



ABSTRAK

SKRIPSI, Februari 2021

Yolanda Sembiring Kembaren

Program Studi S-1 Fisioterapi

Fakultas Fisioterapi

Universitas Esa Unggul

HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK DENGAN HIPERTENSI PADA LANSIA DI RUMAH SAKIT SILOAM KARAWACI

Terdiri dari VI Bab,

Tujuan: Untuk mengetahui hubungan aktivitas fisik dengan hipertensi pada lansia di Rumah Sakit Siloam Karawaci. **Metode:** Penelitian ini merupakan jenis penelitian non eksperimental berupa studi korelasi untuk mengetahui hubungan aktivitas fisik dengan hipertensi pada lansia di rumah sakit siloam karawaci. Total sampel sebanyak 127 orang. Alat ukur yang digunakan adalah tensi meter (*sfigmomanometer*) dan GPAQ (*Global physical activity Questionnaire*) dengan hasil ukur METS. **Hasil:** Uji korelasi dengan *Spearman- Rank Test* didapatkan nilai signifikan (p) dan koefisien korelasi (r) pada aktivitas fisik dengan sistolik $p=0,00$, $r= - 0,702$, dan aktivitas fisik dengan diastolik $p=0,00$, $r= 0,710$. Mean dan SD aktivitas fisik 1132.32 ± 582.944 , sistolik 129.61 ± 12.687 , dan diastolik 86.46 ± 6.990 . **Kesimpulan:** Terdapat hubungan antara aktivitas fisik dengan hipertensi dimana, semakin aktif aktivitas fisik maka semakin normal tekanan darah, dan sebaliknya semakin rendah aktivitas fisik maka semakin tinggi tekanan darah.

Kata kunci: Lansia, Hipertensi, Aktivitas fisik