6. Pernah Mendapatkan Informasi tentang Hipertensi	:	1. Pernah 2. Tidak pernah
7. Sumber Informasi	:	1. Petugas Kesehatan 2. Majalah 3. TV/ Radio 4. Internet
8. Riwayat penyakit / Keturunan HT	:	1. Ada 2. Tidak ada
9. Apakah merokok ?	:	1. Ya 2. Tidak
10. Apakah suka makanan asin ?	:	1. Ya 2. Tidak
11. Apakah sering stres/ Terlalu mikir ?	:	1. Ya 2. Tidak
12. Pemeriksaan lingkar perut	:cm
13. Pemeriksaan Tekanan Darah	:	Sistole : Diastole :

B. DATA KHUSUS

INDEKS KERJA

- | | |
|--|---|
| <p>1. Apakah pekerjaan Bapak/Ibu memerlukan aktifitas ?</p> <p>a. Aktifitas rendah
b. Aktifitas sedang
c. Aktifitas tinggi
d. Tidak pernah</p> | <p>2. Apakah selama bekerja Bapak/Ibu sambil duduk?</p> <p>a. Jarang
b. Kadang-kadang
c. Sering
d. Selalu</p> |
| <p>3. Selama bekerja apakah Bapak/Ibu sambil berdiri?</p> <p>a. Tidak pernah
b. Jarang
c. Kadang-kadang
d. Sering
e. Selal</p> | <p>4. Selama bekerja apakah Bapak/Ibu sambil berjalan?</p> <p>a. Tidak pernah
b. Jarang
c. Kadang-kadang
d. Sering
e. Sangat sering</p> |
| <p>5. Selama bekerja apakah Bapak/Ibu mengangkat beban berat?</p> | <p>6. Apakah setelah bekerja Bapak/Ibu merasa lelah?</p> |

- | | |
|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"> a. Tidak pernah b. Jarang c. Kadang-kadang d. Sering e. Selalu <p>7. Apakah ditempat bekerja Bapak/Ibu berkeringat?</p> <ul style="list-style-type: none"> a. Tidak pernah b. Jarang c. Kadang-kadang d. Sering e. Sangat sering | <ul style="list-style-type: none"> a. Tidak pernah b. Jarang c. Kadang-kadang d. Sering e. Sangat sering <p>8. Dibandingkan orang lain yang seusia, apakah Bapak/Ibu merasa pekerjaan fisiknya yang ?</p> <ul style="list-style-type: none"> a. Jauh lebih berat b. Lebih berat c. Sama beratnya d. Lebih ringan e. Jauh lebih ringan |
|---|---|

INDEKS OLAHRAGA

- | | |
|---|--|
| <p>9. Apakah Bapak/ Ibu biasa berolahraga?
 0 = Tidak (lanjut ke nomor 11)
 1 = Ya</p> <p>Jenis olahraga apa yang sering Bapak/Ibu lakukan?
</p> | <p>10. Apakah Olahraga yang sering Bapak/ Ibu lakukan termasuk?
 1 = Intensitas rendah
 2 = Intensitas sedang
 3 = Intensitas tinggi</p> |
| <p>11. Dibandingkan dengan orang lain bagaimana aktifitas fisik Bapak/ Ibu selama waktu luang ?
 1 = Sangat kurang
 2 = Banyak
 3 = Sama
 4 = Kurang
 5 = Sangat kurang</p> | <p>12. Selama waktu senggang apakah Bapak/ Ibu berkeringat sangat sering ?
 1 = Tidak pernah
 2 = Jarang
 3 = Kadang – kadang
 4 = Sering
 5 = Sangat sering</p> |
| <p>13. Selama waktu senggang apakah Bapak/ Ibu bermain olahraga ?
 1 = Tidak pernah
 2 = Jarang
 3 = Kadang-kadang
 4 = Sering
 5 = Sangat sering</p> | <p>14. Berapa jam dalam 1 minggu?
 1 = < 1 Jam
 2 = 1- 2 Jam
 3 = 2- 3 Jam
 4 = 3- 4 Jam
 5 = > 4 jam</p> |
| <p>15. Berapa bulan dalam 1 tahun?
 1 = < 1 bulan
 2 = 1-3 bulan
 3 = 4-6 bulan
 4 = 7-9 bulan
 5 = > 9 bulan</p> | |

INDEKS WAKTU LUANG

16. Pada waktu luang apakah Bapak/Ibu menonton TV?
- 1 = Tidak pernah
 - 2 = Jarang
 - 3 = Kadang-kadang
 - 4 = Sering
 - 5 = Sangat sering
17. Pada waktu luang apakah Bapak/Ibu berjalan-jalan (jalan kaki)?
- 1 = Tidak pernah
 - 2 = Jarang
 - 3 = Kadang-kadang
 - 4 = Sering
 - 5 = Sangat sering
18. Pada waktu luang apakah Bapak/Ibu bersepeda?
- 1 = Tidak pernah
 - 2 = Jarang
 - 3 = Kadang-kadang
 - 4 = Sering
 - 5 = Sangat sering
19. Berapa menit Bapak/Ibu berjalan kaki atau bersepeda setiap hari?
- 1 = < 5 Menit
 - 2 = 5 – 15 Menit
 - 3 = 16 – 30 Menit
 - 4 = 31 – 45 Menit
 - 5 = > 45 Menit



Uji Frekuensi Aktifitas Fisik

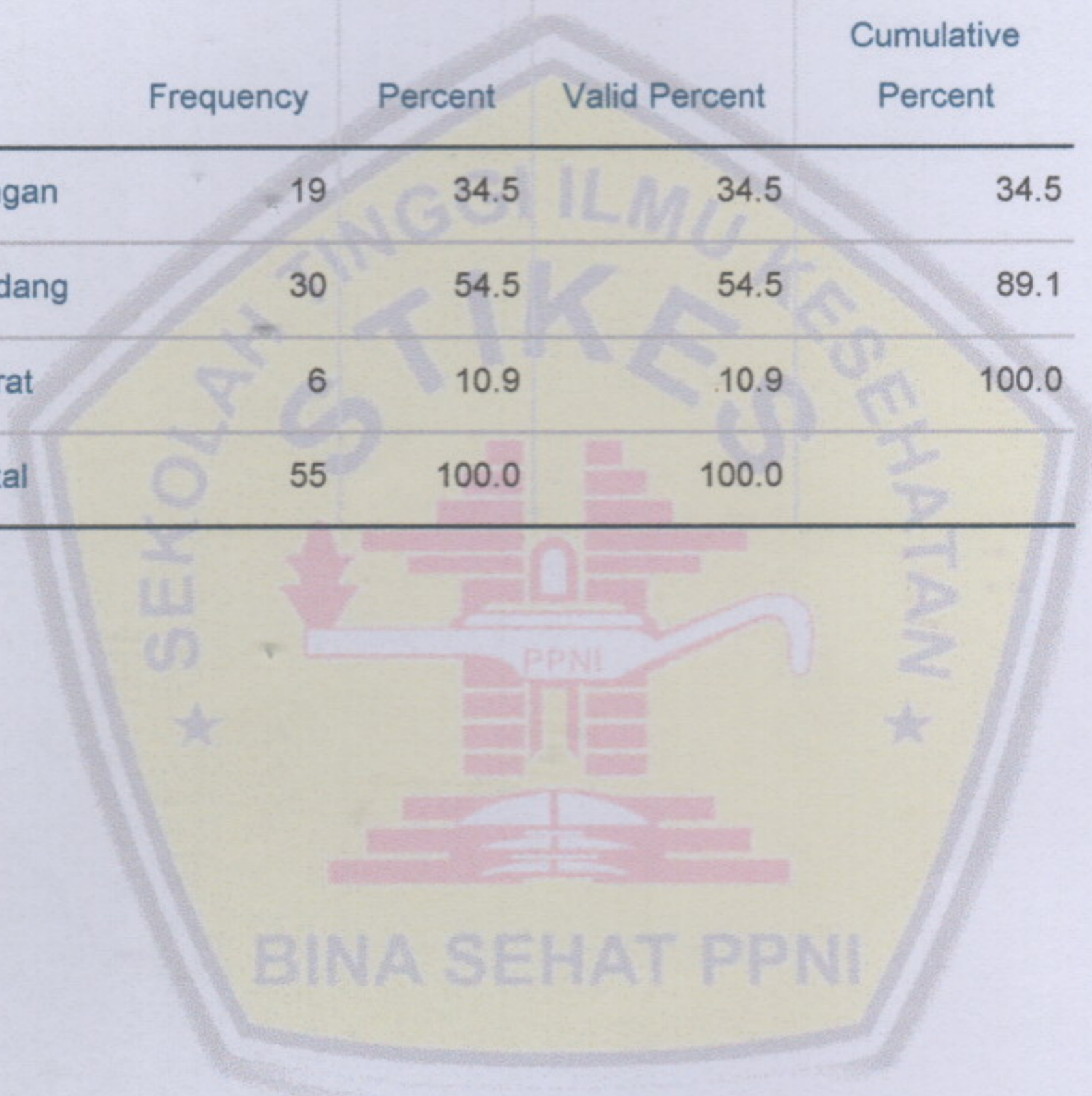
Statistics

Akifitas_Fisk

N	Valid	55
	Missing	0

Akifitas_Fisk

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Ringan	19	34.5	34.5	34.5
	Sedang	30	54.5	54.5	89.1
	Berat	6	10.9	10.9	100.0
	Total	55	100.0	100.0	



Uji Frekuensi Kejadian Hipertensi

Statistics

Kejadian_Hipertensi

N	Valid	55
	Missing	0

Kejadian_Hipertensi

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Ringan	5	9.1	9.1	9.1
	Sedang	31	56.4	56.4	65.5
	Berat	19	34.5	34.5	100.0
	Total	55	100.0	100.0	

Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Unstandardized Residual
N		55
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	.0000000
	Std. Deviation	.63342646
Most Extreme Differences	Absolute	.249
	Positive	.186
	Negative	-.249
Test Statistic		.249
Asymp. Sig. (2-tailed)		.425

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

Berdasarkan tabel diatas, diketahui nilai signifikansi Asymp.Sig (2-tailed) sebesar 0,425 lebih besar dari 0,05. Maka sesuai dengan dasar pengambilan keputusan dalam uji normalitas Kolmogorov-smirnov diatas, dapat disimpulkan bahwa data berdistribusi normal.

Uji Crosstabs

Crosstabs

Case Processing Summary

	Cases					
	Valid		Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
Akifitas_Fisk * Kejadian_Hipertensi	55	100.0%	0	0.0%	55	100.0%

Akifitas_Fisk * Kejadian_Hipertensi Crosstabulation

Count

		Kejadian_Hipertensi			Total
		Ringan	Sedang	Berat	
Akifitas_Fisk	Ringan	2	12	5	19
	Sedang	3	15	12	30
	Berat	0	4	2	6
Total		5	31	19	55

Tabel uji Crosstabulation menunjukkan bahwa responden yang aktifitas fisiknya sedang paling besar, memiliki hipertensi sedang paling besar yaitu berjumlah 15 responden.

DATA UMUM

No.	Nama	L/P	Umur	Pendidikan	Riwayat penyakit keturunan : 1. Ada 2. Tidak ada	Pernah Mendapat Informasi ttg HT : 1. Pernah 2. Tidak Pernah	Sumber Informasi : 1. Petugas kesh 2. Majalah 3. TV/ Radio 4. Internet	Apakah merokok : 1. Ya 2. Tidak	Apakah suka makanan asin : 1. Ya 2. Tidak	Apakah sering stres/terlalu mikir ? 1. Ya 2. Tidak	Pemeriksaan lingkaran perut ?	Tekanan Darah	Kategori Hipertensi
1	R1	P	50	MI	2	1	3	2	1	1	55	135/88	Ringan
2	R2	P	54	MI	1	1	1	2	1	2	70	160/95	Berat
3	R3	P	58	MI	1	1	1	2	1	2	60	150/85	Sedang
4	R4	P	60	MI	1	1	1	2	1	1	65	160/90	Berat
5	R5	P	59	MI	2	1	3	2	2	1	55	150/90	Sedang
6	R6	P	50	MI	2	1	3	2	2	2	80	138/90	Ringan
7	R7	L	47	Mts	1	1	1	1	2	2	105	150/90	Sedang
8	R8	P	49	Mts	1	1	1	2	1	2	60	160/100	Berat
9	R9	P	60	MI	1	1	3	2	2	2	60	150/90	Sedang
10	R10	P	60	MI	2	1	1	2	2	2	60	139/90	Ringan
11	R11	P	52	MI	1	1	1	2	2	2	70	150/90	Sedang
12	R12	P	58	MI	2	1	1	2	2	2	55	160/100	Berat
13	R13	L	60	MI	2	1	3	1	2	2	55	150/90	Sedang
14	R14	P	55	MI	1	1	1	2	2	2	65	160/100	Berat
15	R15	P	57	MI	2	1	3	2	2	2	50	150/90	Sedang
16	R16	P	60	MI	2	1	1	2	1	1	95	160/90	Berat
17	R17	P	60	MI	2	1	1	2	2	2	70	150/90	Sedang
18	R18	L	55	MI	2	2	1	1	2	2	80	160/100	Berat
19	R19	P	53	MI	2	1	1	2	1	1	95	150/90	Sedang
20	R20	P	50	Mts	1	1	1	1	1	1	105	150/90	Sedang
21	R21	L	46	Mts	1	1	1	1	1	1	110	160/90	Berat
22	R22	P	60	MI	2	1	1	2	2	2	55	150/90	Sedang
23	R23	P	47	S1	1	1	1	2	2	2	95	150/90	Sedang
24	R24	P	58	MI	2	1	1	2	2	2	90	150/80	Sedang
25	R25	P	49	Mts	2	1	1	2	2	2	95	150/92	Sedang
26	R26	P	60	MI	2	1	3	2	2	2	90	150/90	Sedang
27	R27	P	50	MI	2	1	1	2	2	2	110	160/90	Berat
28	R28	P	50	MI	2	1	1	2	2	2	115	135/89	Ringan
29	R29	P	51	MI	1	1	1	2	1	1	70	160/90	Berat
30	R30	L	59	MI	2	2	3	1	1	1	80	150/90	Sedang
31	R31	P	48	MI	2	1	1	2	1	1	95	149/90	Sedang

No.	Nama	DATA UMUM											Tekanan Darah	Kategori Hipertensi		
		L/P	Umur	Pendidikan	Riwayat penyakit keturunan : 1. Ada 2. Tidak ada	Pernah Mendapat Informasi ttg HT : 1. Pernah 2. Tidak Pernah	Sumber Informasi : 1. Petugas kesh 2. Majalah 3. TV/ Radio 4. Internet	Apakah merokok : 1. Ya 2. Tidak	Apakah suka makanan asin : 1. Ya 2. Tidak	Apakah sering stres/terlalu mikir ? 1. Ya 2. Tidak	Pemeriksaan n lingkaran perut ?	Tekanan Darah			Kategori Hipertensi	
32	R32	P	60	MI	1	1	1	1	2	1	2	1	2	70	160/100	Berat
33	R33	P	54	MI	2	2	3	3	2	2	2	2	2	90	150/90	Sedang
34	R34	L	60	MI	2	1	1	1	1	2	1	2	2	70	150/90	Sedang
35	R35	P	60	MI	2	2	3	3	2	2	2	2	2	75	165/100	Berat
36	R36	P	46	Mts	1	2	3	3	2	2	2	2	1	120	145/85	Sedang
37	R37	P	60	MI	2	2	3	3	2	2	2	2	1	70	150/90	Sedang
38	R38	P	46	Mts	1	1	1	1	2	1	2	1	2	110	170/100	Berat
39	R39	P	60	MI	2	1	1	1	2	1	2	1	2	70	138/90	Ringan
40	R40	P	47	MI	2	1	1	1	2	1	2	1	2	110	160/100	Berat
41	R41	P	60	MI	2	2	3	3	2	2	2	1	2	70	150/90	Sedang
42	R42	L	55	MI	2	2	3	3	1	1	1	1	2	90	150/90	Sedang
43	R43	P	59	MI	2	1	1	1	2	1	2	1	2	90	160/100	Berat
44	R44	L	60	MI	2	1	1	1	1	1	1	1	2	80	160/90	Berat
45	R45	P	60	MI	2	1	1	1	2	1	2	2	2	70	150/90	Sedang
46	R46	P	46	S1	1	1	1	1	2	1	2	1	2	100	148/90	Sedang
47	R47	P	50	MI	2	2	3	3	2	2	2	2	2	70	150/80	Sedang
48	R48	P	55	MI	2	2	3	3	2	2	2	2	2	70	150/90	Sedang
49	R49	P	53	MI	1	1	1	1	2	1	2	1	2	95	170/100	Berat
50	R50	P	52	MI	2	2	3	3	2	2	2	1	2	80	149/90	Sedang
51	R51	P	50	S1	1	1	1	1	2	1	2	1	2	90	160/90	Berat
52	R52	L	54	SMA	1	1	1	1	1	1	1	1	2	110	160/90	Berat
53	R53	P	48	Mts	2	1	3	3	2	2	2	1	2	100	150/90	Sedang
54	R54	L	51	MI	2	1	1	1	1	1	1	1	2	110	150/90	Sedang
55	R55	P	55	MI	2	2	3	3	2	2	2	2	1	80	150/90	Sedang

Indeks Kerja

No.	Nama	1. Apakah pekerjaan Bapak/Ibu memerlukan aktifitas? 1 = akt. ringan 3 = akt. sedang 5 = akt. berat	2. Apakah selama bekerja Bapak/Ibu sambil duduk? 1 = Tdk prnah 2 = jarang 3 = kadang2 4 = sering 5 = selalu	3. Selama bekerja apakah Bapak/Ibu sambil berdiri? 1 = Tdk prnah 2 = jarang 3 = kadang2 4 = sering 5 = selalu	4. Selama bekerja apakah Bapak/Ibu sambil berjalan? 1 = Tdk prnah 2 = jarang 3 = kadang2 4 = sering 5 = selalu	5. Selama bekerja apakah Bapak/Ibu mengangkat beban berat? 1 = Tdk prnah 2 = jarang 3 = kadang2 4 = sering 5 = selalu	6. Apakah setelah bekerja Bapak/Ibu merasa lelah? 1 = Sgt sering 2 = sering 3 = kadang2 4 = jarang 5 = tdk prnah	7. Apakah ditempat bekerja Bapak/Ibu berkeringat? 1 = Tdk prnah 2 = jarang 3 = kadang2 4 = sering 5 = sgt sering	8. Dibandingkan orang lain yang seusia, apakah Bapak/Ibu merasa pekerjaan fisiknya yang ? 1 = jauh >ringan 2 = >ringan 3 = sm beratnya 4 = >berat 5 = jauh >berat
1	R1	3	4	3	4	4	2	4	3
2	R2	3	4	3	3	4	2	4	4
3	R3	1	2	2	2	1	2	2	2
4	R4	5	3	3	3	2	2	4	4
5	R5	5	3	3	4	2	2	4	4
6	R6	1	2	2	2	1	2	2	2
7	R7	5	5	2	4	4	2	4	3
8	R8	1	2	2	2	1	2	2	2
9	R9	1	2	2	2	1	2	2	2
10	R10	3	3	4	4	4	2	4	3
11	R11	1	2	2	2	1	2	2	2
12	R12	1	2	2	2	1	2	2	2
13	R13	1	2	2	2	1	2	2	2
14	R14	3	3	3	4	4	2	4	3
15	R15	5	3	4	4	2	2	4	3
16	R16	5	3	4	4	4	2	4	3
17	R17	1	2	2	2	1	2	2	2
18	R18	3	3	3	3	3	2	4	2
19	R19	5	3	4	4	4	2	4	3
20	R20	1	2	2	2	1	2	2	2
21	R21	5	3	4	3	4	2	4	3
22	R22	3	3	3	3	2	2	4	3
23	R23	1	2	2	2	1	2	2	2
24	R24	1	2	2	2	1	2	2	2
25	R25	3	3	3	3	2	2	4	3
26	R26	1	2	2	2	1	2	2	2
27	R27	3	4	3	4	2	2	4	3
28	R28	1	2	2	2	1	2	2	2
29	R29	5	3	4	4	4	2	4	3
30	R30	5	3	4	4	4	2	4	3
31	R31	1	2	2	2	1	2	2	2

Indeks Kerja

No.	Nama	1. Apakah pekerjaan Bapak/Ibu memerlukan aktifitas? 1 = akt. ringan 3 = akt. sedang 5 = akt. berat	2. Apakah selama bekerja Bapak/Ibu sambil duduk? 1 = Tdk pernah 2 = jarang 3 = kadang2 4 = sering 5 = selalu	3. Selama bekerja apakah Bapak/Ibu sambil berdiri? 1 = Tdk pernah 2 = jarang 3 = kadang2 4 = sering 5 = selalu	4. Selama bekerja apakah Bapak/Ibu sambil berjalan? 1 = Tdk pernah 2 = jarang 3 = kadang2 4 = sering 5 = selalu	5. Selama bekerja apakah Bapak/Ibu mengangkat beban berat? 1 = Tdk pernah 2 = jarang 3 = kadang2 4 = sering 5 = selalu	6. Apakah setelah bekerja Bapak/Ibu merasa lelah? 1 = Sgt sering 2 = sering 3 = kadang2 4 = jarang 5 = tdk pernah	7. Apakah ditempat bekerja Bapak/Ibu berkeringat? 1 = Tdk pernah 2 = jarang 3 = kadang2 4 = sering 5 = sgt sering	8. Dibandingkan orang lain yang seusia, apakah Bapak/Ibu merasa pekerjaan fisiknya yang? 1 = jauh > ringan 2 = > ringan 3 = sm beratnya 4 = > berat 5 = jauh > berat
32	R32	1	2	2	2	1	2	2	2
33	R33	5	3	4	3	3	2	4	3
34	R34	3	3	3	3	3	2	4	3
35	R35	3	3	3	4	3	2	4	3
36	R36	1	2	2	2	1	2	2	2
37	R37	3	3	4	4	3	2	4	3
38	R38	5	3	4	4	3	2	4	3
39	R39	3	3	3	4	3	2	4	3
40	R40	1	2	2	2	1	2	2	2
41	R41	3	3	3	4	3	2	4	3
42	R42	3	3	4	4	4	2	4	3
43	R43	3	3	4	3	3	2	4	3
44	R44	3	3	4	3	3	2	4	2
45	R45	3	3	4	3	3	2	4	3
46	R46	1	2	2	2	1	2	2	2
47	R47	3	3	4	3	2	2	4	3
48	R48	3	4	3	3	2	2	4	3
49	R49	5	3	4	4	4	2	4	3
50	R50	5	3	4	4	4	2	4	3
51	R51	3	4	3	4	4	2	4	3
52	R52	1	2	2	2	1	2	2	2
53	R53	3	3	4	3	3	2	4	3
54	R54	3	4	3	3	3	2	4	3
55	R55	5	3	4	3	3	2	4	3

Indeks Olahraga

No.	Nama	9. Apakah Bapak/ Ibu biasa berolahraga?	10. Apakah Olahraga yang sering Bapak/ Ibu lakukan termasuk? 5 = Skor olahraga > 12 4 = Skor 8 - <12 3 = Skor 4 - <8 2 = Skor 0,01 - <4 1 = Tidak/skor 0	11. Dibandingkan dengan orang lain bagaimana aktifitas fisik Bapak/ Ibu selama waktu luang? 5 = sangat banyak 4 = banyak 3 = sama 2 = kurang 1 = sgt kurang	12. Selama waktu senggang apakah Bapak/ Ibu berkeringat sangat sering? 1 = Tdk pernah 2 = jarang 3 = kadang2 4 = sering 5 = sgt sering	13. Selama waktu senggang apakah Bapak/ Ibu bermain olahraga? 1 = Tdk pernah 2 = jarang 3 = kadang2 4 = sering 5 = sgt sering	14. Berapa jam dalam 1 minggu? 0,5 = <1jam 1,5 = 1-2 jam 2,5 = 2-3 jam 3,5 = 3-4 jam 4,5 = >4jam	15. Berapa bulan dalam 1 tahun? <1 bulan = 0,04 1-3 bulan = 0.17 4-6 bulan = 0,42 7-9 bulan = 0,67 >9 bulan = 0,92
1	R1	tidak	1	4	4	1	0.5	0.04
2	R2	ya	4	2	4	2	1.5	0.17
3	R3	ya	2	4	2	1	1.5	0.04
4	R4	tidak	1	4	4	1	0.5	0.04
5	R5	ya	3	3	3	2	1.5	0.17
6	R6	ya	2	4	2	1	1.5	0.04
7	R7	ya	2	4	4	2	2.5	0.42
8	R8	ya	2	4	2	1	1.5	0.04
9	R9	ya	2	4	2	1	1.5	0.04
10	R10	tidak	1	4	4	1	0.5	0.04
11	R11	ya	2	4	2	1	1.5	0.04
12	R12	ya	2	4	2	1	1.5	0.04
13	R13	ya	2	4	2	1	1.5	0.04
14	R14	ya	2	4	4	1	1.5	0.04
15	R15	ya	3	3	4	1	1.5	0.04
16	R16	ya	4	4	4	1	1.5	0.04
17	R17	ya	2	4	2	1	1.5	0.04
18	R18	ya	2	4	3	1	1.5	0.04
19	R19	ya	2	4	4	1	0.5	0.04
20	R20	ya	2	4	2	1	1.5	0.04
21	R21	ya	3	4	4	1	0.5	0.04
22	R22	ya	3	4	4	1	2.5	0.42
23	R23	ya	2	4	2	1	1.5	0.04
24	R24	ya	2	4	2	1	1.5	0.04
25	R25	ya	4	2	3	1	0.5	0.04
26	R26	ya	2	4	2	1	1.5	0.04
27	R27	tidak	1	4	4	2	1.5	0.17
28	R28	ya	2	4	2	1	1.5	0.04
29	R29	tidak	1	4	4	1	0.5	0.04
30	R30	tidak	1	2	4	1	0.5	0.04
31	R31	ya	2	4	2	1	1.5	0.04

Indeks Olahraga

No.	Nama	9. Apakah Bapak/ Ibu biasa berolahraga?	10. Apakah Olahraga yang sering Bapak/ Ibu lakukan termasuk? 5 = Skor olahraga > 12 4 = Skor 8 - <12 3 = Skor 4 - <8 2 = Skor 0,01 - <4 1 = Tidak/skor 0	11. Dibandingkan dengan orang lain bagaimana aktifitas fisik Bapak/ Ibu selama waktu luang? 5 = sangat banyak 4 = banyak 3 = sama 2 = kurang 1 = sgt kurang	12. Selama waktu senggang apakah Bapak/ Ibu berolahraga? 1 = Tdk pernah 2 = jarang 3 = kadang2 4 = sering 5 = sgt sering	13. Selama waktu senggang apakah Bapak/ Ibu bermain olahraga? 1 = Tdk pernah 2 = jarang 3 = kadang2 4 = sering 5 = sgt sering	14. Berapa jam dalam 1 minggu? 0,5 = <1jam 1,5 = 1-2 jam 2,5 = 2-3 jam 3,5 = 3-4 jam 4,5 = >4jam	15. Berapa bulan dalam 1 tahun? <1 bulan = 0,04 1-3 bulan = 0,17 4-6 bulan = 0,42 7-9 bulan = 0,67 >9 bulan = 0,92
32	R32	ya	2	4	2	1	1,5	0,04
33	R33	tidak	1	3	4	1	0,5	0,04
34	R34	ya	2	3	3	1	2,5	0,42
35	R35	ya	2	4	3	1	0,5	0,04
36	R36	ya	2	4	2	1	1,5	0,04
37	R37	ya	2	2	4	1	0,5	0,04
38	R38	ya	2	4	4	2	1,5	0,04
39	R39	tidak	1	2	3	1	0,5	0,04
40	R40	ya	2	4	2	1	1,5	0,04
41	R41	ya	3	2	4	1	0,5	0,04
42	R42	ya	2	4	4	1	0,5	0,04
43	R43	ya	2	3	3	2	1,5	0,17
44	R44	ya	2	2	3	2	1,5	0,17
45	R45	tidak	1	2	3	1	0,5	0,04
46	R46	ya	2	4	2	1	1,5	0,04
47	R47	tidak	1	2	4	1	0,5	0,04
48	R48	tidak	1	2	4	1	0,5	0,04
49	R49	tidak	1	4	4	1	0,5	0,04
50	R50	ya	2	2	4	1	0,5	0,04
51	R51	ya	2	4	4	2	2,5	0,42
52	R52	ya	2	4	2	1	1,5	0,04
53	R53	tidak	1	4	4	2	1,5	0,04
54	R54	ya	2	2	4	1	0,5	0,04
55	R55	ya	2	2	4	1	0,5	0,04

No.	Nama	Indeks Waktu Luang				Indeks Kerja	Indeks Olahraga	Indeks Waktu Luang	AKTIFITAS FISIK	KET
		16. Pada waktu luang apakah Bapak/Ibu menonton TV? 1 = Tdk prnah 2 = jarang 3 = kadang2 4 = sering 5 = sgt sering	17. Pada waktu luang apakah Bapak/Ibu berjalan-jalan (jalan kaki)? 1 = Tdk prnah 2 = jarang 3 = kadang2 4 = sering 5 = sgt sering	18. Pada waktu luang apakah Bapak/Ibu bersepeda? 1 = Tdk prnah 2 = jarang 3 = kadang2 4 = sering 5 = sgt sering	19. Berapa menit Bapak/Ibu berjalan kaki atau bersepeda setiap hari? 1 = < 5 menit 2 = 5-15 menit 3 = 15-30 menit 4 = 30-45 menit 5 = > 45 menit					
1	R1	4	4	1	2	3,57	1,67	2,25	7,49	Sedang
2	R2	5	2	1	3	3,57	2,00	1,75	7,32	Sedang
3	R3	2	1	1	1	2,29	1,50	1,75	5,54	Ringan
4	R4	4	2	1	3	3,71	1,67	2	7,38	Sedang
5	R5	5	2	1	2	3,86	1,83	1,5	7,19	Sedang
6	R6	2	1	1	1	2,29	1,50	1,75	5,54	Ringan
7	R7	4	4	2	2	3,57	2,00	2,5	8,07	Berat
8	R8	2	1	1	1	2,29	1,50	1,75	5,54	Ringan
9	R9	2	1	1	1	2,29	1,50	1,75	5,54	Ringan
10	R10	4	2	1	2	3,86	1,67	1,75	7,27	Sedang
11	R11	2	1	1	1	2,29	1,50	1,75	5,54	Ringan
12	R12	2	1	1	1	2,29	1,50	1,75	5,54	Ringan
13	R13	2	1	1	1	2,29	1,50	1,75	5,54	Ringan
14	R14	5	4	1	2	3,71	1,83	2	7,55	Sedang
15	R15	5	4	1	2	3,86	1,83	2	7,69	Sedang
16	R16	5	4	1	2	4,14	2,17	2	8,31	Berat
17	R17	2	1	1	1	2,29	1,50	1,75	5,54	Ringan
18	R18	4	4	2	2	3,29	1,67	2,5	7,45	Sedang
19	R19	4	4	2	2	4,14	1,83	2,5	8,48	Berat
20	R20	2	1	1	1	2,29	1,50	1,75	5,54	Ringan
21	R21	4	2	2	2	4,00	2,00	2	8,00	Berat
22	R22	5	4	1	2	3,29	2,00	2	7,29	Sedang
23	R23	2	1	1	1	2,29	1,50	1,75	5,54	Ringan
24	R24	2	1	1	1	2,29	1,50	1,75	5,54	Ringan
25	R25	5	2	1	2	3,29	1,67	1,5	6,45	Sedang
26	R26	2	1	1	1	2,29	1,50	1,75	5,54	Ringan
27	R27	5	2	1	2	3,29	1,83	1,5	6,62	Sedang
28	R28	2	1	1	1	2,29	1,50	1,75	5,54	Ringan
29	R29	4	2	1	2	4,14	1,67	1,75	7,56	Sedang
30	R30	4	2	2	2	4,14	1,33	2	7,48	Sedang
31	R31	2	1	1	1	2,29	1,50	1,75	5,54	Ringan

No.	Nama	Indeks Waktu Luang				Indeks Kerja	Indeks Olahraga	Indeks Waktu Luang	AKTIFITAS FISIK	KET
		16. Pada waktu luang apakah Bapak/Ibu menonton TV? 1 = Tdk prnah 2 = jarang 3 = kadang2 4 = sering 5 = sgt sering	17. Pada waktu luang apakah Bapak/Ibu berjalan-jalan (jalan kaki)? 1 = Tdk prnah 2 = jarang 3 = kadang2 4 = sering 5 = sgt sering	18. Pada waktu luang apakah Bapak/Ibu bersepeda? 1 = Tdk prnah 2 = jarang 3 = kadang2 4 = sering 5 = sgt sering	19. Berapa menit Bapak/Ibu berjalan kaki atau bersepeda setiap hari? 1 = < 5 menit 2 = 5-15 menit 3 = 15-30 menit 4 = 30-45 menit 5 = > 45 menit					
32	R32	2	1	1	1	2,29	1,50	1,75	5,54	Ringan
33	R33	4	4	2	2	3,86	1,50	2,5	7,86	Sedang
34	R34	4	2	1	2	3,43	1,50	1,75	6,68	Sedang
35	R35	4	4	1	2	3,57	1,67	2,25	7,49	Sedang
36	R36	2	1	1	1	2,29	1,50	1,75	5,54	Ringan
37	R37	5	2	1	2	3,71	1,50	1,5	6,71	Sedang
38	R38	5	2	2	2	4,00	2,00	1,75	7,75	Sedang
39	R39	5	4	1	2	3,57	1,17	2	6,74	Sedang
40	R40	2	1	1	1	2,29	1,50	1,75	5,54	Ringan
41	R41	4	2	1	2	3,57	1,67	1,75	6,99	Sedang
42	R42	4	4	1	2	3,86	1,83	2,25	7,94	Berat
43	R43	4	2	1	2	3,57	1,67	1,75	6,99	Sedang
44	R44	4	2	1	2	3,43	1,50	1,75	6,68	Sedang
45	R45	4	2	1	2	3,57	1,17	1,75	6,49	Sedang
46	R46	2	1	1	1	2,29	1,50	1,75	5,54	Ringan
47	R47	2	4	1	2	3,43	1,33	2,75	7,51	Sedang
48	R48	4	2	1	2	3,14	1,33	1,75	6,23	Sedang
49	R49	4	2	2	2	4,14	1,67	2	7,81	Sedang
50	R50	4	2	2	2	4,14	1,50	2	7,64	Sedang
51	R51	4	2	2	2	3,57	2,00	2	7,57	Sedang
52	R52	2	1	1	1	2,29	1,50	1,75	5,54	Ringan
53	R53	4	2	1	2	3,57	1,83	1,75	7,15	Sedang
54	R54	2	4	1	2	3,29	1,50	2,75	7,54	Sedang
55	R55	4	4	2	3	3,86	1,50	2,75	8,11	Berat



STIKES BINA SEHAT PPNI
PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN

Jl. Raya Jabon KM. 06 Mojokerto Telp/Fax (0321) 390203

Email : stikes_ppni@telkom.net

LEMBAR PERSETUJUAN JUDUL SKRIPSI

Proposal ini telah disetujui untuk diajukan ujian proposal dengan

Judul : HUBUNGAN AKTIFITAS FISIK DENGAN KEJADIAN
HIPERTENSI PADA LANSIA DI DUSUN GOGOR DESA
MADURESO KECAMATAN DAWARBLANDONG
KABUPATEN MOJOKERTO

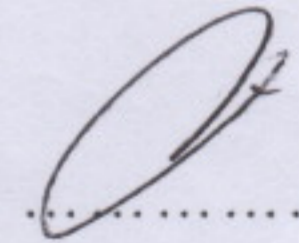
Nama : LAILATUS SHOLIAH

Nim : 202007008

Pada Tanggal : 5 Januari 2022

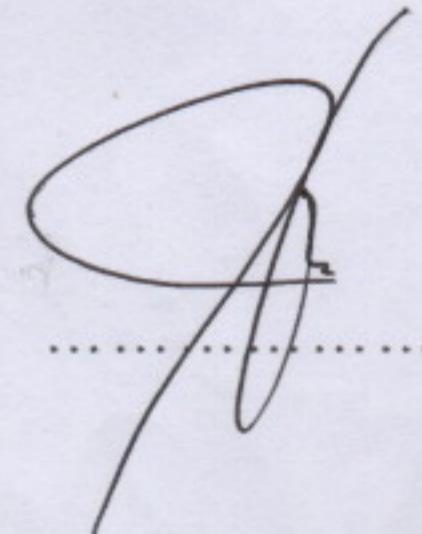
Oleh

Pembimbing I : Dr. WINDU SANTOSO, S.Kp., M.Kep



.....

Pembimbing II : CATUR PRASASTIA L.D, S.Kep.Ns., M.Kes



.....



STIKES BINA SEHAT PPNI

PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN

Jl. Raya Jabon KM. 06 Mojokerto Telp/Fax (0321) 390203

Email : stikes_ppni@telkom.net

NAMA : LAILATUS SHOLIAH
NIM : 202007008
JUDUL SKRIPSI : "HUBUNGAN AKTIFITAS FISIK DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI PADA LANSIA DI DESA MADURESO KECAMATAN DAWARBLANDONG KABUPATEN MOJOKERTO"
PEMBIMBING I : Dr. WINDU SANTOSO, S.Kp., M.Kep

NO.	TANGGAL	URAIAN	PARAF
	13-12-2021	penentuan tema	
	5-1-2021	Ace judul.	
	8-1-2022	perkuat LB. tanggung jawab aktifitas.	
	22-1-2022	perbaiki Bab I. Muti	
	7-3-2022	Revisi kerangka teori & kerangka konsep.	
	15-3-2022	Ace uji proposal. Cek literatur & sumber tanggung jawab.	
	04-8-2022	Revisi - Bab II & III bagian konsep dan dugaan uji	



STIKES BINA SEHAT PPNI

PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN

Jl. Raya Jabon KM. 06 Mojokerto Telp/Fax (0321) 390203

Email : stikes_ppni@telkom.net

NAMA : LAILATUS SHOLIAH
NIM : 202007008
JUDUL SKRIPSI : "HUBUNGAN AKTIFITAS FISIK DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI PADA LANSIA DI DESA MADURESO KECAMATAN DAWARBLANDONG KABUPATEN MOJOKERTO"
PEBIMBING II : CATUR PRASASTIA L.D, S.Kep.Ns., M.Kes

NO.	TANGGAL	URAIAN	PARAF
	13-12-2021	Ace 2021	
		gigitan sesuai & koreksi paragraf	
		pekerjaan LB.	
		ditambahkan BAB II	
	10-1-2022	menis BAB I.	
		revisi minimal BAB I	
		ii	
	3/2 2022	revisi minimal papers.	
		- ace. by paper.	



STIKES BINA SEHAT PPNI

PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN

Jl. Raya Jabon KM. 06 Mojokerto Telp/Fax (0321) 390203

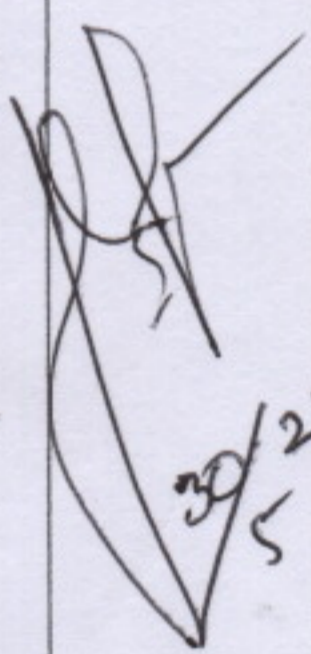


Email : stikes_ppni@telkom.net

NAMA : LAILATUS SHOLIAH
NIM : 202007008
JUDUL SKRIPSI : "HUBUNGAN AKTIFITAS FISIK DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI PADA LANSIA DI DUSUN GOGOR DESA MADURESO KECAMATAN DAWARBLANDONG KABUPATEN MOJOKERTO"
PEBIMBING II : CATUR PRASASTIA L.D, S.Kep.Ns., M.Kes

NO.	TANGGAL	URAIAN	PARAF
	20 Juni 2022.	- Menis mmo BAR 3	
		- BAR a tabel du di	
		justikan sah.	
		- SPSS ken.	
		- Perkuat pembatasan	
		- Men. lks.	
		- Perkuat p'batasan.	
		- Buat ABSTRAK.	
	1-8-2022	- oca uji sda	

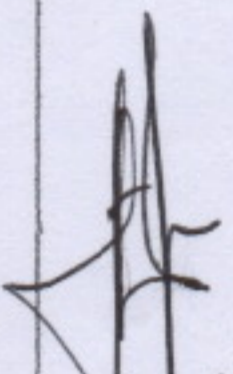
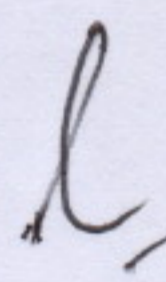

LEMBAR REVISI SEMINAR PROPOSAL

NAMA : LAILATUS SHOLIAH
NIM : 202007008
JUDUL SKRIPSI : "HUBUNGAN AKTIFITAS FISIK DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI PADA LANSIA DI DUSUN GOGOR DESA MADURESO KECAMATAN DAWARBLANDONG KABUPATEN MOJOKERTO"

No.	Nama Dosen Penguji	Hal-Hal Yang Perlu Diperbaiki	TTD
1.	Heri Tri Wibowo, S. KM. M. Kes	<ul style="list-style-type: none">• Latar belakang terlalu banyak, sebaiknya diringkas.• Introduction diperjelas kaitanya dengan hipertensi seperti factor penyebab, dan apa hubunganya dengan variable aktifitas fisik.• Kerangka konsep diperbaiki, alur dipermudah mengenai hubungan variable yang diteliti dan factor-faktor yang mempengaruhinya.• Total sampling pakai crosstab• Kuesioner ditambah data umum dan data penyakit serta factor yang mempengaruhi hipertensi.	
2.	Dr. Windu Santoso, S. Kep., Ns.M. Kes	<ul style="list-style-type: none">• Fenomena diperjelas dengan aktifitas fisik yang terjadi pada lansia yang menyebabkan hipertensi.• Justifikasi masalah tambahkan dari jurnal yang terkait dengan aktifitas fisik yang rendah dapat menyebabkan hipertensi, minimal dari 3 penelitian.• Pertajam justifikasi masalah.	
3.	Catur Prasastia L. D., S. Kep., Ns. M. Kes	<ul style="list-style-type: none">• Kuesioner diuji validitas dulu.• Keterbatasan lansia dalam aktifitas fisik ex : factor penyakit dll harus.• Uji statistic, yang digunakan itu apakah termasuk uji probability sampling atau non probability sampling ?.	

LEMBAR REVISI SIDANG SKRIPSI

NAMA : LAILATUS SHOLIAH
NIM : 202007008
JUDUL SKRIPSI : "HUBUNGAN AKTIFITAS FISIK DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI PADA LANSIA DI DUSUN GOGOR DESA MADURESO KECAMATAN DAWARBLANDONG KABUPATEN MOJOKERTO"

No.	Nama Dosen Penguji	Hal-Hal Yang Perlu Diperbaiki	TTD
1.	Heri Tri Wibowo, S. KM. M. Kes	<ul style="list-style-type: none">• Opini dalam pembahasan ; TFO• Abstrak IMRAD• Saran dari Opini	 29/8/22
2.	Dr. Windu Santoso, S. Kep., Ns.M. Kes	<ul style="list-style-type: none">• Sistematika penulisan dan tata naskah skripsi	
3.	Catur Prasastia L. D., S. Kep., Ns. M. Kes	<ul style="list-style-type: none">• Abstrak IMRAD• Kesimpulan sesuai rumusan masalah	 25/10/22

DAFTAR PUSTAKA

- Alimul Hidayat, A. (2009). *Metodologi Penelitian Keperawatan dan Teknik Analisis Data*. Jakarta: Salemba Medika.
- Alimul Hidayat, A. (2014). *Metode Penelitian Kebidanan dan Teknik Analisa Data*. Jakarta: Salemba Medika.
- Asni Harismi. (2019). *Yang perlu diketahui tentang hipertensi pada lansia*. <https://www.sehatq.com/>. Retrieved from <https://www.sehatq.com/artikel/yang-perlu-diketahui-tentang-hipertensi-pada-lansia>
- Baecke JAH Burema J Frijters ER. (1982). A short questionnaire for the measurement of habitual physical activity in epidemiological studies. *AJCN*. 1982;36:936-42 diakses tanggal 5 Maret 2022 Tersedia dari URL: HYPERLINK <http://ajcn.nutrition.org/content/36/5/936.full.pdf>
- Bakris GL, S. M. (2018). *Hypertension: A companion to Braunwald's Heart Disease*, (3rd ed.). Philadelphia.
- Bandiyah. (2009). *Lanjut Usia dan Keperawatan Gerontik*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Caspersen, Carl J PhD, M., Powell, Kenneth E, MD, M., & Christenson, Gregory M, P. (1985). Physical Activity, Exercise, and Physical Fitness: Definitions and Distinctions for Health-Related Research. In *Public Health Reports*. 100(2) (Vols. s9-IX, Issue 228). doi: 10.1093/nq/s9-IX.228.365-f
- Drago J, Williams GH, L. L. (2016). *Pathophysiology of Heart Disease, 6th ed. 2016: 311-22*. (L. L. Drago J, Williams GH (ed.); 6th ed., pp. 22-311).
- Hall EJ, Carmo JM, Silva AA, W. Z. H. M. (2015). *Obesity-induced hypertension: interaction of neurohumoral and renal mechanisms*. 116(6), 991-1006.
- Harahap, R. A., Rochadi, R. K., & Sarumpae, S. (2018). Pengaruh Aktivitas Fisik Terhadap Kejadian Hipertensi Pada Laki-Laki Dewasa Awal (18-40 Tahun) Di Wilayah Puskesmas Bromo Medan Tahun 2017. *Jurnal Muara Sains, Teknologi, Kedokteran Dan Ilmu Kesehatan*, 1(2), 68-73. doi: 10.24912/jmstkik.v1i2.951
- Hardati, A. T., & Ahmad, R. A. (2017). Pengaruh aktivitas fisik terhadap kejadian hipertensi pada pekerja (Analisis data Riskesdas 2013). *Berita Kedokteran Masyarakat*, 33(10), 467. doi: 10.22146/bkm.25783

- Hidayat, A. (2014). *Metode Penelitian Kebidanan dan Teknik Analisa Data*. Jakarta: Salemba Medika.
- Kalangi, J.A., Umboh, A., Pateda, V. (2015). Hubungan Faktor Genetik dengan Tekanan Darah pada Remaja. *J. E-Clin. ECI*, 3, 69.
- Karim, N. A. (2018). Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Derajat Hipertensi Pada Pasien Rawat Jalan Di Wilayah Kerja Puskesmas Tagulandang Kabupaten Sitaro. *Jurnal Keperawatan*, 6(1), 1–6.
- Kembuan, I.Y., Kandou, G., Kaunang, W. P. J. (2016). Hubungan Obesitas dengan Penyakit Hipertensi pada Pasien Poliklinik Puskesmas Touluaan Kabupaten Minahasa Tenggara. *Paradigma*, 2, 16–35.
- Kemkes.RI. (2014). Pusdatin Hipertensi. *Infodatin, Hipertensi*, 1–7. doi: 10.1177/109019817400200403
- Kemkes RI. (2013). *Pedoman Teknis Penemuan dan Tatalaksana Hipertensi*. Kesehatan Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Puslitbang Humaniora dan Manajemen Kesehatan, K. R. (2018). *Hasil Utama Riskesdas 2018 Provinsi Jawa Timur*. 1–82.
- Kholifah, S. N. (2016). *Keperawatan Keperawatan*. 283. Retrieved from <http://bppsdmk.kemkes.go.id/pusdiksdmk/wp-content/uploads/2017/08/Keperawatan-Gerontik-Komprehensif.pdf>
- Kusumo, M. P. (2020). *Pemantauan Aktivitas Fisik*.
- Lay, G. L., Wungouw, H. P. L., & Kareri, D. G. R. (2020). Hubungan Aktivitas Fisik Terhadap Kejadian Hipertensi Pada Wanita Pralansia di Puskesmas Bakunase. *Cendana Medical Journal (CMJ)*, 18(3), 464–471. Retrieved from <http://ejurnal.undana.ac.id/CMJ/article/view/2653>
- Lilik Ma'rifatul Azizah, 1974. (2011). *Keperawatan lanjut usia*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Muliyati, H., Syam, A., Sirajuddin, S. (2011). Hubungan Pola Konsumsi Natrium dan Kalium serta Aktifitas Fisik dengan Kejadian Hipertensi pada Pasien Rawat Jalan di RSUP dr. Wahidin Sudirohusodo Makassar. *Media Gizi Masy. Indones.*, 1, 46–51.
- Notoatmodjo. (2010). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nursalam. (2010). *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan, Pedoman Skripsi, Tesis dan Instrumen Penelitian Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.

- Nursalam. (2013). *Metode Penelitian Ilmu Keperawatan Pendekatan Praktis* (Edisi 3). Jakarta: Salemba Medika.
- Prof. Dr. Sugiyono. (2014). *METODE PENELITIAN PENDIDIKAN (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, R&D)*. Bandung: Alfabeta, Cv.
- Putri, V. K. M. (2020). *Aktivitas Fisik Yang Benar*. Kompas.Com. Retrieved from <https://www.kompas.com/skola/read/2020/11/07/143000269/aktivitas-fisik-yang-benar?page=all>.
- Raihan, L.N., Erwin, Dewi, A.P. (2014). Faktor-Faktor yang berhubungan dengan Kejadian Hipertensi Primer pada Masyarakat di Wilayah Kerja Puskesmas Rumbai Pesisir. *JOMPSIK*, 1, 7–8.
- Ramadhani, E.T., Sulistyorini, Y. (2018). Hubungan Kasus Obesitas dengan Hipertensi di Provinsi Jawa Timur Tahun 2015-2016. *J. Berk. Epidemiol.*, 2, 35–42. Retrieved from <https://doi.org/10.20473/jbe.v6i12018.35-42>
- Santoso. (2010). *Membonsai Hipertensi*. Surabaya: Temprina Media Grafika.
- Setiawan, G. W., Wungouw, H. I. S., & Pangemanan, D. H. C. (2013). Pengaruh senam bugar lanjut usia (lansia) terhadap kualitas hidup penderita hipertensi. *Jurnal EBiomedik (EBM)*, Vol; 1, No.
- Shadine, M. (2010). *Mengenal Penyakit Hipertensi, Diabetes, Stroke & Serangan Jantung* (Cetakan I). Jakarta: KEENBOOKS.
- Shadine M. (2010). *Mengenal Penyakit Hipertensi, Diabetes, Stroke*,. Jakarta: PT. Gramedia.
- Sheldon G, S. (2005). *Mayo Clinic Hipertensi, Mengatasi Tekanan Darah Tinggi*. Jakarta: PT Intisari Mediatama.
- Simopoulos, A. P. (2005). Obesity, The Metabolic Syndrome, Cardiovascular Disease and Cancer. In *World Review of Nutrition and Dietetics* (Vol. 94). Retrieved from https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=s4uc_pvkZF8C&oi=fnd&pg=PP1&dq=Nutrition+and+Fitness:+Obesity,+the+Metabolic+Syndrome,+Cardiovascular+Disease+and+Cancer+&ots=ltaqJRsnf4&sig=gDV2dykyf-sb8wIwh7uVX1wMnc%0Ahttp://bjsm.bmj.com/cgi/doi/10.1136/bjsm.2
- Singh, A., & Purohit, B. (2011). Evaluation of Global Physical Activity Questionnaire (GPAQ) among Healthy and Obese Health Professionals in Central India. *Baltic Journal of Health and Physical Activity*, 3(1), 34–43. doi: 10.2478/v10131-011-0004-6

Sumarta, N. H. (2020). Hubungan Aktivitas Fisik Sehari-Hari Dengan Derajat Hipertensi Pada Lansia Di Kota Batu. *Hubungan Aktivitas Fisik Sehari-Hari Dengan Derajat Hipertensi Pada Lansia Di Kota Batu*, 7–8.

Trinyanto. (2014). *Pelayanan Keperawatan Bagi Penderita Hipertensi Secara Terpadu*. Yogyakarta: Graha Ilmu.

Udjianti. (2010). *Keperawatan Kardiovaskuler*. Jakarta: Salemba Medika.

Widiantini, W., Tafal, Z. (2014). Aktifitas fisik, Stres, dan Obesitas Pada Pegawai Negeri Sipil. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Nasional*, 8 (7), 330–336.

Yannutsos A, Levy BI, Safar ME, Slama G, B. J. (2014). *Pathophysiology of hypertension: interactions between macro and microvascular alterations through endothelial dysfunction*. 32(2), 26-24.

<https://www.kemkes.go.id/article/view/19051700002/hipertensi-penyakit-paling-banyak-diidap-masyarakat.html>.

