

GAMBARAN AKTIVITAS FISIK PADA LANSIA HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS CIWARUGA KABUPATEN BANDUNG BARAT.

Siti Robiah

Program Studi Sarjana Keperawatan

ABSTRAK

Latar belakang. Hipertensi merupakan salah satu jenis penyakit kardiovaskular masih menjadi masalah besar di dunia. Hipertensi juga merupakan penyakit yang tidak menular tetapi menjadi penyakit yang tersembunyi atau disebut pembunuh

dengan "silent killer".

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran aktivitas fisik pada lansia hipertensi di Puskesmas Ciwaruga Kabupaten Bandung Barat.

Metode. Desain penelitian ini adalah deskriptif dengan pendekatan cross-sectional. Sampel yang digunakan adalah 225 lansia yang menderita hipertensi responden. Pengumpulan data menggunakan kuesioner aktivitas fisik pada lansia Hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Ciwaruga.

Hasil. Hasil yang diperoleh adalah 184 responden (81,1%) melakukan aktivitas fisik

ringan, 41 responden (18,2%) melakukan aktivitas fisik berat. Sedangkan untuk Hasil tekanan darah yang didapat dari hipertensi fase 1 sebanyak 117 responden (52%), 108 responden (48%) dengan hipertensi fase 2.

Kesimpulan. Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat disimpulkan bahwa

aktivitas fisik mayoritas adalah aktivitas ringan dan mayoritas merupakan hipertensi

fase 1.

Kata Kunci: Lansia, Hipertensi, Aktivitas Fisik.