

ABSTRAK

Nama : Nafizha Faudzul Zhuridha
Program Studi : Kedokteran
Judul Skripsi : Hubungan Kebiasaan Aktivitas Fisik terhadap Kejadian Hipertensi pada pra lansia dan Lansia di RW 07 Kelurahan Sumur Batu, Jakarta Pusat dan Tinjauannya menurut Pandangan Islam.

Latar Belakang : Hipertensi adalah masalah kesehatan global yang sering terjadi pada lansia. Kondisi ini dipengaruhi oleh berbagai faktor, termasuk aktivitas fisik yang rendah. Menurut Riskesdas 2018, prevalensi hipertensi di Indonesia tinggi pada kelompok dengan aktivitas fisik rendah. Islam menganjurkan aktivitas fisik untuk menjaga kesehatan tubuh, sebagaimana ditegaskan dalam ajaran agama mengenai pentingnya kekuatan jasmani dan rohani.

Metode : Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan rancangan penelitian *cross sectional*. Sampel dalam penelitian ini adalah 55 lansia di RW 07 Kelurahan Sumur Batu, Jakarta Pusat. Data aktivitas fisik dikumpulkan menggunakan kuesioner *Global Physical Activity Questionnaire* (GPAQ), sedangkan data tekanan darah diukur menggunakan sphygmomanometer digital. Analisis data dilakukan menggunakan uji *Chi-Square*.

Hasil : Hasil penelitian didapatkan bahwa responden dengan kategori aktivitas ringan yang mengalami hipertensi sebanyak 34 orang (97,1%) dan tidak hipertensi 1 orang (2,9%). Responden dengan kategori aktivitas sedang yang mengalami hipertensi sebanyak 4 orang (36,4%) dan tidak hipertensi 7 orang (63,6%). Responden dengan aktivitas berat yang mengalami hipertensi sebanyak 1 orang (11,1%) dan tidak hipertensi 8 orang (29,1%).

Kesimpulan : Dari hasil penelitian dengan uji *Chi-square* dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara aktivitas fisik terhadap kejadian hipertensi pada pra lansia dan lansia RW 07 Kelurahan Sumur Batu, Jakarta Pusat dengan nilai *p-value* 0.000.

Kata Kunci : Aktivitas Fisik, Hipertensi, Pra Lansia, Lansia

ABSTRACT

Name : Nafizha Faudzul Zhuridha

Study Program: Medicine

Title : The Relationship Between Physical Activity Habits and the Incidence of Hypertension in the pre-elderly and elderly in RW 07, Sumur Batu Subdistrict, Central Jakarta, and Its Review from an Islamic Perspective

Background : Hypertension is a global health issue commonly found in the elderly. This condition is influenced by various factors, including low physical activity. According to the Riskesdas 2018 the prevalence of hypertension in Indonesia is high among groups with low physical activity. Islam encourages physical activity to maintain body health, as emphasized in religious teachings on the importance of physical and spiritual strength.

Method : This research is a quantitative study with a cross-sectional research design. The sample in this study was 55 elderly people in RW 07, Sumur Batu Sub-district, Central Jakarta. Physical activity data was collected using the Global Physical Activity Questionnaire (GPAQ), while blood pressure data was measured using a digital sphygmomanometer. Data analysis was conducted using the Chi-Square test.

Results : The study found that respondents with low physical activity had 34 people (97.1%) with hypertension and 1 person (2.9%) without hypertension. Respondents with moderate physical activity had 4 people (36.4%) with hypertension and 7 people (63.6%) without hypertension. Respondents with high physical activity had 1 person (11.1%) with hypertension and 8 people (88.9%) without hypertension.

Conclusion : From the results of the Chi-Square test, it can be concluded that there is a significant relationship between physical activity and the incidence of hypertension among the pre-elderly and elderly in RW 07, Sumur Batu Sub-district, Central Jakarta, with a p-value of 0.000.

Keywords : Physical Activity, Hypertension, Pre-elderly, Elderly