

**HUBUNGAN ANTARA AKTIVITAS FISIK, KEBIASAAN MEROKOK,  
OBESITAS DAN STRES DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI PADA USIA  
18-35 TAHUN DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS MARTAPURA 1**

Skripsi

Diajukan guna menyusun skripsi untuk memenuhi  
sebagian syarat memperoleh derajat Sarjana Kesehatan Masyarakat  
Fakultas Kedokteran Universitas Lambung Mangkurat

Oleh

Shindy Frazilia

I1A114056



**UNIVERSITAS LAMBUNG MANGKURAT  
FAKULTAS KEDOKTERAN  
PROGRAM STUDI KESEHATAN MASYARAKAT  
BANJARBARU**

**Maret, 2018**

Skripsi

**HUBUNGAN ANTARA AKTIVITAS FISIK, KEBIASAAN MEROKOK, OBESITAS DAN STRES DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI PADA USIA 18-35 TAHUN DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS MARTAPURA 1**

Dipersiapkan dan disusun oleh

**Shindy Frazilia**

Telah dipertahankan di depan dewan penguji  
pada tanggal **14 Maret 2018**

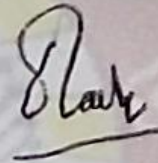
**Susunan Dewan Penguji**

Pembimbing Utama



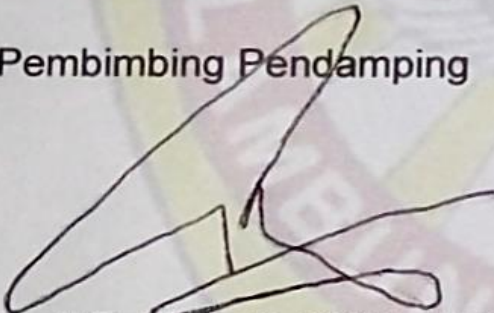
**Musafaah, SKM., MKM**

Anggota Dewan Penguji Lain



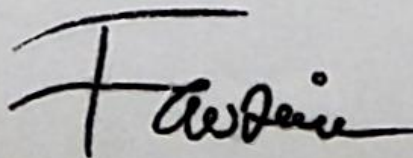
**Laily Khairiyati, SKM., MPH**

Pembimbing Pendamping



**Rudi Fakhriadi, SKM., M.Kes (Epid)**

Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan  
Untuk memperoleh gelar Sarjana Kesehatan Masyarakat



**Fauzie Rahman, SKM, MPH**

Ketua Program Studi: **Kesehatan Masyarakat**

## **PERNYATAAN**

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam karya tulis ilmiah ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Banjarbaru, 07 Maret 2018

Shindy Frazilia

## ABSTRAK

### HUBUNGAN ANTARA AKTIVITAS FISIK, KEBIASAAN MEROKOK, OBESITAS DAN STRES DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI PADA USIA 18-35 TAHUN DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS MARTAPURA 1

Shindy Frazilia

Hipertensi merupakan masalah kesehatan global yang membutuhkan perhatian karena prevalensinya yang terus meningkat seiring dengan perubahan gaya hidup, terutama pola makan dan kurangnya aktivitas fisik yang tidak hanya menjadi masalah bagi orang dewasa maupun lansia tetapi pada remaja. prevalensi hipertensi di Indonesia sebesar 25,8%. Pada tahun 2016 data dinas kesehatan Provinsi Kalimantan Selatan kejadian hipertensi tertinggi di Kabupaten Banjar dengan penderita hipertensi yaitu 10.352 penderita (6). Di kabupaten Banjar wilayah Martapura 1 merupakan wilayah yang paling banyak kasus hipertensi dengan jumlah 6.268 penderita dan sebanyak 2.912 penderita (46,4%) dengan jenis kelamin laki-laki (7). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara aktivitas fisik, kebiasaan merokok, obesitas dan stress dengan kejadian hipertensi pada usia 18-35 tahun. Rancangan penelitian ini bersifat analitik, dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah laki-laki usia 18-35 tahun di wilayah kerja Puskesmas Martapura 1. Sampel yang diteliti berjumlah 120 sampel dengan teknik *simple random sampling*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa yang berhubungan dengan kejadian hipertensi pada usia 18-35 tahun adalah kebiasaan merokok ( $p$ -value 0,010) dan stres ( $p$ -value 0,000). Sedangkan yang tidak berhubungan dengan kejadian hipertensi pada usia 18-35 tahun adalah aktivitas fisik ( $p$ -value=0,612) dan obesitas ( $p$ -value=0,145). Kesimpulan dalam penelitian ini adalah adanya hubungan antara kebiasaan merokok dan stres dengan kejadian hipertensi pada usia 18-35 tahun, namun tidak terdapat hubungan antara aktivitas fisik dan obesitas dengan kejadian hipertensi pada usia 18-35 tahun.

**Kata kunci:** hipertensi, aktivitas fisik, kebiasaan merokok, obesitas dan stres.

## **ABSTRACT**

### ***RELATIONSHIP BETWEEN PHYSICAL ACTIVITY, SMOKING HABITS, OBESITY AND STRESS WITH HYPERTENSION EVENTS IN 18-35 YEARS OLD IN WORKING AREA OF MARTAPURA 1 PUBLIC HEALTH CENTER***

***Shindy Frazilia***

*Hypertension is a global health problem that requires attention because of its prevalence continues to increase in line with changes in lifestyle, especially diet and lack of physical activity is not just a problem for adults as well as elderly but in adolescents. the prevalence of hypertension in Indonesia amounted to 25.8%.2016 Data South Kalimantan provincial health department's highest incidence of hypertension in patients with hypertension Banjar district is 10 352 patients (6). In the district Martapura Banjar area 1 is an area that most cases of hypertension by 6268 the number of patients and as many as 2,912 patients (46.4%) with male gender (7). This study aims to investigate the relationship between physical activity, smoking, obesity and stress with hypertension at the age of 18-35 years. The study design was analytical, and cross sectional approach. The population in this study were men aged 18-35 years in Public Health Center Martapura 1. The samples studied were 120 samples with simple random sampling technique. The results showed that associated with hypertension in the age of 18-35 years is the habit of smoking (p-value 0.010) and stress (p-value 0.000). While that is not associated with hypertension in the age of 18-35 years is physical activity (p-value = 0.612) and obesity (p-value = 0.145). The conclusion of this study is the relationship between smoking habits and stress with hypertension at the age of 18-35 years, but there is no relationship between physical activity and obesity with hypertension at the age of 18-35 years.*

***Keywords:***hypertension, physical activity, smoking habits, obesity and stress.

## **KATA PENGANTAR**

Alhamdulillahirabbilalamin, puji syukur ke hadirat Allah SWT karena atas izin-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan karya tulis ilmiah yang berjudul **HUBUNGAN ANTARA AKTIVITAS FISIK, KEBIASAAN MEROKOK, OBESITAS DAN STRES DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI PADA USIA 18-35 TAHUN DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS MARTAPURA 1**, tepat pada waktunya.

Skripsi ini disusun untuk memenuhi sebagian syarat guna memperoleh derajat Sarjana Kesehatan Masyarakat di Fakultas Kedokteran Universitas Lambung Mangkurat Banjarbaru. Dalam kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Dekan Fakultas Kedokteran Prof. Dr. dr. Zairin Noor, SpOT(K), MM yang telah memberi kesempatan dan fasilitas dalam pelaksanaan penelitian.
2. Ketua Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fauzie Rahman, SKM., MPH yang telah memberikan kesempatan dalam pelaksanaan penelitian.
3. Dosen pembimbing Musafaah, SKM, MKM dan Rudi Fakhriadi, SKM., M.Kes (Epid) yang telah berkenan memberikan saran dan arahan dalam penyelesaian skripsi ini.
4. Dosen penguji Lenie Marlinae, SKM, M.KL dan Laily Khairiyati, SKM., MPH yang memberi kritik dan saran sehingga karya tulis ilmiah ini menjadi semakin baik.

5. Dosen pengajar dan staff di Program Studi Kesehatan Masyarakat yang telah memberikan dukungan, informasi, dan materi selama perkuliahan, sehingga membantu saya dalam penyusunan karya tulis ilmiah ini.
6. Kepala Puskesmas Martapura 1 yang telah memberikan izin kepada saya dan membantu dalam penelitian ini.
7. Kedua orangtua tercinta Effendi (Alm) dan Ripmiati atas dukungan, doa dan segala hal positif yang telah diberikan untuk penyelesaian karya tulis ilmiah ini.
8. Kakak dan adik saya yang tercinta Reni Rezki Amalia, S. Kom dan Rahmat Aditya Pratama yang telah memberikan semangat, doa, dan segala hal positif yang telah diberikan.
9. Sahabat dan teman terbaik saya , Novia Dewi, Rahmada Devi, Nining Novitamala, Nurul Azkia, Noor Samirah Herviana, Puteri Rahmadayanti dan Dina Aulia. Terima kasih atas doa dan bantuannya dalam proses penelitian ini.
10. Teman-teman seperjuangan PSKM Unlam regular angkatan 2014 yang selalu memberi semangat satu sama lain.
11. Semua pihak yang tidak dapat saya sebutkan satu persatu yang turut membantu dalam penyelesaian skripsi ini.

Penulis berharap Allah SWT membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu dalam proses penelitian, penyusunan dan penyelesaian karya tulis ini. Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan, akan

tetapi penulis berharap penelitian ini bermanfaat bagi kemajuan kesehatan dan dunia ilmu pengetahuan.

Banjarbaru, 07 Maret 2018

Penulis



## DAFTAR ISI

	<b>Halaman</b>
HALAMAN JUDUL .....	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
HALAMAN PERNYATAAN .....	iii
ABSTRAK .....	iv
<i>ABSTRACT</i> .....	v
KATA PENGANTAR .....	vi
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL .....	xi
DAFTAR GAMBAR .....	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
<b>BAB I    PENDAHULUAN</b>	
A. LatarBelakangMasalah .....	1
B. RumusanMasalah .....	4
C. TujuanPenelitian .....	5
D. ManfaatPenelitian .....	5
E. Keaslian Penelitian.....	6
<b>BAB II    TINJAUAN PUSTAKA</b>	
A.HIPERTENSI .....	
1. Definisi Hipertensi .....	9
2. Klasifikasi Hipertensi.....	10
3. Etiologi.....	10

4. Patologi.....	11
5. Faktor Risiko .....	11
6. Gejala Hipertensi.....	17
7. Komplikasi .....	18
8. Pencegahan.....	18
B. Aktivitas Fisik .....	21
C. Merokok.....	22
<b>BAB III LANDASAN TEORI DAN HIPOTESIS</b>	
A. Landasan Teori .....	24
B. Hipotesis .....	27
<b>BAB IV METODE PENELITIAN</b>	
A. Rancangan Penelitian.....	28
B. Populasi dan Sampel .....	28
C. Instrumen Penelitian .....	30
D. Variabel Penelitian.....	32
E. Definisi Operasional.....	32
F. Prosedur Penelitian.....	33
G. Teknik Pengumpulan dan Pengolahan Data .....	35
H. Cara Analisis Data .....	36
I. Tempat dan Waktu Penelitian.....	37
<b>BAB V HASIL DAN PEMBAHASAN</b>	
A. Analisis Univariat. ....	38
B. Analisis Bivariat.....	45
<b>BAB VI PENUTUP</b>	
A. Simpulan.....	54

B. Saran. ....	54
----------------	----

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

## DAFTAR TABEL

<b>Tabel</b>	<b>Halaman</b>
2.1 Klasifikasi Tekanan Darah dari JNC VII untuk Dewasa .....	10
2.2 Kriteria Pengelompokan IMT .....	16
4.1 Definisi Operasional Hubungan Antara Aktivitas Fisik, Kebiasaan Merokok, Obesitas dan Stres dengan Kejadian Hipertensi Pada Usia 18-35 Tahun .....	32
5.1 Distribusi dan Frekuensi Kejadian Hipertensi .....	38
5.2 Distribusi dan Frekuensi Aktivitas Fisik .....	40
5.3 Distribusi dan Frekuensi Kebiasaan Merokok .....	41
5.4 Distribusi dan Frekuensi Obesitas .....	43
5.5 Distribusi dan Frekuensi Stres .....	44
5.6 Hasil Uji Statistik antara Aktivitas Fisik dengan Kejadian Hipertensi .....	45
5.7 Hasil Uji Statistik antara Kebiasaan Merokok dengan Kejadian Hipertensi .....	47
5.8 Hasil Uji Statistik antara Stres dengan Kejadian Hipertensi. .... .....	50
5.9 Hasil Uji Statistik antara Obesitas dengan Kejadian Hipertensi .....	51

## DAFTAR GAMBAR

<b>Gambar</b>	<b>Halaman</b>
3.1. Kerangka Teori Penelitian tentang Hipertensi.....	26
3.2. Kerangka Konsep Penelitian Hubungan Antara Aktivitas Fisik, Kebiasaan Merokok, Obesitas dan Stres Dengan Kejadian Hipertensi Pada Usia 18-35 Tahun di Wilayah Kerja Puskesmas Martapura 1.....	37

## **DAFTAR LAMPIRAN**

### **Lampiran**

1. Surat Izin Penelitian Kepada Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Politik (KESBANGPOL) Kabupaten Banjar
2. Surat Izin Penelitian Kepada Kepala Dinas Kesehatan Kabupaten Banjar
3. Surat Izin Penelitian Kepada Kepala Puskesmas Martapura 1
4. Surat Balasan Rekomendasi Penelitian dari UPT Puskesmas Martapura 1
5. Surat Izin Permohonan Menjadi Responden.
6. Kuesioner Penelitian
7. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Kuesioner
8. Hasil Uji Statistik Penelitian
9. Dokumentasi Kegiatan