

Abstrak

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JEMBER
PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN

Skripsi, 28 Juli 2021

M. Rifki Hamdani

Hubungan Aktivitas Fisik Sehari-Hari Dengan Hemodinamik Pada Lansia Di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Jember, 2021.

xvii + 74 halaman + 1 bagan + 18 tabel + 18 lampiran

Abstrak

Hipertensi pada lansia perlu mendapat perhatian yang lebih serius, selain elastisitas pembuluh darah penderita yang menurun, kerja jantung umumnya sudah mulai terganggu. Lansia pada umumnya mengalami hipertensi esensial yang berkembang menjadi *Isolated Systolic Hypertension* atau Hipertensi Sistolik Terisolasi (HST). Aktivitas fisik yang teratur dan konstan merupakan tindakan yang efektif yang dapat diterapkan agar tekanan darah pada orang tua yang tekanan darahnya terbilang tinggi nantinya dapat diturunkan. Tujuan penelitian ini untuk mengidentifikasi hubungan aktivitas fisik sehari-hari dengan hemodinamik pada lansia di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Jember. Metode penelitian ini menggunakan pendekatan *cross sectional*. Jumlah sampel 35 orang yang diambil dengan teknik total sampling. Teknik pengumpulan data menggunakan kuesioner dan observasi. Uji statistik menggunakan *spearman rho*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas lansia melakukan aktivitas sedang dan mengalami perubahan hemodinamik hipertensi. Analisis data dengan *spearman rho* didapatkan *p value* $0.002 < 0.05$. Kesimpulan pada penelitian ini adalah terdapat hubungan yang signifikan (berarti) antara aktivitas fisik sehari-hari dengan hemodinamik pada lansia di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Jember. Strategi yang bisa dilakukan untuk meningkatkan kualitas hidup adalah dengan melakukan aktivitas fisik yang sesuai dengan kondisi fisik lansia serta dilakukan secara teratur, hal ini dapat meminimalisir terjadinya peningkatan tekanan darah.

Kata Kunci: Aktivitas Fisik, Hemodinamik, Hipertensi, Lansia

Abstract

MUHAMMADIYAH UNIVERSITY JEMBER
NURSING SCIENCE STUDY PROGRAM
FACULTY OF HEALTH SCIENCE

Thesis, 28 July 2021

M. Rifki Hamdani

The Relationship of Daily Physical Activity with Hemodynamic in the Elderly at Tresna Werdha Jember Social Service Unit, 2021.

xvii + 74 pages + 1 chart + 18 tables + 18 attachments

Abstract

Hypertension in the elderly needs more serious attention, besides the elasticity of the patients blood vessels decreases, the heart works has started to be disturbed. The elderly generally have essential hypertension which develops into isolated systolic hypertension or isolated systolic hypertension (HST). Regular and constant physical activity is an effective measure that can be applied to lower blood pressure in older people with high blood pressure. This study aimed to identify the relationship of daily physical activity with hemodynamics in the elderly at Tresna Werdha Jember Social Service Unit. A cross sectional study design with 35 elderly taken by total sampling was utilized. Data collection techniques using questionnaires and observation. Spearman Rho test was used for statistical analysis. The results showed that the majority of the elderly did moderate activity and experienced hemodynamic changes in hypertension. Data analysis with Spearman Rho obtained p value $0.002 < 0.05$. The conclusion and implication of this study is a significant relationship between daily physical activity and hemodynamics in the elderly at Tresna Werdha Jember Social Services Unit. A strategy that can be done to improve the quality of life is to do physical activities that are in accordance with the physical condition of the elderly and are carried out regularly, this can minimize the occurrence of an increase in blood pressure.

Keywords: Physical Activity, Hemodynamics, Hypertension, Elderly